

# Cognita Fallalarm Enkel

## – en veileder for bruk og innstillinger

# Innhold

<b>01</b>	<b>Innledning</b>	<b>3</b>
	Slå alarmenheten på	3
	Slå alarmenheten av	3
	Justere lydnivå under samtale	3
	Rutiner for bruk av FALLALARM	3
<b>02</b>	<b>Lading</b>	<b>4</b>
	Batteri	4
	Varm- og kald start av GPS	4
	Brukergrensesnitt	4
<b>03</b>	<b>Nøyaktighet</b>	<b>5</b>
	Tegn i displayet	5
	Batteristatus	5
	GSM/GPRS nettverksindikator	5
	GPS dekningsindikator	6
	Display - tonevarsling	6
	Generelle varslinger	6
	Ladevarslinger	6
	Varslinger angående samtaler eller meldinger	6
	Alarm/SOS	6
	Utløse alarm/SOS	7
	ADVARSEL GPS-posisjon	7
	ADVARSEL GSM-dekning	7
	ADVARSEL Abonnement	7
	ADVARSEL SIM-kort	7 og 8
	ADVARSEL Test/rutiner	8
	Montering/Sammensetting	8
	Bruk av FALLALARM	8
	Mottak ved hjelp av mobiltelefon	8 og 9
	Mottak på vanlig telefon	9
	Transport	9
	Vedlikehold	9
	Etikk	9
	Feilsøking - vil ikke slå seg på	9
	SIM-kort sperret	10
	Utstyr fungerer ikke	10
	Henvendelse ved feil	10
	Tekniske spesifikasjoner for FALLALARM	10
	Temperatur	10
	Batteri	10
	Trådløst	10
	GPS	10
	Kontaktinformasjon	Siste

# 01

## Innledning

**Cognita Fallalarm** gir trygghet for personer som har lett for å falle eller blir liggende nede ved et anfall. Fallalarmen kan brukes både inne og ute, og det vil si at brukeren kan føle seg trygg når han eller hun er i sin egen bolig eller skal til butikken for å handle.

Det vil bli sendt alarm til pårørende eller andre omsorgs-personer som vil få en tekstmelding, det kan også bli opprettet en samtale mellom brukeren og pårørende. Man vil kunne få oppgitt en geografisk posisjon på hvor vedkommende befinner seg. Denne løsningen gjelder primært epilepsi, men også andre andre anfall som medfører fall samt for personer som av ulike årsaker kan komme til å falle og ha behov for hjelp.

COGNITA FALLALARM er med på å øke brukerens evne til egenmestring og selvstendighet, ved at han eller hun kan føle seg trygg på å gjøre ting på egenhånd uten hjelp eller tilsyn fra pårørende eller andre omsorgspersoner.

### Slå alarmerheten på

Hold avslutt-tasten inne i noen sekunder.  
Logo vises i displayet.

### Avslutt-tasten

### Slå alarmerheten av

Hold avslutt-tasten inne i noen sekunder.  
Logo vises i displayet og du hører  
"slå-av-tonen".



### Justere lydnivå under samtale

Bruke tastene 1 og 2 for å justere lydnivå under samtale. 1 til å senke lydnivået og 2 for å øke det.

### Rutiner for bruk av fallalarm

Alarmerheten er klar til bruk når du mottar den. Alarm-enheten skal til enhver tid være påslått. Dette gjelder også under lading. Det er kun i følgende situasjoner at terminalen skal slås av:

- ved flyreiser.
- på sykehus.

**NB!** Vær oppmerksom på at noen få kinoer, restauranter osv. har installert utstyr som kan blokkere GSM-telefoner. Dette vil også blokkere alarm-meldinger

# 02

## Lading

### Batteri

COGNITA FALLALARM leveres med et 1200 Li-po-batteri. Enheten lades ved å bruke 220V lader og adapter eller bordlader. Lading skal kun foregå innendørs. Alarmenheten skal lades hver natt. Ideel temperatur for lading er +10 grader C til + 30 grader C. Lading utenfor dette temperaturområdet fører til redusert batterilevetid og dårlig batterikapasitet. Koble mini USB-konnektoren til ladeadapteren eller bordladeren. Ved bruk av bordladeren, plasser først bunnen mot lade-pinnene i bordladeren, før du setter enheten på plass.



Batteriet må ikke lades ved temperaturer under 0 grader C eller over 55 grader C.

### Varm- og kaldstart av GPS

Vi skiller mellom varm- og kaldstart av GPS. Kaldstart innebærer at alarmenheten har vært slått av en periode. Når telefonen blir slått på, vil GPS-en automatisk aktiveres (oppdatering hvert 40. sekund). Det vil gå typisk 5 minutter før alarmenheten har fått GPS-posisjon avhengig av terreng/bygningsformasjon.

Når det gjelder varmstart, vil dette typisk være i de tilfeller hvor alarmbrukeren går innendørs/utenfor GPS-dekning. Når man så kommer ut igjen, vil GPS-en våkne fra "dvalen" og starte oppdatering. Dette kan ta typisk 3 minutter.

Forutsetningen for at alarmenheten kan hente korrekt posisjon er at enheten har fri sikt mot himmelen.

### Brukergrensesnitt



# 03

## Nøyaktighet

Alarmerhetens posisjon vil ha en typisk nøyaktighet på +/-22 meter, avhengig av hvordan terrenget er rundt deg. Byer med høye hus kan gi begrenset nøyaktighet grunnet refleksjon av signaler. Jo bedre horisont du ser jo bedre og mer nøyaktig vil din GPS-posisjon være.

Dersom du befinner deg innendørs, vil ikke GPS-mottakeren fungere. Alarmerheten vil imidlertid alltid huske siste kjente posisjon i minnet. Dette betyr at alarmerheten husker posisjonen på utsiden av et bygg før du går innendørs, forutsatt at du hadde kontakt med satellittene før du gikk innendørs (se avsnitt "Tegn i displayet" for symbol ved oppdatert posisjon)

### Tegn i displayet

**GSM-indikator**

**Batteriindikator**

**GPS-indikator**

**Nettverksoperatør**



### Batteristatus

Nivået indikerer hvor mye strøm som er igjen.  
Jo høyere nivå, jo mer strøm.



Når apparatet lades, endres ikonet.



### GSM/GPRS nettverksindikator

GSM er på.



GSM er av, feil PIN har blitt tastet eller SIM-kort satt inn feil.



GPRS er tilgjengelig.



GPRS er tilkoblet.



GSM "roamer" (bruker et annet nettverk).



Stabler over nettverksstatusikonet indikerer GSM-dekning.  
Jo flere og høyere stabler, jo bedre dekning.



## GPS dekningsindikator

GPS er aktiv.



GPS sover.



GPS er slått av/har en feil.



Stabler over netterksstatus indikerer nøyaktigheten på seneste posisjon. Jo flere og høyere stabler, jo bedre nøyaktighet. Dersom posisjonen er eldre enn ett minutt, vil stablene vise som vist nederst.



## Display – tonevarsling Generelle varslinger

Arbeider. Vennligst vent til oppgaven er gjort ferdig.



Feil. Symbolet vises når en oppgave ikke lykkes utført. Eks. om du prøver å ringe uten at apparatet har fått innlagt forhåndsprogrammert nummer. Sammen med symbolet vil du også høre en feiltone.



SIM-feil. Symbolet vises dersom SIM-kort ikke er satt inn eller om PIN-koden er avvist. Sammen med symbolet vil du også høre en feiltone.



## Ladevarslinger

Lade batteri. Vises når batteriet trenger å lades eller byttes med ladet batteri. Sammen med symbolet vil du høre en "lade batteri tone".



Apparatet er koblet til lader. Vises når apparatet lades. Sammen med symbolet vil du høre "lading pågår tone".



Apparatet er frakoblet. Vises når lading av batteri er avsluttet.



## Varslinger angående samtaler eller meldinger

Innkommende samtale. Vanligvis vil navnet eller nummeret til den som ringer vises sammen med symbolet. Symbolet vises til samtalen er besvart med send-knappen (grønt ikon).



Starter samtale eller posisjonsrapport. Hold inne korresponderende siffertast mens dette varselet vises.



Sender posisjonsrapport. Sammen med symbolet vil du høre en meldingtone.



Ring opp. Vises til samtalen besvares.



Aktiv samtale. Vises mens samtalen pågår.



## Alarm/SOS

Alarmen utløses ved at personen faller og blir liggende nede. Alternativ kan man holde alarm-knappen(SOS) inne i henhold til konfigurasjonen.

Alarmen er programmert til å sende en posisjonsmelding (SMS). Samtidig ringer telefonen slik at man kan føre en toveissamtale.



SOS-tast

## Utløse alarm/SOS

Utløs alarm ved å holde alarmknappen (SOS) inne.



Utløs alarm ved to raske trykk på alarmknappen.



Alarmsending avbrytes. En timer teller ned til alarmsendingen avbrytes (i sekunder). En "avbryter tone" høres. For å likevel gjennomføre alarmsendingen, trykk avslutt-tasten mens tonen høres.



Alarmsending avbrutt. Symbolet vises når alarmsending avbrytes.



Alarm sendt. Symbolet vises når alarmsending er gjennomført eller når alarmsending avbrytes manuelt.



Gjentar forsøk på alarmsending. Symbolet vises når apparatet prøver å oppnå kontakt med det forhåndsprogrammerte nummeret.



## Advarsel GPS-posisjon

- Ved bruk av GPS-basert utstyr skal man alltid være klar over at nøyaktigheten kan avvike noe i forhold til korrekt posisjon. Nøyaktigheten vil være avhengig av hvor god GPS-dekningen er i området utstyret benyttes. Fysiske hindringer som fjell, kuppert terreng og bygninger vil være avgjørende for hvor god GPS-dekning man har til enhver tid. Ulike værforhold og atmosfæriske forhold har også påvirkning av GPS-dekningen. Dersom man befinner seg inni en bygning vil det være begrenset eller ingen GPS-dekning.

- Denne typen GPS-utstyr forsøker med jevne intervaller (intervallene kan justeres) å oppdatere sin posisjon, posisjonen blir lagret så dersom utstyret/alarmen bli aktivert selv om man ikke har GPS-dekning, vil siste oppdatert posisjon bli videreført. Det er viktig å være klar over at denne posisjonen kan være "foredlet" dersom det er lenge siden utstyret har vært i bruk.

## Advarsel GSM-dekning

For å videreføre alarmer er man avhengig av GSM-dekning (mobildekning). Dersom man ikke har GSM-dekning vil man verken få sendt SMS-meldinger eller få opprettet toveis samtale. Påse derfor at det er GSM-dekning i området før utstyret taes i bruk. Dette kan testes med en vanlig mobiltelefon, eller at det vises i displayet på alarmen.

## Advarsel Abonnement

- Benytter man kontaktkort el. abn. Så må man alltid vite at det er ringetid igjen, dersom det ikke er ringetid igjen vil heller ikke alarmen fungere. De ulike teleoperatørene operer med ulike rutiner for påfylling, samt bruk, kostnader mm, det anbefales å sjekke dette med aktuell teleoperatør før bruk.

- Det anbefales å benytte et fast abonnement, da det ofte er vanskelig å følge opp et kontantkort abonnement. De ulike teleoperatørene kan også stenger et abonnement dersom ikke regninger blir betalt eller dersom trafikken/bruken er svært liten.

## Advarsel SIM-kort

- Setter man inn egne SIM-kort i utstyret må man alltid passe på at pinkode på forhånd er deaktivert. (Dette gjøres enklest ved først å sette SIM-kortet inn i en vanlig mobiltelefon, deretter deaktivere pinkode, for så å sette SIM-kortet inn i utstyret).

- Telefonsvar må deaktiveres på de telefonene som ringes opp/rapporteres til, hvis ikke vil det ikke rapporteres videre til neste nummer på prioriteringslista.
- Dersom man bytter SIM-kort og dermed bytter telefonnummer må utstyret konfigureres på nytt for å fungere slik det skal, ta da kontakt med Hjelpe-middelsentralen i ditt fylke eller Cognita AS.

### **Advarsel Test/rutiner**

Det er viktig å ha faste rutiner på sjekk og rutiner på sjekk og test av utstyret. Det anbefales derfor at man regel-messig tester at utstyret fungerer og evt. mottakspersoner/mottaksenheter mottar alarm. Når man mottar nytt og "fremmed" utstyr kan det anbefales å lese instruksjonene grundig, samt øve litt på forhånd slik at man føler seg trygg på utstyret ved et reelt tilfelle/anfall.

### **Montering/sammensetning**

Utstyret krever ingen spesiell montering i og med at utstyret er mobil og ment at hovedpersonen og pårørende skal ha med seg utstyret. Før man setter utstyret i bruk må følgende gjøres:

- Vanligvis blir hovedperson/pårørende kontaktet av Cognita/HMS på forhånd, utstyret blir konfigurert og er klar til bruk når man mottar det.
- Man må sette inn aktuelt SIM-kort. Det avklares med leverandør på forhånd hvilket SIM-kort som skal benyttes, om det benyttes allerede eksisterende kort eller man velger å oprette nye abonnementer avgjør man selv.

### **Bruk av Fallalarm**

COGNITA FALLALARM er en fallalarm som hovedpersonen har med seg, det er også stilt inn slik at pårørende eller andre omsorgspersoner kan motta melding og få opprettet toveis samtale.

Ved at hovedpersonen har med seg FALLALARMEN vil pårørende kunne få en melding, opprette toveis-kommunikasjon eller lokalisere hovedpersonen når hovedpersonen har falt. FALLALARMEN er en boks som har utseende som en mobiltelefon, men ikke et fullverdig tastatur. Dette er altså ingen mobiltelefon, men den inneholder funksjoner som gjør at den kan opprette toveis kommunikasjon med en annen telefon (mobiltelefon eller en ordinær telefon). Det vil si at den inneholder en mikrofon slik at hovedpersonen kan snakke for å varsle om hjelp, og en høyttaler slik at pårørende kan snakke med vedkommende. Den kan også i høyttalende modus slik at hovedpersonen slipper å holde apparatet opp til øret for å kunne snakke.

FALLALARMEN kan utløses på ulike måter avhengig av situasjon og behov:

- Hovedpersonen kan selv trykke på en knapp for å tilkalle hjelp. Dette er en fin løsning hvis man føler seg utrygg, har falt og trenger assistanse eller føler at man får anfall.
- Hvis hovedpersonen faller og blir liggende nede.

Måten man velger å bruke sin COGNITA FALLALARM på avgjøres på forhånd. Opplysninger om hvordan man vil bruke utstyret, samt opplysninger om hvilke telefonnummer som FALLALARMEN skal varsle til avklares på forhånd med Cognita AS.

### **Mottak ved hjelp av mobiltelefon**

Pårørende/omsorgsperson må ha en mobiltelefon med nettleser. Dette har de fleste mobiltelefoner i dag. Flere omsorgspersoner/pårørende kan motta alarm. Den som svarer når mobiltelefonen ringer skal da følge opp alarmen.

**OBS!** Viktig at man har datadekning.



Når det går en alarm fra FALLALARMEN vil det opprettes kontakt mellom senderenheten og mobiltelefonen. Man har da mulighet for en toveissamtale hvis det er mulig. Første nummer på prioriteringslista får auto-matisk en sms med Google-link. For å finne ut hvor hovedpersonen befinner seg, må det sendes en SMS til FALLALARMEN. Send: ?POS til FALLALARMENS mobiltelefonnummer.

**OBS!** Viktig at POS skrives med store bokstaver.

Man får da melding tilbake med en direkte link til google-kart. Trykk på linken og man får opp kart hvor hovedpersonen befinner seg. Trykk + og – for å zoome i google-kart.

### **Mottak på vanlig telefon**

I disse tilfellene vil man ikke få opp noe kart, men kun en GPS-posisjon eller en toveis samtale.

### **Transport**

Det stilles krav om at hovedpersonen har mulighet til å ha på seg en FALLALARM, dette er enheten som gjør det mulig å lokalisere vedkommende. Det er svært viktig at FALLALARMen bæres eller henger og følger kroppens lengderetning, da det er endring av posisjon i fra stående/vertikalt til liggende/horizontalt som utløser alarmen. Det anbefales å bruke vesken som tilhører COGNITA FALLALARM. Alternativt kan den oppbevares i en håndveske, rumpetaske eller en ordinær mobiltelefonetaske, men man kan da risikere at alarmen utløses ved en feil eller i verste fall ikke utløses ved anfall. Det beste er om hovedpersonen ønsker å ha FALLALARMen med seg, i enkelte tilfeller er dette vanskelig. Det er da viktig å motivere vedkommende til å ha med seg FALLALARMen, den kan puttes i en rumpetaske som brukeren liker av utseende (f.eks. Ole Brumm hvis det er et barn), eller annen form for dekorering som gjør FALLALARMEN spennende å ha med seg.

### **Vedlikehold**

- Støv og skitt kan skade utstyret. Bruk ikke FALLALARMEN på steder spesielt utsatt for dette.
- Prøv ikke selv å åpne utstyret.
- Hard behandling kan ødelegge utstyret. Ikke minst, slå, vri eller rist FALLALARMEN.
- Selv om utstyret er sprutsikkert, skal det ikke senkes i vann eller fuktes unødige.
- Utstyret skal beskyttes mot varme. Høye temperaturer kan korte levetiden på FALLALARMEN.
- Bruk ikke utstyret i nærheten av åpen varme.
- FALLALARMEN kan rengjøres ved å bruke en lett fuktet klut å tørke forsiktig av.
- Utstyret har behov for periodisk vedlikehold i form av regelmessig oppladning av batterier.
- Utstyret bør testes med jevne mellomrom. Hvor ofte det bør testes, er avhengig av hvilket krav som tilstrebes i forhold til brukeren av utstyret.
- Oppbevaring over lenger tid bør være et mørkt og kaldt sted, dvs. ikke på steder det kan oppstå høye temperaturer.

### **Etikk**

Ved denne type utstyr er det viktig å være bevisst på etikken. For at voksne mennesker skal kunne spore må det foreligge et samtykke fra hovedpersonen. Når det gjelder barn har foreldrene avgjørende myndighet.

### **Feilsøking**

#### **Vil ikke slå seg på**

Hvis utstyret ikke slår seg på kan batteriene være helt utladet, sett FALLALARMEN til lading over natten. Har utstyret blitt liggende ove lang tid uten å bli brukt kan det hende batteriene kan være vanskelig å få ladet opp, kontakt da Cognita AS.

### **SIM-kort sperret**

FALLALARMen og mottakstelefonen trenger hver sitt SIM-kort for å fungere, men i og med at FALLALARMen ikke har et fullverdig tastatur må man sette dette opp slik at man ikke trenger å taste PIN-kode for å slå den på. Hvis man angir feil PIN-kode tre ganger etter hverandre, låses PIN-kodenn. For å låse opp koden må PUK-koden tastes inn. Hvis man taster feil PUK-kode 10 ganger sperres SIM-kortet permanent. Da vil teksten Kort sperret vises i displayet.

### **Utstyr fungerer ikke**

Hvis utstyret ikke gir utslag når det skal bør man sjekke at FALLALARMen og mottakstelefonen er slått på. Sjekk at det er dekning i området hvor utstyret befinner seg. Kontroller at SIM-kortene er gyldige og at de ikke er skadet.

### **Henvendelse ved feil**

Ved feil utover det som er beskrevet, bør man henvende seg til Hjelpemiddelsentral hvor man har fått utlevert utstyret, eller direkte til leverandør.

### **Tekniske spesifikasjoner for Fallalarm - Mål og vekt**

Vekt: 80 gram - størrelse: 18 mm x 45 mm x 94 mm.

### **Temperatur**

Tåler temperatur fra –20 til +50 C.

### **Batteri**

- Li-Ion 1300 mAh
- Stand-by tid opptil 260 t
- Ved GPS valg: 120 timer og 24 timer (oppdatering av posisjon hver time)
- Lade tid 2 timer

### **Trådløst**

- GSM Integrert antenne
- GPS Integrert antenne
- Tri-band GSM

### **GPS**

Nøyaktighet 5 m (åpen himmel).

### **OBS!**

**Når en alarm har vært utløst vil den resette seg selv etter 2 sekunder i oppreist posisjon. Enheten er da klar for en eventuell ny alarm.**

# Kontakt

Hvis du har kommentarer eller spørsmål i forbindelse med løsningen må du gjerne kontakte oss.

**Support**

Tlf: 22 12 14 50  
support@cognita.no  
cognita.no

**Besøksadresse**

Cognita AS  
Oscars Gate 92  
0256 Oslo

**Postadresse**

Cognita AS  
Gjerstadveien 396  
4993 Sundebru