

TESTA OCH REFLEKTERA STEG 1

Välfärdsteknik kan göra så att äldre och personer med funktionsnedsättningar får ökad självständighet och behöver mindre eller annat stöd. Användning av välfärdsteknik och digitala lösningar är ett sätt att digitalisera verksamheten genom att stödja, underlätta och effektivisera arbetsmoment och metoder där det är möjligt.

Det finns mycket digital teknik som är vanliga i vardagen men inte lika mycket inom vård och omsorg. Idag kommer du få testa och reflektera över tre olika typer av digital teknik.

PRÖVA OCH TESTA

Automatisering är ett perfekt exempel på gammal teknik som nu börjar bli lite vanligare i kommuner. Automatisering handlar om att skapa en process så att den går av sig själv i en mjukvara (dataprogram). Det är väldigt användbart för arbetsuppgifter som är repetitiva, görs ofta och på samma sätt. Ett begrepp som används inom området i dag är Artificiell intelligens (AI) också kallad maskininlärning eller intelligent automatisering.

Ett annat exempel på digitalisering som flera kommuner testat eller infört är virtuell verklighet (virtual reality, VR). Det är en videoteknik som efterliknar verkligheten så mycket som möjligt med hjälp av 3D-bild och 3D-ljud. Virtuella verklighet används mer och mer inom framförallt skola, terapi och äldreomsorg.

Vi prövar två olika typer av automatisering samt virtuell verklighet för att öka vår gemensamma kunskap. Kanske får vi nya idéer till verksamheten?



ÖVNING 1 ARTIFICIELL INTELLIGENS

Artificiell intelligens (AI), eller maskininlärning, är en mjukvara som har förmågan att utföra specifika uppgifter. Det här är en intelligent variant av automatisering. AI handlar ofta om förmågan att lära sig av tidigare erfarenheter, förstå språk, lösa problem, planera en sekvens av handlingar och att generalisera. Många har denna teknik i sin smarta klocka, smarta högtalare och datorer. AI finns även i bildanalysverktyg och spel.

Ett konkret exempel på AI är Chattbot. Chattbot är en mjukvara som kan kommunicera med människor genom text eller röstkommandon. Den hjälper vanligtvis oss att svara på frågor, påminna om aktiviteter och utföra enklare uppgifter. Chattbot kallas även chatter bot, chattrobot och digital assistent. Din kommun kanske har en sådan på den externa webbsidan?

TESTA CHATBOT

Gå in på följande länkar och testa deras chattbots. Spendera max 3 minuter på varje sida. Använd sedan reflektionsfrågorna i mindre grupper och sammanfatta sedan i en större grupp.

- A) **1177s** chattbot finns på bland annat Västra Götalandsregionens sida för [1177](#). Testa att skriva en egen fråga tex. "Jag är förkyld, ska jag testa mig för Covid?".
- B) **Arbetsförmedlingens** chattbot [Arbetsförmedlingen.se](#) Klicka runt i flervalsalternativen. Testa också att skriva en egen fråga tex. "Vad betyder SGI?".
- C) **SJs** chattbot [Köp resa och se tågtider på sj.se](#) Klicka runt i flervalsalternativen. Testa också att skriva en egen fråga.
- D) **GPT-driven AI-chattbot** [ChatGPT Svenska](#) Testa att skriv en egen fråga tex. "Vad är digitalt nattillsyn?"
- E) **Kommun chattbot** Flera kommuner har chattbots på deras webbsidor, undersök om din kommun har och om den har testa den genom att tex. fråga "jobb i hemtjänsten?" och "vad är GPS-larm?"

REFLEKTIONSFRÅGOR

1. Har du använt chattbot förut?
2. Någon som var extra bra?
3. Någon robot som inte hjälpte dig med dina frågor?
4. Hur skulle du kunna nyttja en chattbot i ditt jobb?
5. Har du exempel på när brukare använt sig av chattbot?
6. Har skulle brukare kunna ha nytta av chattbot?



ÖVNING 2 DIGITAL ASSISTENT

Ett annat exempel på intelligent automatisering (AI) är röststyrda digitala assistenter som finns lite överallt i vår vardag. Smarta kylskåp, bilar, TV, högtalare, översättningsappar och i våra smarta telefoner: Siri och Bixby men även Google assistent. Här används AI som rösttjänst för att hjälpa oss få relevant information.

Inom bistånd och hälso-och sjukvård har många testat taligenkänning eller tal-till-text. Det är också en digital assistent som omvandlar det som sägs automatiskt till information som förs in i journalsystem utan att man behöver skriva ett enda ord. Dikteringsfunktionen i Microsoft Word kan ge god en känsla för hur taligenkänning funkar för just dig.

TESTA RÖSTSTYRD ASSISTENT

Här finns olika alternativ beroende på vad du har för modell på din arbetstelefonen eller din privata mobiltelefon. Vill du inte testa telefonens assistent rekommenderar vi att du testar Googles assistent som du når på webben, både på datorn och i mobilen.

A) Google assistent

Börja med att gå in på google.se, följ sedan dessa steg:

Steg 1. I sökrutan trycker du på mikrofon-ikonen.

Steg 2. Ibland får du en pop-up ruta som meddelar att Google behöver behörighet till enhetens mikrofon. Acceptera behörighet. Ibland finns det redan behörighet per automatik.

Steg 3. Om du testar Google på datorn kan du fråga tex. Hur jobbar biblioteket med digital inkludering? Vad betyder tillgänglighetsprincipen?

B) Appletelefonens assistent heter Siri

Det första du ska göra är att gå till Inställningar. När du är där, följ dessa steg:

Steg 1. Tryck på Siri och sökning.

Steg 2. Inaktivera *Lyssna efter "Hej Siri"* och aktivera på nytt.

Steg 3. När skärmen *Ställ in "Hej Siri"* visas trycker du på Fortsätt.

Steg 4. Säg varje kommando som visas på skärmen. Tryck på Klar.

Steg 5. Dags att styra Siri med frågor tex. Hur gammal är världens äldsta person? Vad är hemtjänst? Ta en selfie!

C) Samsungtelefonens assistent heter Bixby

Det första du ska göra är att se till att din mobil har de senaste uppdateringarna. För att uppdatera och komma igång, följ dessa steg:

Steg 1. Gå in på Inställningar och Software update.

Step 2. Välj *Ladda ner* och installera.

Step 3. Följ anvisningarna på skärmen.

Steg 4. Dags att styra Bixby med frågor men **OBS**, Bixby kan inte svenska än så ni får prata på engelska. Exempel på frågor: Who's the oldest person alive today? What's the weather today? Take a selfie!

REFLEKTIONSFRÅGOR

1. Använder du Siri/Bixby/Google i din vardag?
2. Vad ser du för möjligheter med tekniken?
3. Har du exempel på när brukare använt sig av röststyrd assistent?
4. Hur skulle brukare kunna ha nytta av röststyrd assistent?



ÖVNING 3 VIRTUELL VERKLIGHET

Virtuell verklighet, eller Virtuell Reality (VR), är en datateknik som skapar en illusion av riktiga och påhittade miljöer som upplevs som verkliga. Dessa miljöer visas genom en bildskärm med inbyggda högtalare i form av ett par glasögon. Därav det vanligare begreppet VR-glasögon. Med denna teknik kan man titta på filmer, spela spel och surfa på nätet.

Inom vård och omsorg har flera kommuner och leverantörer testat VR för bla. BPSD-terapi, hantera fobier, öva på sociala interaktioner och möjliggöra för personer att resa till destinationer som annars varit omöjliga att uppleva i närtid.

TESTA VR-UPPLEVELSE

3a Har ni VR-glasögon i verksamheten? Perfekt, låna glasögonen inför denna övning. Utgå från hur de används i verksamheten idag så ni får en riktig känsla för arbetssättet.

3b Har ni inte VR-glasögon i verksamheten eller räcker glasögonen inte till? Förbered er genom att sätta på datorn och koppla in hörlurar. Se till att ljudet inte är avstängt. Börja med att öppna en av följande länkar, de tar er till Youtube. För bästa upplevelse, titta på filmen i helskrämsläge.

Tips! Använd pilarna längst upp i vänstra hörnet eller dra med musen för att rotera (upp, ner, höger, vänster), kika runt och uppleva miljön från olika perspektiv.

Upplev känslan av förvirring [Delirium Training Video \(Virtual Reality\) - YouTube](#)

En inblick i brandsläckning [360 MSA Fire Safety Virtual Reality - YouTube](#)

Upplev symfonikonsert: https://youtu.be/V_To4k9AJXc

Dyk ner i havet och upptäck korallreven <https://youtu.be/v64KOxKVLVg>

Upplev turistfyllda Rom <https://youtu.be/wryj9uWv038>

REFLEKTIONSFRÅGOR

1. Om du testat faktiska VR-glasögon: hur kändes det? Blev du yr?
2. Om du testade VR med hjälp av filmerna: hur kändes det?
3. På vilket sätt skulle du kunna använda VR-glasögon i ditt jobb?
4. Har du exempel på när brukare använt sig av VR eller frågat efter VR?
5. Ett konkret exempel på användning av VR inom äldreomsorgen finns i [Region Stockholm](#). Hur skulle våra brukare kunna ha nytta av VR?