

# Hvordan kontakte helse og omsorgstjenesten

Bruk appen HelsaMi. Den kan lastes ned som en app på telefonen, eller du kan logge inn på pc.

Helsetjenesten i Os kommune ønsker at flest mulig skal ta i bruk HelsaMi, slik at vi lettere kan dele informasjon og forenkle kommunikasjonen. Foreløpig er ikke legekantoret en del av Helseplattformen, men for alle andre avdelinger kan du bruke HelsaMi.

## Send melding

Hvis du har en oppsatt time med en av avdelingene, eller du nylig har hatt time, ønsker vi at du kontakter avdelingene på melding i HelsaMi. Dette er en mer effektiv måte å nå oss på, enn å ringe eller sende sms. Slik gjør du det:

*Meny - send en melding – spør helsetjenesten – velg helserelaterte spørsmål eller praktisk spørsmål.*



Meldingen kommer rett inn til riktig tjeneste/behandler og du får svar i appen.

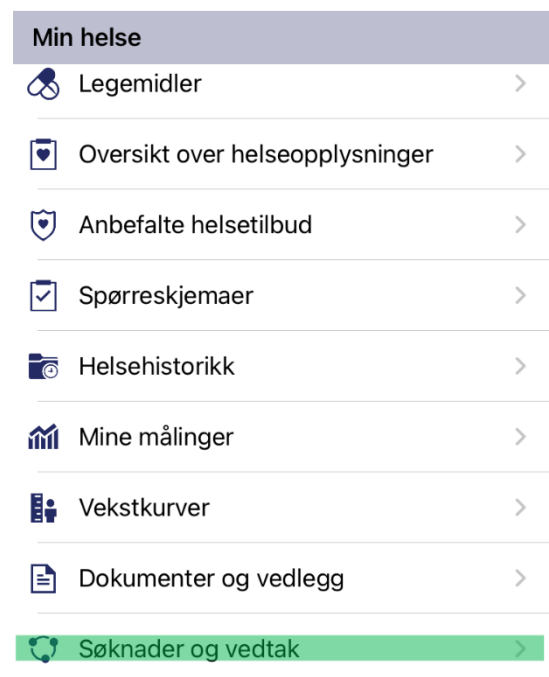
*Denne tjenesten gjelder ikke for hjemmetjenesten, sykehjemmet eller tjenesten for funksjonshemmede. Da tar du kontakt som vanlig på telefon.*

## Søk om tjeneste

**Har du ikke nylig hatt kontakt** med en av avdelingene **søker du om tjenesten i HelsaMi** under *Meny-søknader og vedtak*. Der blir du bedt om å svare på noen spørsmål og velger hvilken tjeneste henvendelsen skal sendes til. Henvendelsen sendes direkte til avdeling og vi tar kontakt med deg.

*Du kan ikke bruke HelsaMi for å søke om tjenester fra Helsestasjon/jordmor. Se kommunens nettside for kontaktinformasjon.*

For å bruke HelsaMi på **vegne av ditt barn under 16 år**, må du be om tilgang til ditt barns helseopplysninger. Det er laget en egen informasjonsbrosjyre for foreldre med barn under 16 år som er tilgjengelig på helsestasjonen og våre nettsider.



HelsaMI har systemer for hvordan du kan hjelpe pårørende som selv ikke klarer eller ønsker å bruke digitale løsninger. Se mer informasjon på kommunenes nettside under Helseplattformen – nyttige lenker HelsaMi – pårørendetilgang i HelsaMi og nederst i dette skrivet.



### Innlogging

Du logger deg inn i HelsaMi ved hjelp av Bank-ID

Tips: Vær tålmodig første gang du logger inn. Det kan ta rundt 30 sekunder. Du må godta vilkår for å komme i gang. De kan du også lese under «vilkår for bruk» på [helsami.no](https://helsami.no)

**Startbildet etter innlogging:** På velkomstsiden ser du informasjon til deg som er viktigst for deg akkurat nå. Aller først hender det at du ser en beskjed om å bekrefte telefonnummer og e-post. Det kan du velge å gjøre nå eller senere. For å gå forbi, bare trykk på menyen i midten av bildet.

I menyen kan man også bla. under «**Innsyn og deling**»

- søke om tilgang til ditt barns helseopplysninger
- dele tilgang med dine pårørende eller
- søke om tilgang til journal dersom en person ikke er samtykkekompetent.



OS KOMMUNE

