



Vad berätta om SHVS för nya studenter?

*Ta i bruk webbtjänsten Self.

Self är studentens personliga kanal för dataskyddad kontakt med SHVS. Logga in i Self via Self-knappen som finns på startsidan till SHVS webbplats. Genom att klicka på ifrågavarande knapp tillfrågas du om bankidentifikation eller mobilsäkring. Kontrollera/lägg till dina kontaktuppgifter i Self-tjänsten. Kryssa även i om du vill ha sms/e-postmeddelande om dina bokade tider till SHVS eller när du fått ett meddelande i Self-tjänsten från SHVS, samt övriga dataskyddsställningar.

Via Self kan du omboka/inhibera bokade tider eller boka tid om du fått en tidsbokningsbiljett. I Self-tjänsten hittar du bl.a. förnyelseformulär för p-pillar och formulär för resehälsa. I Self finns även en chatkanal för vårdbedömning/tidsbokning samt kontaktlänk för distansmottagning.

*SäTKy eller den elektroniska hälsoenkäten skickas till alla förstaårsstudenter via Self. Du fyller väl i hälsoenkäten. Efter att du besvarat hälsoenkäten får du en personlig bedömning av din hälsa. Utifrån enkäten får du även vid behov tidsbokningstillstånd för hälsovårdarens undersökning eller tandläkarens munhälsokontroll. Den första munhälsokontrollen är gratis.

***Serviceställen** Du kan använda vilket som helst av SHVS serviceställen och en del mottagningsbesök kan du även sköta på distans från din egen hemdator. Servicestälernas adresser i huvudstadsregionen:

Helsingfors: Tölögatan 37 A, 00260 Helsingfors

Esbo: Otsvängen 12, 02150 Esbo

Esbos serviceställe har öppet vardagar kl. 9-11.

SHVS har en heltäckande webbplats www.yths.fi där du hittar egenvårdsanvisningar och anvisningar för tidsbeställning. SHVS har inte joursevice och alla mottagningar fungerar med tidsbeställning

(Du kan gå förbi SHVS Esbo-serviceställe med studenterna och visa var servicestället finns.)

***Starting Point of Wellbeing** (kandidatcentret, Otsvängen 1, Y199c) är öppet vardagar kl. 9-15.

I Starting Point of Wellbeing finns en representant för välbefinnande på plats varje dag. Se schemat för Starting Point of Wellbeing <https://into.aalto.fi/display/fiopisk/Starting+Point+of+Wellbeing> SHVS hälsovårdare är anträffbar på Starting Point of Wellbeing på tisdagar och torsdagar och du kan komma när det passar dig bäst under öppettiderna. Starting Point of Wellbeing erbjuder de studerande information och serviceraådgivning i frågor som rör välbefinnande.

***Du hittar SHVS även på sociala medier.** Facebook, Twitter, Instagram, YouTube. Följ SHVS kanal på sociala medier. Vi informerar om aktuella ärenden och delar aktuell hälsoinformation på sociala medier.