

Telma på dit eget device



Sådan kommer du i gang med Telma appen på dit eget device

Indholdsfortegnelse

Når du åbner Telma på din egen telefon.....	3
Dagens aktiviteter.....	5
Valgfrie aktiviteter	5
Besked til sygeplejersken – læs og send	6
Deltag i et videomøde	7
Gode råd til Telma på egen telefon	8

Når du åbner Telma på dit eget device



Første gang du åbner Telma

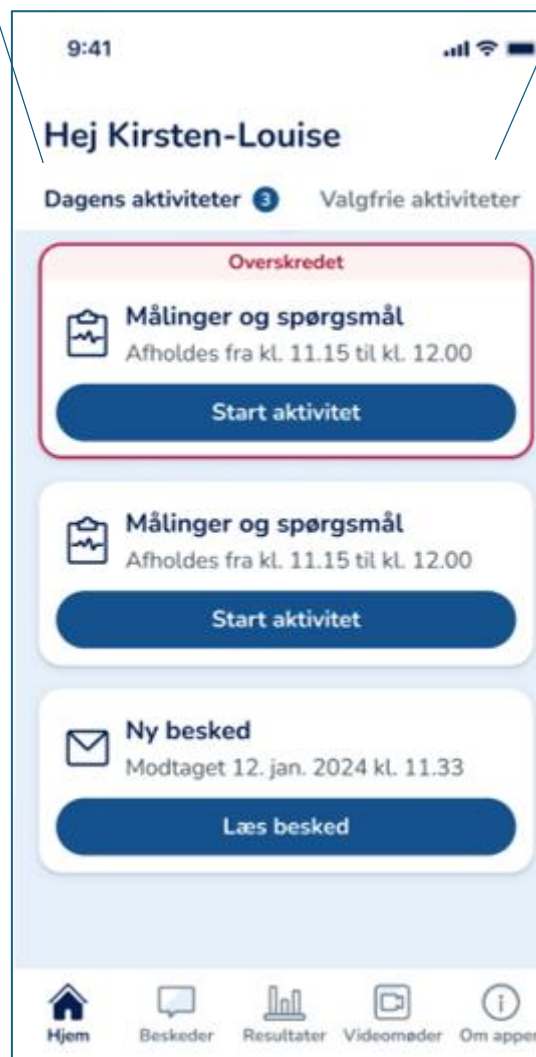


Når du første gang er logget ind med dit MitID, skal du fremadrettet logge ind med din firecifret selvvalgte kode

Overblik over siden

Dagens aktiviteter

Valgfrie aktiviteter



Hjem: Se dagens og valgfrie aktiviteter

Om appen:
Informationer om appen og borger-ID

Beskeder: Se beskeder fra klinikerne

Videomøder: Se planlagte videomøder

Resultater: Se tidligere målinger og værdier

Dagens aktiviteter

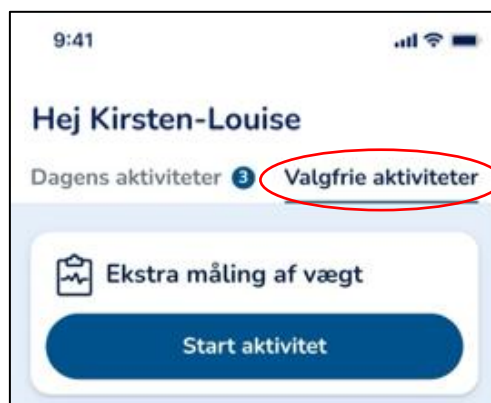
Når du har indtastet din pinkode, kommer du ind på din egen side. Her kan du se dine aktiviteter for dagen.



1. Tryk på 'Start aktivitet' og lad dig guide igennem.

Valgfrie aktiviteter

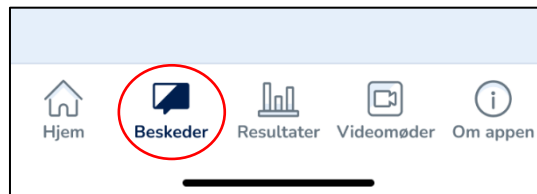
Du kan vælge 'Valgfrie aktiviteter', hvis du oplever et behov for ekstra måling mv.



1. Tryk på fanen 'Valgfrie aktiviteter'
2. Tryk på 'Start aktivitet' og lad dig guide igennem.

Besked til sygeplejersken – læs og send

Via Beskeder kan du læse beskeder fra sygeplejersken, sende svar tilbage og oprette nye beskeder.



1. Tryk på 'Ny besked'

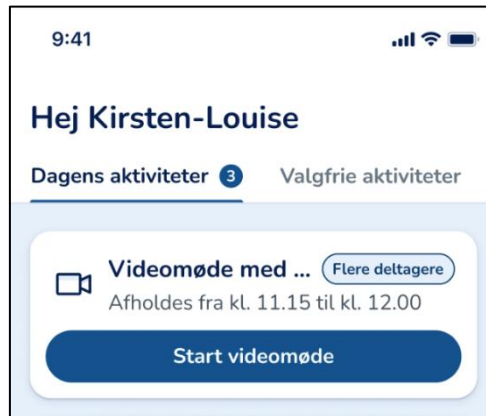


2. Dit behandlerteam er vist i feltet 'Til' og 'Overskrift' skal du selv udfylde og tryk 'Videre'

3. Skriv beskeden og tryk på 'Send' – symbolet

Deltag i et videomøde

Under 'Dagens aktiviteter' findes spørgeskema, målinger og planlagte videomøder.



1. Tryk på 'Start videomøde'
 - Første gang du deltager i videomødet skal du give tilladelse til video og mikrofon
2. Du er nu i videomødet. Mødet starter, når i begge deltager
3. Når videomødet er i gang styres kamera og mikrofon i bunden af skærmen
4. Afslut videomødet ved at trykke på 'Læg på'
5. Bekræft på 'Ja, afslut opkald'



Gode råd til Telma på eget device

1. Sørg for at have din telefon opdateret. Opdateringer til din telefon findes under indstillinger
2. Tilføj dit eget WIFI, så du altid har den bedste forbindelse til internettet
3. Det er muligt at bruge både en smartphone eller tablet
4. Download Telma via QR-kode

Obs. på Apple iOS kan appen ikke søges frem, derfor skal QR-kode bruges, det er muligt på android devices.

Apple iOS



Android

