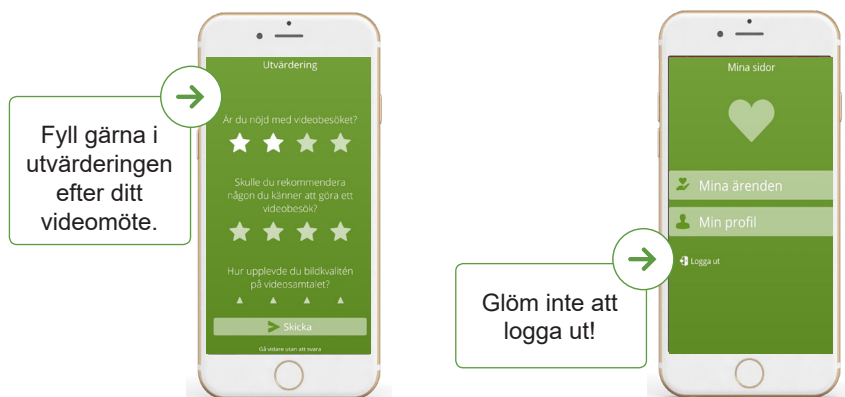


5 Efter ditt videomöte



Mer information

- Läs mer om digitala vårdmöten på 1177.se, sök på ”digitala vårdmöten”.
- Läs mer om appen Bra Liv nära på <https://rjl.se/bralivnara>

Välkommen till ditt digitala vårdmöte

Ibland kan det vara bra att kunna träffa din vårdpersonal utan att behöva komma till oss på vårdcentralen. Inte alla, men många vårdmöten går bra att ha digitalt. I appen Bra Liv nära träffar du våra medarbetare i ett videomöte.

För ett digitalt vårdmöte behöver du

- Ladda ned appen Bra Liv nära till din smartmobil eller surfplatta
- eller använd en dator med webbkamera och mikrofon.
- Internetuppkoppling
- E-legitimation (mobilt BankID)

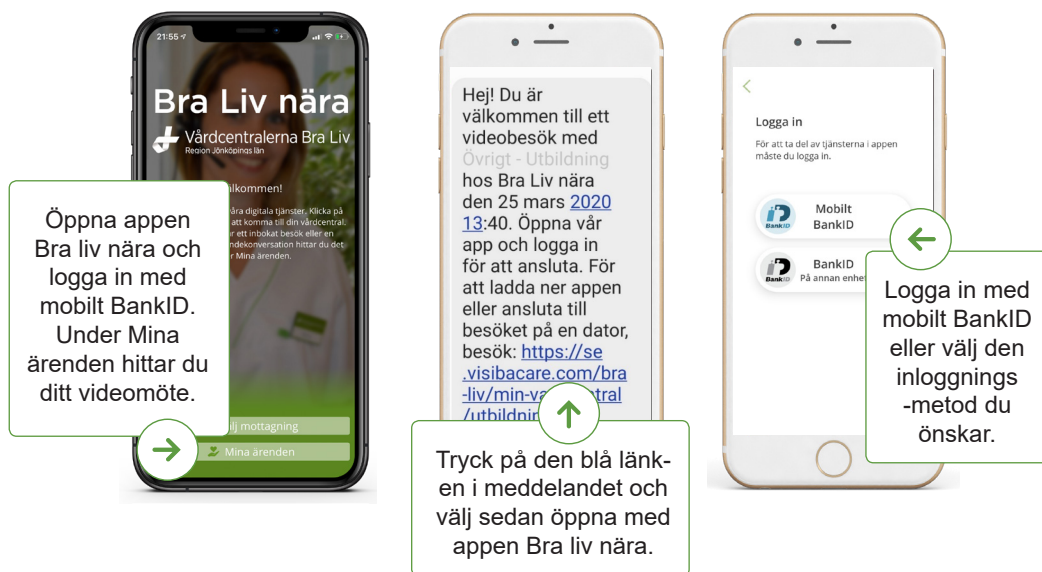
Tips inför ditt digitala vårdmöte

- Tänk igenom vad du vill ta upp på mötet och skriv gärna de frågorna i förväg.
- Fråga om du inte förstår. Be om att kort få återberätta det ni kommer överens om.
- Koppla upp dig i god tid innan mötet börjar så hinner du testa att bild och ljud fungerar.
- Använd gärna hörlurar för bättre ljud.
- Sitt i en lugn miljö med bra belysning så ni som är i mötet hör och ser varandra bra. Håll mobilen eller surfplattan stilla för en bättre bild.
- Efter mötet kan du ta del av informationen i din journal, som du hittar på 1177 Vårdguidens e-tjänster.



1 Logga in i appen Bra liv nära i mobilen

Du kan komma till ditt bokade videomöte direkt i appen Bra Liv nära eller genom meddelandet från din vårdcentral.



3 Gör dig redo för ditt bokade videomöte



2 Aktivera kamera och mikrofon



4 Skicka meddelande, bild eller film

