

Så här går det till ...

HPI

Hälsoscreening

Evidensbaserad – Digital – Kostnadseffektiv



Skapa länken och anpassa texter, datum mm

Ni utgår från våra textmallar och skapar anpassade texter för:

- **Välkomsttext** - vad deltagaren ska tänka på då hen besvarar enkäten.
- **Samtyckestext** - vilka uppgifter som lagras och deltagarens rättigheter.
- **Erbjudandetext** – anpassad återkoppling utifrån Frisk – Riskgrupp, och vad deltagaren ska tänka på inför ett eventuellt hälsosamtal.

Ni bestämmer även **inloggningssätt** för deltagarna och **tidsperiod** för enkäten.

Deltagarna får sedan länken via:

- HPI:s e-postutskick
- Ert egna e-postutskick
- Er Kunds intranät eller dyligt

Allt material och mer info hittar du på <https://www.hpihealth.se/bestall-enkatlank>

Samtycke till behandling av personuppgifter

Företagshälsövården AB
Org: 603000-XXXX
Gataadressen 11
123 45 Staden

Din arbetsgivare vill att du lämnar vissa uppgifter om dig själv till oss. All behandling kommer ske i enlighet med EU:s Dataskyddsförordning (2016/679).

Ändamålet med behandlingen är att få en bild av din hälsa och hälsan på din arbetsplats, se behovet av eventuella insatser samt se utveckling över tid. För att få behandla personuppgifter om dig behöver vi ditt samtycke.

Personuppgifter vi vill behandla är namn, personnummer, kön, mejladress, organisation och yrke, hälsodata samt hur du upplever din hälsa och livsstil.

Din arbetsgivare kommer endast ha tillgång till en anonymiserad gruppmanntalning. Dina personuppgifter kommer inte att lämnas ut till någon annan eller användas för något annat ändamål än ovan.

Du har enligt EU:s Dataskyddsförordning, kapitel 8, rätt till insyn i vilka personuppgifter vi behandlar om dig, begära rättsställe av felaktiga uppgifter samt begära radering genom att återkalla detta samtycke. Det kan då innebära att vi helt eller delvis inte kan fullfölja våra åtaganden gentemot dig.

Genom att svara JA nedan så samtycker du till att vi behandlar personuppgifter om dig enligt ovan.

Jag samtycker



Deltagaren får en länk och svarar på frågorna

Deltagarna loggar in med Bank ID, personnummer eller födelsedatum och kön, ger samtycke och svarar på frågorna.

Frågorna kan besvaras via dator, smartphone, eller surfplatta.

27 frågor tar endast några minuter att besvara.

Deltagaren kan välja språk mellan svenska, engelska och norska.

The image displays three overlapping screenshots of a health assessment questionnaire. The top-most screenshot is in Swedish and titled 'Restitusjon'. It contains a question 'Min sömn är ...' with a 'Meget dårlig' button selected. Below it is a question 'Föruten om å sove, bruker du ...' with an 'Aldri' button selected. The middle screenshot is in English and titled 'Recovery'. It contains a question 'My sleep is ...' with a 'Very poor' button selected, and a question 'In addition to sleep, ...' with a 'Never' button selected. The bottom-most screenshot is in Norwegian and titled 'Återhämtninng'. It contains a question 'Min sømn er ...' with a 'Mycket dårlig' button selected, and a question 'Utöver sømnen gir jeg meg tid til återhämtninng ...' with an 'Aldrig' button selected. A fourth screenshot, titled 'Opplevd helse', is partially visible at the bottom, showing a question 'Min fysiske og psykiske helse ...' with a 'Meget dårlig' button selected. The buttons are color-coded: teal for the first two questions and purple for the last two.



Deltagaren sparar själv sitt resultat till Hälsokontot

Skapa ett hälsokonto

Du ser ditt resultat nedan. Du kan skapa ett Hälsokonto på Todaytoo och spara resultatet. På ditt hälsokonto kan du också se resultat mer i detalj och jämföra med arbetslivet mm.

Skapa hälsokonto med BankID

Personnummer

Privat e-post

Vi rekommenderar att du använder privat e-post för dina resultat.

Skapa ett konto med BankID

Skapa hälsokonto med e-post och lösenord

Privat e-post

Vi rekommenderar att du använder privat e-post.

Välj ett säkert lösenord nedan. Ett lösenord måste:

- vara minst sex tecken långt
- innehålla minst en siffra
- innehålla minst en stor bokstav
- innehålla minst en liten bokstav

Lösenord

Repetera lösenord

Skapa ett konto med e-post

Jag har redan ett konto

Jag har redan ett konto

Spara ditt resultat på hälsokontot

Vi ser att du redan har ett hälsokonto på Todaytoo. Logga in med BankID för att spara ditt resultat.

Spara och logga in

Om du inte har möjlighet att logga in och spara ditt resultat nu, kan du kopiera och spara länken nedan för att logga in och spara resultatet senare.

https://todaytoo.se/login/Eyrj4j1jAWjBhXjXsSIWU7mfwwm4PAP7Tf_Kh0yxps/KtwWWYktgkOzHxDglzo-2w

Kopiera länk

Efter besvarad Hälsoscreening väljer deltagaren själv om hen vill spara sitt resultat till Hälsokontot.

Om deltagaren inte har ett Hälsokonto sedan tidigare skapar hen enkelt ett Hälsokonto direkt från resultatsidan.



Deltagaren ser resultatet på sitt Hälsokonto

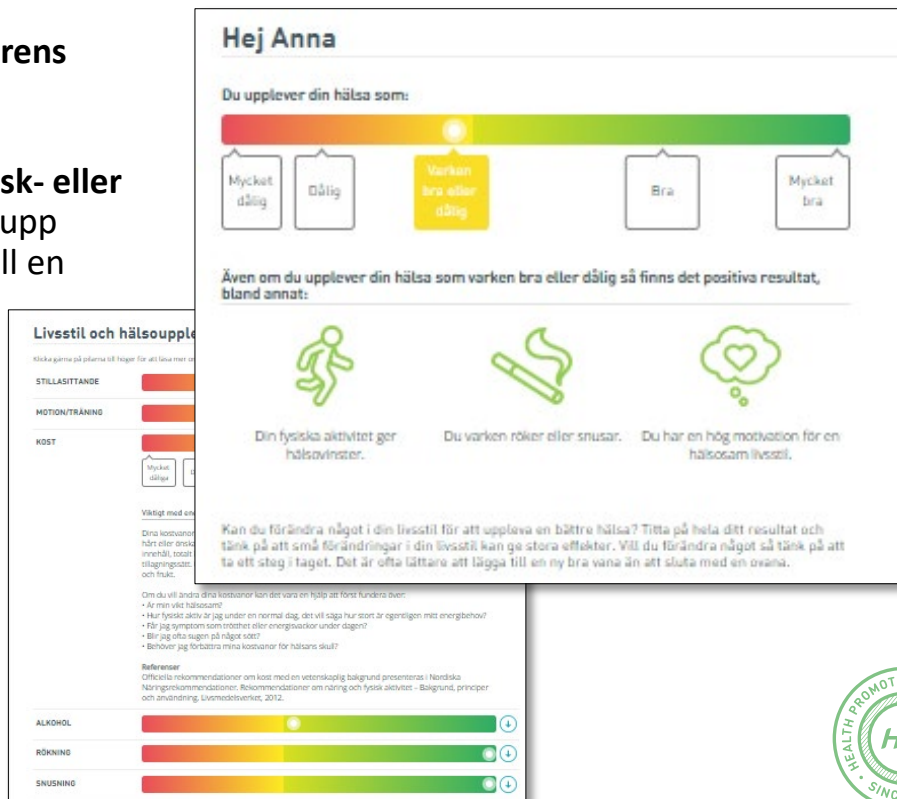
Resultatet presenteras med utgångspunkt i deltagarens upplevda hälsa och hens Frisk- eller Riskgrupp.

Informationen kan anpassas utifrån deltagarens Frisk- eller Riskgrupp. Till exempel så kan deltagare i HPI Riskgrupp erbjudas ett ökat individuellt stöd för att motivera till en hälsosam livsstil genom en Hälsoprofil.

Deltagaren **uppmuntras till reflektion** över sin hälsa och om det är något som hen kan och vill förändra.

Positiva hälsovanor/hälsoupplevelser lyfts fram.

Deltagaren kan följa sin utveckling, och jämföra sitt resultat med svenska arbetslivet



Du genomför hälsosamtalet

Hälsoscreeningens resultat är utgångspunkten för samtalet. I vår nyutvecklade webbtjänst Plustoo.com kan du se samma resultat som deltagaren.

Plustoo.com för dig som användare

The screenshot shows the Plustoo.com user interface. The user is identified as Marie. The main content area displays the results of a health screening titled "Livsstil och hälsoupplevelser". The results are shown as horizontal bars with a color gradient from red to green. The categories and their approximate scores are: STILLASITTANDE (green), MOTION/TRÄNING (yellow-green), KOST (yellow), ALKOHOL (yellow-green), and RÖKNING (yellow-green). Below the KOST bar, there are five labels: "Mycket dåliga", "Dåliga", "Varken bra eller dåliga", "Bra", and "Mycket bra". The "Dåliga" label is highlighted in orange. Below the results, there is a section titled "Viktigt med energibalans" with text explaining the importance of energy balance and a list of questions to consider. At the bottom, there are sections for "Referenser" and "ALKOHOL" and "RÖKNING" with their respective progress bars.

Hälsokontot på Todaytoo.se för deltagaren

The screenshot shows the Todaytoo.se user interface. The user is identified as Marie. The main content area displays the results of a health screening titled "Livsstil och hälsoupplevelser". The results are shown as horizontal bars with a color gradient from red to green. The categories and their approximate scores are: STILLASITTANDE (green), MOTION/TRÄNING (yellow-green), KOST (yellow), ALKOHOL (yellow-green), and RÖKNING (yellow-green). Below the KOST bar, there are five labels: "Mycket dåliga", "Dåliga", "Varken bra eller dåliga", "Bra", and "Mycket bra". The "Dåliga" label is highlighted in orange. Below the results, there is a section titled "Viktigt med energibalans" with text explaining the importance of energy balance and a list of questions to consider. At the bottom, there are sections for "Referenser" and "ALKOHOL" and "RÖKNING" with their respective progress bars.



Plustoo.com är en spegling av Plustoo PC

Plustoo.com är en ny webbtjänst där du bland annat kan öppna besvarade Hälsoscreeningar samt skapa Hälsoprofiler och Konditionstester.

Plustoo.com är kopplad till samma databas som programvaran Plustoo, så alla deltagare och tester som syns i programvaran Plustoo syns även i Plustoo.com. Alla tester, ändringar, kommentarer, Hälsokonton mm syns i både programvaran Plustoo och Plustoo.com.

Säkerheten för Plustoo.com är lika hög som för programvaran Plustoo. Läs mer om säkerheten för Plustoo.com, Todaytoo.se och programvaran Plustoo, [Teknisk specifikation](#)

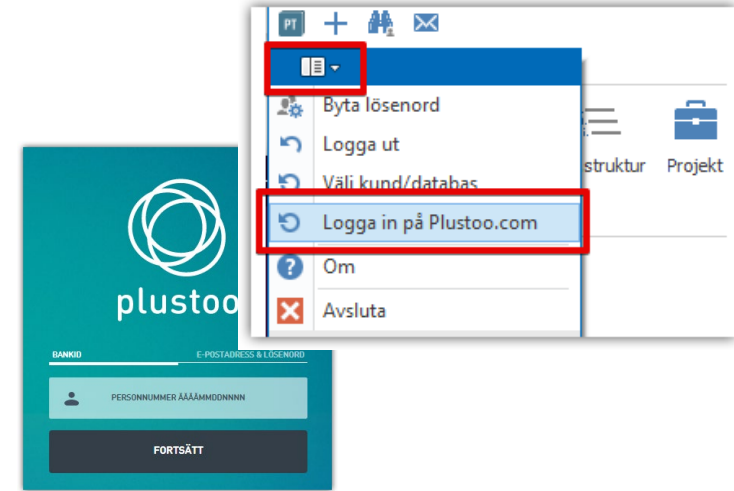


Logga in på Plustoo.com från programvaran Plustoo

Logga in på www.plustoo.com med BankID, eller direkt från programvaran Plustoo.

Logga in i Utbildningsläge och testa kostnadsfritt hur Plustoo.com ser ut för dig som användare.

1. Lägg till dig själv som deltagare med ditt fullständiga personnummer.
2. Skapa sedan en Hälsoprofil.
3. Skicka resultatet till ditt Hälsokonto för att se hur resultatet presenteras för deltagaren.



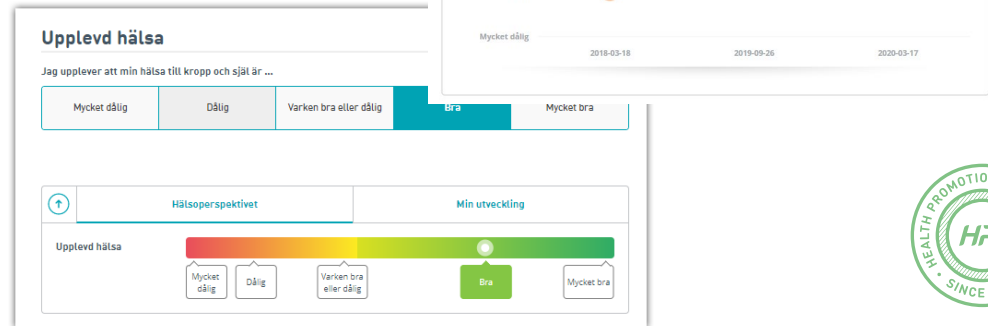
I Plustoo.com ser ni mer efter varje fråga

Om ni genomför ett videosamtal kan ni med fördel dela er skärm, då ni i Plustoo.com på respektive fråga/mätvärde kan visa:

- Deltagarens utveckling
- Svaret ur ett hälsoperspektiv

När ni delar skärm ser ni båda samtidigt eventuella ändringar i Plustoo.com.

Om deltagaren tittar på sitt Hälsokonto behöver hen logga ut/in för att eventuella ändringarna ska uppdateras.



Demo

HPI Hälsoscreening

<https://hpi.todaytoo.se/survey/hs/demo>

HPI Hälsoscreening med HPI Arbetsplatsprofil

<https://hpi.todaytoo.se/survey/hs-app/demo>

Todaytoo - Hälsokonto för alla HPI-tjänster:

<https://www.todaytoo.se/login>

Användarnamn: hpi@hpinordic.se

Lösenord: Hpb1976



Hälsoscreening är en tids- och kostnadseffektiv tjänst som hjälper arbetsgivaren att snabbt kartlägga hälsan bland sina medarbetare, identifiera Frisk- och Riskgrupper och prioritera rätt hälsoinsatser.

Hälsoscreening är utmärkt som underlag för ett hälsosamtal med deltagaren. Med hälsokontot på Todaytoo kan deltagarna följa sin utveckling.