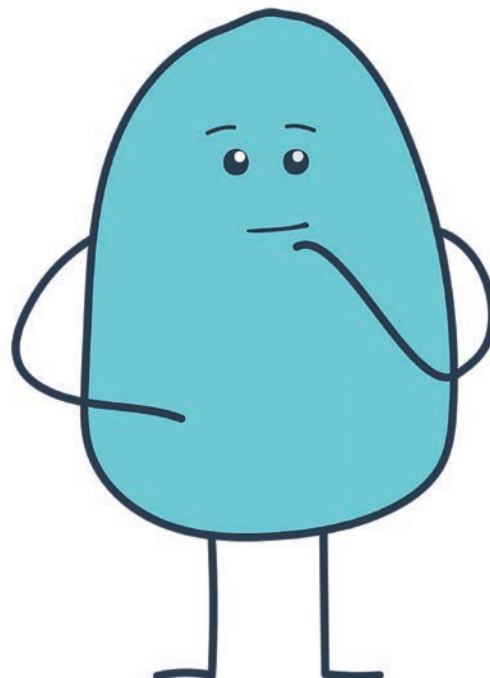


MINE SYMPTOMER

Få hjælp til symptomer med et internetbaseret behandlingsprogram



Information

"Mine Symptomer" er et internetbaseret selvhjælpsprogram til behandling af symptomer. Du kan tilgå programmet fra computer, tablet eller smart-phone.

Du har adgang til programmet i 8 uger fra den dag, du første gang logger på. Indholdet i programmet åbner gradvist.

Efter en uge har du adgang til alt indhold.

Hvad forventes af dig?

Det anbefales, at du bevidst afsætter tid til at sidde ved en computer mindst 2 gange om ugen og bruger ca. en ½ time hver gang. Derudover er det en god idé at arbejde med ting fra programmet i din hverdag. Du behøver ikke at gennemgå hele programmet. Du kan vælge de moduler, der giver mest mening for dig at arbejde med.

Kontakt

For spørgsmål til programmet, kan du kontakte supporten på telefon: 2147 6826, eller e-mail: mine.symptomer.info@auh.rm.dk

Husk din egen læge

Hvis dine symptomer ændrer sig betydeligt, eller der opstår nye symptomer, skal du tage kontakt til din egen læge.

Gå ind på



www.mine-symptomer.dk

Vælg **MINE SYMPTOMER**

Brug **MitID** og følgende kode til at logge ind med:



MINE SYMPTOMER: Programoversigt

