

Lunna

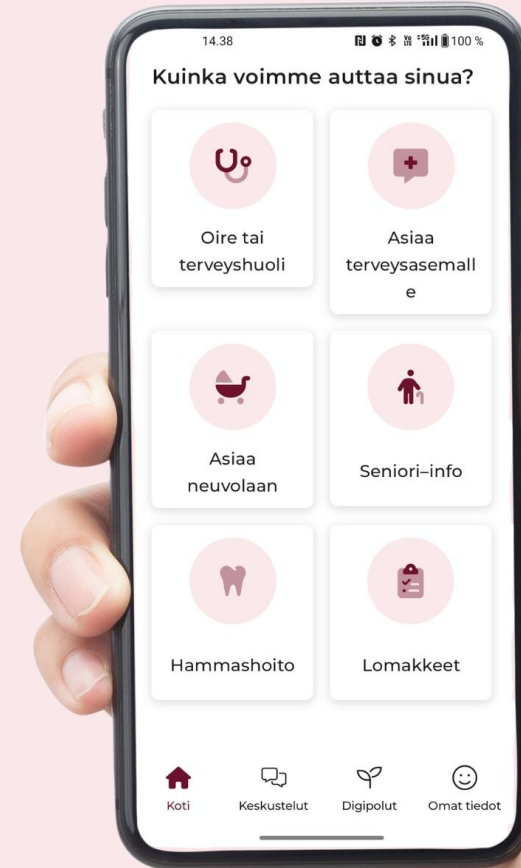
Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

Lunna – enkelt att uträtta ärenden digitalt

Hur sköter jag social- och
hälsovårdsärenden digitalt?

Ida Forslund, Västra Nylands välfärdsområde

7.10.2026, Kyrkslätt



Lunna
Just meille.

Dagens teman

- Vad är Lunna?
- Lunnas tjänster
 - Chatt och icke-brådskande meddelande
 - Videomottagning
 - Digitala vårdstigar
- Hur börjar jag använda Lunna?
- Att uträtta ärenden för någon annan
- Andra digitala tjänster
- Var får jag stöd för att använda Lunna?



Vad är Lunna?

- Lunna är Västra Nylands välfärdsområdes digitala servicekanal.
- I Lunna får du kontakt med till exempel hälsostationen, tandvården och Seniorinfo.
- Du kan uträtta ärenden i chatten vardagar kl. 8–16 eller skicka ett icke-brådskande meddelande när som helst.
- Hälsostationernas Digiklinik-chatt är öppen mån–sön kl. 8–20.



Du kan använda Lunna via en app på en smart enhet eller i webbläsaren.



Identifiera dig starkt. En del av tjänsterna fungerar också utan identifiering.



Vi betjänar på finska, svenska och engelska.

Lunnaas tjänster – chatt och meddelanden



● Meddelande
 ● Chatt
 ● Anonymt

	M	C	A
Hälsostationstjänster	●	●	
Tandvård	●	●	
Seniorinfo	●	●	●
Rehabiliteringstjänster och fysioterapi	●		
Familjerättsliga tjänster	●		
Rådgivning inom socialservice	●	●	●

	M	C	A
Mentalvårds- och missbrukartjänster	●		
Funktionshinderservice	●		
Rådgivningen	●	●	
Elevers och studerandes välbefinnande	●		
Kundtjänst	●	●	●
Social- och patientombudet	●		●

Lunna tjänstemeny

- I Lunna finns flera av välfärdsområdets tjänster som du kan kontakta
- Om du är osäker på vart du ska vända dig, fråga kundtjänsten

Tillgängliga tjänster



Kundtjänstchatt

Öppen vardagar kl 8–16



Kontakta kundtjänsten

Vi svarar inom en vardag



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

Starta en ny diskussion

Våra tjänster



Hälsostationstjänster

När du blir sjuk eller behöver kontakta din hälsostation



Rådgivningen

När du väntar barn eller är orolig över ditt barns utveckling



Tandvård

För bekymmer kring mun- och tandhälsa



Rådgivning inom socialservice

När du behöver handledning och rådgivning för vardagen eller förändrade livssituationer



Kundservice

Allmän rådgivning om välfärdsområdets tjänster. Vid behov hänvisar vi dig till ekonomiska tjänster.



Mentalvårds- och missbrukartjänster

När du behöver rådgivning och bedömning relaterad till mental hälsa och/eller beroendeproblematik.



Rehabiliteringstjänster och fysioterapi

Vägledning och råd om rehabiliteringstjänster



Elevers och studerandes välbefinnande

Kontakta din läroanstalts hälsovårdare, kuratorer eller psykologer



Funktionshinderservice

När du behöver stöd eller rådgivning om tjänster på grund av en funktionsnedsättning eller en långvarig sjukdom.



Starta en ny plan



Längd: 12 veckor
Drink mindre

Under coachningen får du varje vecka information om alkoholens effekter på hälsan och välbefinnandet samt metoder för att minska ditt drickande. Om du grubblar över något stöttar coachen dig under hela programmet.



Längd: 14 veckor
Fri från nikotin

Stigen Fri från nikotin erbjuder dig stöd och praktiska verktyg för att sluta använda nikotinprodukter. Varje vecka får du tips för att planera avväjningen, hantera abstinenssymtomen och leva ett nikotinfritt liv. Med små steg i taget stärker du ditt beslut och skapar bestående förändringar.



Lunnas tjänster – digitala vårdstigar

- Lunnas digitala vårdstigar erbjuder coaching inom olika teman, till exempel kost, motion och sömn.
- De kan genomföras självständigt och är öppna för alla.
- Vårdstigarna innehåller uppgifter, anvisningar och videor och pågår i 12–16 veckor.
- För närvarande ca 10 st. öppna för alla
- Dessutom finns vårdstigar dit man hänvisas via en yrkesperson, t.ex. ryggsmärta och förkylning (utifrån bedömning av vårdbehovet)



Digital vårdstig: Välbefinnande i seniorvardagen

- 12 veckor lång digital vårdstig i Lunna – information och tips för att stöda vardagen.
- Teman: kost, motion, en smidig vardag och ett tryggt hem, minne samt sömn och återhämtning.

Så här kommer du igång

1

Öppna Lunna

Använd Lunna-appen
eller lunna.fi

2

Välj pågående digistigar

Välj digistigen
"Välbefinnande i
seniorvardagen"

3

Genomför i egen takt

Svara på enkäter, ta del
av innehållet och gör
uppgifter när det passar
dig.

Om dina svar tyder på att du behöver mer stöd uppmanas du att kontakta en yrkesperson via ett icke-brådskande meddelande.

Vid behov får du också hjälp med att använda den digitala tjänsten.

Välbefinnande i seniorvardagen

Längd: 12 veckor

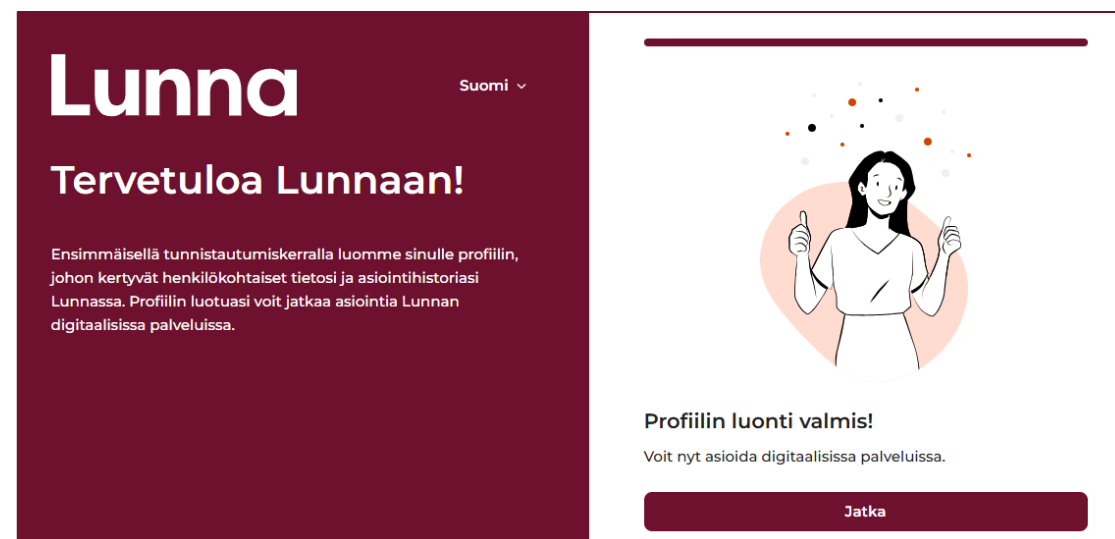
Välkommen till Digistigen, som är avsedd att stödja äldre personers välbefinnande och funktionsförmåga i vardagen. Stigen erbjuder praktiska sätt att främja hälsan och hjälper dig att känna igen vilka faktorer som påverkar ditt välbefinnande. Du får tillgång till tydliga verktyg som stöd i vardagen, lär dig att känna igen dina egna resurser och hittar sätt att stärka dem på ett sätt som passar just dig.

Så här börjar du använda Lunna:

1. Ladda ner Lunna-appen från appbutiken eller gå till adressen lunna.fi
2. Identifiera dig starkt, till exempel med mobilcertifikat.
3. Ange ditt telefonnummer utan den första nollan.
 - Ex. 50123 4567
4. Bekräfta numret genom att skriva den sexsiffriga bekräftelsekod du fått per sms.
5. Godkänn användarvillkoren.
6. Tillåt aviseringar så att du får information om nya meddelanden



Fick du inget meddelande?
Kontrollera skräppostmappen!



Starta en diskussion

1. Välj önskad tjänst.
2. Klicka på **"Starta ny diskussion"**.
3. I vissa tjänster behöver du först svara på en kort enkät. När du har svarat klickar du på **"Fortsätt"**, varefter du kan börja diskussionen med en yrkesperson.
4. Skriv meddelandet och välj **"Skicka"**.

1

Starta en ny diskussion

Våra tjänster

**Hälsostationstjänster**

När du blir sjuk eller behöver tjänster från hälsostation, diabetescenter eller egenvårdsdistribution. Ring nödnumret 112 vid livshotande situationer.

**Rådgivning och habilitering för barn och unga**

Då du väntar barn eller behöver stöd i frågor gällande ditt barns tillväxt och utveckling eller barnets/ den ungas habilitering.

**Tandvård**

När du är orolig för munhälsan eller vill sköta ärenden som gäller tidsbokning, servicesedel eller fakturering.

**Rådgivning inom socialservice**

När du behöver handledning och rådgivning i vardagen eller vid förändrade livssituationer för barnfamiljer, personer i arbetsför ålder eller personer med funktionsnedsättning.

**Kundservice**

När du har frågor om välfärdsområdets tjänster eller om fakturor och klientavgifter.

2



Kundtjänstchatt

Kundtjänstens chatt är öppen på vardagar kl. 8–16. Vi hjälper dig när du behöver allmän rådgivning om välfärdsområdets tjänster eller vill ge respons.

Starta en ny diskussion

3

Symtomenkät och förhandsuppgifter

Stäng

Hur kan vi hjälpa?
I kundtjänstens chatt ger vi råd i allmänna ärenden och hänvisar dig till rätt tjänst. Skriv inte hälsouppgifter i chatten.

Jag berättar mitt ärende

Tillbaka

Fortsätt

4

Meddelande

Skriv ditt meddelande här...

 **Lägg till bilaga**

Skicka

I Lunna ser du dina händelser

- Du hittar händelser i appen under: Mina uppgifter, Händelser
- I webbläsarversionen: Egna händelser
- **I Lunna visas för närvarande:**
 - Patientjournaler: anteckningar av yrkespersoner inom hälso- och sjukvården, med *undantag* för mun- och tandvårdens anteckningar.
 - Laboratorieremissar och -resultat: största delen av resultaten visas genast, en del med fördröjning.
 - Tidsbokningar: kommande och tidigare mottagningstider samt anvisningar och avbokningsvillkor i anslutning till dem. Obs. I Lunna visas tidsbokningar som finns i patientdatasystemet (LifeCare)
 - Du kan också se uppgifter om den person vars ärenden du uträttar.

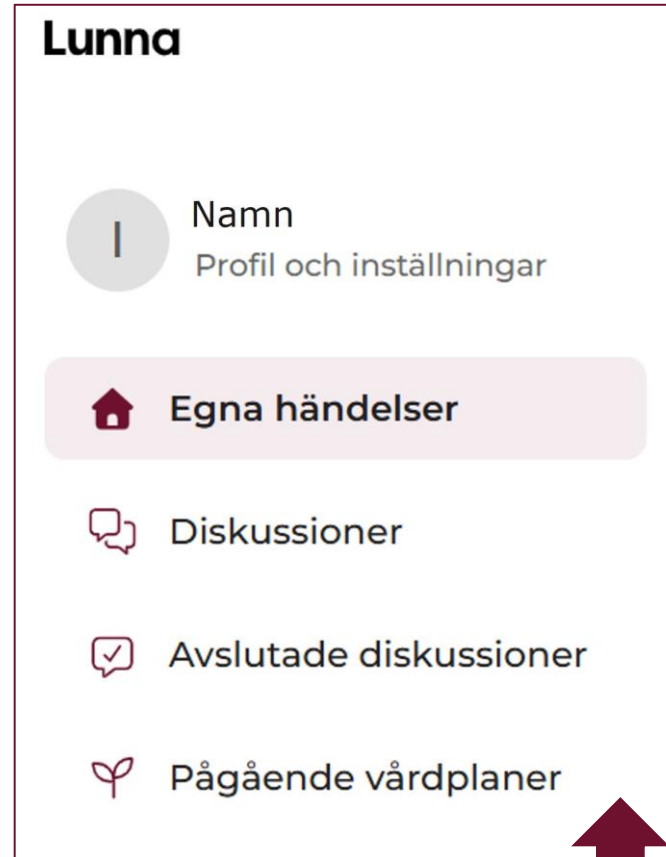
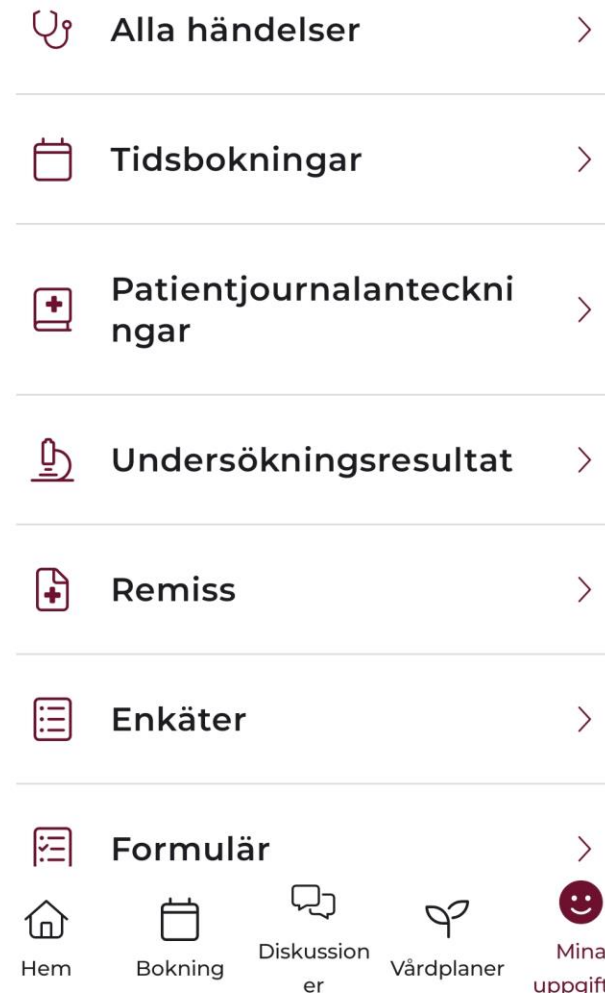


Bild från webbläsaren

Bild från appen

HÄNDELSER

Du kan granska alla händelser du har påbörjat och fylla i nya formulär eller enkäter.



Självbokning av tid i Lunna

- I Lunna används självbokning av tider
- För närvarande (1.10.2026) kan tider bokas till följande tjänster
 - för första besök på mödrarådgivningen (distansmottagning, graviditetsveckor 8–10)
 - för första besök inom fysioterapi och ergoterapi för vuxna
 - för besök hos skol- och studerandehälsovårdens hälsovårdare eller för uppbådsgranskning.
 - Hälsoundersökning för arbetslösa
 - Säsongsvaccinationer
- Framöver kommer självbokningen att utvidgas så att vi kan samla all självbokning i Lunna.
- Till exempel besök hos sjukskötare och självbokning inom mun- och tandvården finns tills vidare i Medborgarens hälsotjänst (luvn.terveytesi.fi)

Lunna

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

15.44

VoLTE 50% 70%

Namnet

Bokning

Sök en tjänst



Sök mottagning eller stad



Tidigas
t



Hitta den vårdpersonal du
behöver

✓ Välj tjänst

✓ Välj också verksamhetsställe



Hem



Bokning



Diskussion
er



Vårdplaner



Mina
uppgifter

Tidsbokning till säsongsvaccin

- För vaccinationen måste en egen tid bokas för varje person.
- Steg för steg instruktioner hur jag bokar tid till säsongsvaccinering:
 1. Logga in
 2. Välj "Bokningar"
 3. Sök en tjänst: Hälsostationens säsongsvaccination
 4. Sök mottagning eller stad: Kirkkonummen terveysasema eller Masalan terveysasema

Bokning

Hälsostationens säsongsvaccinat... ✕

Kirkkonummen terveysasema ✕

Tidigast



Följ specialitetens instruktioner.

[Se anvisningarna och avbokningsvillkoren](#)

Imorgon 07.10.2026

S

Tillgänglig Imorgon 09:45 ⓘ
Kirkkonummen terveysasema ⓘ

Säsongsvaccination 2 Kyrkslätt
Hälsostationens säsongsvaccination

S

Tillgänglig Imorgon 14:50 ⓘ
Kirkkonummen terveysasema ⓘ



Hem



Bokning



Diskussioner



Digtigar



Profil

Säsongsvaccin

- **Grupp som vaccineras:**
- **Personer över 75 år**
- **Personer med allvarlig immunbrist**
- Tidsbokningen öppnas: **Ons 23.9.2026**
Vaccinationerna börjar: **Ons 7.10.2026**
- **Grupp som vaccineras:**
- **Personer över 18 år med två eller fler riskfaktorer**
- **Personer som har rätt till influensavaccin**
- Tidsbokningen öppnas: **Ons 7.10.2026**
Vaccinationerna börjar: **Ons 21.10.2026**

←

Välj en tid

Följ specialitetens instruktioner.
Se anvisningarna och avbokningsvillkoren

S Säsongsvaccination 1 Kyrkslätt

Tillgängliga tider
På valt datum

Imorgon

Alla Möte Diskussion p

14:50
5 minuter
Kirkkonummen terveysasema

14:55
5 minuter
Kirkkonummen terveysasema

15:00
5 minuter
Kirkkonummen terveysasema

15:10
5 minuter
Kirkkonummen terveysasema

Bokning

Hälsostationens säsongsvaccinat... X

Oktober 2026

< >

mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

☐ Tillgängliga tider

☒ Vald tid

☐ Idag

Tillbaka

Välj datum

Att uträtta ärenden för någon annan

- Du kan uträtta ärenden i Lunna för någon annan om
 - du är vårdnadshavare för ett barn under 18 år **eller**
 - du har fått Suomi.fi-fullmakter för att sköta både socialvårds- och hälso- och sjukvårdsärenden.
- Fullmakter kan ges eller begäras genom identifiering på adressen: [suomi.fi/fullmakter](https://www.suomi.fi/fullmakter)
- Om du inte har starka identifieringsverktyg kan du ge en närstående fullmakt med ansökan på adressen: <https://www.suomi.fi/fullmakter/fullmakt-med-ansokan>
- När fullmakterna har getts kan du lägga till den närstående i Lunna under "personer vars ärenden jag uträttar". Detta ska göras innan du kan uträtta ärenden för en annan person.

Uträtta ärenden inom socialvården

Fullmaktsärende person Social- och hälsovård Som berör personen 33 e-tjänster

Med den här fullmakten kan den befullmäktigade:

- granska fullmaktsgivarens kunduppgifter inom socialvården
- söka socialtjänster på fullmaktsgivarens vägnar
- få information om beslut angående fullmaktsgivarens socialvård
- meddela och ta emot uppgifter om fullmaktsgivarens socialvård.

Uträttande av ärenden inom hälso- och sjukvården

Fullmaktsärende person Social- och hälsovård Som berör personen 79 e-tjänster

Med denna fullmakt kan den befullmäktigade på fullmaktsgivarens vägnar sköta ärenden inom hälso- och sjukvården. Den befullmäktigade kan:

- granska uppgifter som gäller fullmaktsgivarens hälsa
- göra och ändra tidsbeställningar inom hälso- och sjukvården
- meddela och ta emot uppgifter som gäller fullmaktsgivarens hälsa.

Vanliga frågor 1/2

- **När och hur får jag aviseringar från Lunna:**

- Aviseringsinställningarna godkänns i samband med registreringen, och de kan senare kontrolleras och ändras i Lunna under "Mina uppgifter", "Samtycken". I webbläsarversionen finns aviseringsinställningarna i profilen. Kom också ihåg att kontrollera i telefonens inställningar att aviseringar från Lunna-appen är tillåtna.
- Du får aviseringar från Lunna när något nytt händer i ditt ärende. Via sms får du information om ett nytt meddelande, en ny enkät eller en engångsbekräftelsekod. Till e-posten får du aviseringar om tidsbestämda chattinbjudningar och annulleringar av dem samt bekräftelser på tider som bokats eller avbokats via Lunna.
- Om du inte får aviseringar, kontrollera under Mina uppgifter att ditt telefonnummer har landskoden +358 samt kontrollera meddelandeappens skräppostmapp.

- **Vilka tekniska krav ställs för att använda Lunna?**

- För att använda Lunna-appen på en mobilenhet eller uppdatera till den senaste appversionen ska din enhet ha ett tillräckligt nytt operativsystem:
 - Android-enheter: Android-version 11 eller nyare
 - iPhone och iPad: iOS-version 17 eller nyare

Vanliga frågor 2/2

- **Kan jag förnya recept i Lunna?**

- I Lunna kan du inte förnya recept direkt.
- Du kan granska och förnya recept i MittKanta. Om det inte är möjligt kan receptet också förnyas via hälsostationens digiklinik i Lunna.

- **Varför lyckas inte registreringen eller inloggningen?**

- I samband med registreringen ska du ange ditt telefonnummer och du får ett sexsiffrigt bekräftelsemeddelande per sms. Ange telefonnumret utan den första nollan. Om du inte får bekräftelsemeddelandet, kontrollera meddelandenas skräppostmapp.
- Om registreringen fortfarande inte lyckas, säkerställ att din internet- och VPN-förbindelse inte orsakar problem. Prova om möjligt ett annat nätverk eller en annan enhet.

- **Kostar det att använda Lunna?**

- Största delen av Lunnas chatt- och icke-brådskande meddelandetjänster är avgiftsfria. Till exempel sjukskötarens chattmottagning är avgiftsfri och motsvarar hälsocentralens sjukskötarmottagning.
- Om chatten övergår till läkarens mottagning tas samma klientavgift ut som för andra distansmottagningar, såsom videomottagning eller vårdssamtal.
- Även en del andra distansmottagningar är avgiftsbelagda.
- Mer information om klientavgifter hittar du på [vår webbplats](#).

Andra digitala tjänster

- **MittKanta**

- Hälsouppgifter och yrkespersoners anteckningar, förnyelse av recept

- **Medborgarens hälsotjänst (lunna.fi/terveytesi)**

- Beställning av egenvårdsmaterial i hela Västra Nylands område
- Mun- och tandvård – tidsbokning till tandvården när det finns en giltig vårdplan
- Tidsbokning för borttagning av stygn

- **Digitala blanketter**

- I Lunna finns digitala blanketter, men en del blanketter finns i blanketttjänsten, till exempel begäran om information, ansökan om avgiftstak och blanketten för byte av hälsostation

- **Maisa**

- Maisa används inom den specialiserade sjukvården, det vill säga i HUS tjänster.

- **Tidsbokning till laboratorium (HUS tidsbokning)**

- På adressen: [Laboratorieundersökningar, rådgivning och tidsbokning | HUS](https://lunna.fi/laboratorio)
- Alla våra digitala tjänster finns på adressen www.lunna.fi/sv/digitalt-stod
- På webbplatsen finns också mycket information om aktörer som erbjuder digitalt stöd!

Var får jag stöd för att använda Lunna?

Kundservicen ger råd i frågor som gäller användningen av välfärdsområdets digitala tjänster vardagar kl. 8–16.



029 151 2000 (Ina/msa)



info@luvn.fi



Lunnas chatt – utan identifiering

Hej, hur kan jag
hjälpa?

Sms-tjänst för hörselskadade: 045 739 59250





Digitalt stöd i Kyrkslätt

- **Biblioteken/Enter ry – handledning av seniorer för seniorer**
 - **Huvudbiblioteket Bibliotekshuset Fyyri –**
 - Kyrktorget 1, 02400 Kyrkslätt
 - tisdagar kl. 9.30–11.
 - Välkommen utan tidsbokning!
 - Handledningen fungerar som en del av bibliotekets digicafé.
 - **Veikkola bibliotek**
 - Koskentie 3, 02880 Veikkola
 - tisdagar kl. 14–16
 - Tidsbokning via biblioteket, tfn 040 126 9462
- **Distanshandledning**
 - Riksomfattande distanshandledningstjänst
 - tfn 044 700 7101 (återuppringning)
- **VESA-verksamhet – frivilligverksamhet till stöd för seniorer**
 - Även digitalt stöd hem
 - hyte.fi/vesa eller tfn 050-381 0999 mån–tors kl. 12–14



Användbara webbplatser

- Bruksanvisningar för Lunna:
 - luvn.fi/sv/lunna
- Velfärdsområdets digitala tjänster och digitala stöd
 - luvn.fi/sv/digitalt-stod
- Att uträtta ärenden för någon annan
 - [Att uträtta ärenden för någon annan i social- och hälsovårdstjänster | Västra Nylands velfärdsområde](#)
- Suomi.fi-fullmakter:
 - www.suomi.fi/fullmakter
- Martta-akademia (föreläsningsserien Skyddsnät för en god vardag) – endast på finska
 - [Kurs: Skyddsnät för en god vardag – från informationssäkerhet till testamente | Martta-akademia](#)

Lunna

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

Tack!

Seuraa meitä sosiaalisessa mediassa:



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue



@luhyvinvointialue



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue



@LUhyvinvointi @LUpelastus



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue

