

## Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS – hyvinvointisi tukena

Lämpimät onnittelut opiskelupaikasta! Opintojesi aikana YTHS on hyvinvointisi ja terveytesi tukena. Opiskeluterveydenhuollon asiantuntija tarjoaa sinulle yleis- ja mielenterveyden sekä suunterveyden palvelut ja edistää opiskeluyhteisösi hyvinvointia.

YTHS:n palveluja voi käyttää perustutkintoa suorittava yliopisto- tai ammattikorkeakouluopiskelija, joka on ilmoittautunut lukukaudelle läsnä olevaksi.

**Faktat haltuun!** Tutustu palveluihin ja asiointiohjeisiin osoitteessa [yths.fi](https://yths.fi) sekä Terveystietopankkiin osoitteessa [yths.fi/terveystietopankki](https://yths.fi/terveystietopankki). Löydät myös ohjeet ajanvaraukseen ja palvelupisteesi ajantasaiset tiedot osoitteessa [yths.fi/palvelupisteet](https://yths.fi/palvelupisteet).

**Ota Self käyttöön!** Self on opiskelijan oma verkkopalvelu YTHS:llä asiointiin. Sen kautta voit muun muassa hallinnoida ajanvarauksia, keskustella chatissa tai saapua etävastaanotolle. Kirjaudu verkkopalvelun käyttäjäksi heti lukukauden alussa ja pidä yhteystietosi ajan tasalla koko opintojesi ajan. Lue lisää: [yths.fi/self-info](https://yths.fi/self-info).

**Korkeakouluopiskelijan terveydenhoitomaksu maksetaan Kelalle oma-aloitteisesti** ([kela.fi/terveydenhoitomaksu](https://kela.fi/terveydenhoitomaksu)). Vastaanotoista emme peri maksua. Muistathan siirtää tai perua aikasi ajoissa, niin välttyt käyttämättä jääneen vastaanoton maksulta. Lue lisää: [yths.fi/maksut](https://yths.fi/maksut).

**Seuraa meitä somessa!** Viestimme ajankohtaisista asioista verkkosivuillamme, Facebookissa ja Instagramissa.



[yths.fi](https://yths.fi)



[@ylioppilaiden\\_terveydenhoitosaeatio](https://www.facebook.com/ylioppilaiden_terveydenhoitosaeatio)



[@yths\\_fshs](https://www.instagram.com/yths_fshs)



[@YTHS\\_FIN](https://twitter.com/YTHS_FIN)



[@Ylioppilaiden\\_terveydenhoitosaeatio](https://www.linkedin.com/company/ylioppilaiden_terveydenhoitosaeatio)



[@YTHSvideo](https://www.youtube.com/channel/UC...)

## Studenternas hälsovårdsstiftelse SHVS - till stöd för ditt välbefinnande

Grattis för studieplatsen! Studenternas hälsovårdsstiftelse (SHVS) är ditt stöd för ditt välmående och för din hälsa under dina studier. Vi är sakkunniga inom studerandehälsovården: vi erbjuder tjänster i allmän, oral och mental hälsa. Därtill befrämjar vi välmåendet i studiesamfunden.

SHVS tjänster är tillgängliga för de grundexamen studerande vid universitet och yrkeshögskolor som har utfört närvaroanmälan för terminen.

**Behärska fakta!** Bekanta dig med våra tjänster och anvisningar om uträttandet av ärenden på adressen [shvs.fi](https://shvs.fi) och Hälsodatabanken på adressen

[yths.fi/sv/halsodatabanken](https://yths.fi/sv/halsodatabanken). Du kan också hitta aktuell information om hur tidsbeställningen fungerar och om ditt serviceställe på adressen [yths.fi/sv/servicestallen](https://yths.fi/sv/servicestallen).

**Ta i bruk Self!** Self är studerandes egen webbtjänst för att sköta hälsoärenden i SHVS. Där kan du bland annat hantera dina mottagningstider, kommunicera med oss via SelfChat och komma till distansmottagning. Registrera dig som webbtjänstens användare direkt i början av terminen och håll dina kontaktuppgifter uppdaterade på webbtjänsten under hela din studietid. Läs mer: [yths.fi/sv/self-info](https://yths.fi/sv/self-info).

**Högskolestuderandes hälsovårdsavgift betalas till FPA på eget initiativ** ([kela.fi/halsovardsavgift](https://kela.fi/halsovardsavgift)). Vi tar inte betalt för mottagningar. Kom ihåg att flytta eller avboka din mottagningstid i tid om du inte kan anlända under överenskommen tidspunkt för att undvika avgiften för oanvända mottagningstider. Läs mer: [yths.fi/avgifter](https://yths.fi/avgifter).

**Följ oss på sociala medier!** Vi berättar om aktuella frågor på våra webbsidor, Facebook och Instagram.



[yths.fi/sv](https://yths.fi/sv)



[@ylioppilaiden\\_terveydenhoito\\_säätiö](https://www.facebook.com/ylioppilaiden_terveydenhoito_säätiö)



[@yths\\_fshs](https://www.instagram.com/yths_fshs)



[@YTHS\\_FIN](https://twitter.com/YTHS_FIN)



[@Ylioppilaiden\\_terveydenhoito\\_säätiö](https://www.linkedin.com/company/ylioppilaiden_terveydenhoito_säätiö)



[@YTHSvideo](https://www.youtube.com/channel/UCYTHSvideo)

## Finnish Student Health Services FSHS – supporting your well-being

Congratulations on your study place! During your studies, your support of well-being and health is Finnish Student Health Services (FSHS). The specialist in student health care offers you general, mental and oral health services and supports the well-being of study communities.

Our services can be used by students completing a bachelor's or master's degree at a university or a university of applied sciences who have registered as attending for the semester.

**Master the facts!** Familiarize yourself with our services and user instructions on the address [fshs.fi](https://fshs.fi), and the Health information resource on the address [yths.fi/en/health-information-resource](https://yths.fi/en/health-information-resource). You can also find information about appointments as well as current information about your service unit on the address [yths.fi/en/service-units](https://yths.fi/en/service-units).

**Start using Self!** Self is the student's own online service for health care issues at FSHS. In Self, you can manage appointment bookings, communicate via SelfChat and start a remote consultation. Log in to Self as a user immediately from the beginning of the semester and keep your contact details up to date for as long as you are a student. Read more: [yths.fi/en/self-info](https://yths.fi/en/self-info).

**The health care fee for students in higher education will be paid to Kela on your initiative** ([kela.fi/web/en/healthcare-fee-for-students-in-higher-education](https://kela.fi/web/en/healthcare-fee-for-students-in-higher-education)). We do not charge a service fee for receptions. Please, remember to reschedule or cancel your appointment if you are unable to arrive at your scheduled appointment. Hence, you will avoid the charge of an unattended appointment. Learn more: [yths.fi/charges](https://yths.fi/charges).

**Follow us on social media!** We post current issues on [yths.fi](https://yths.fi), Facebook and Instagram.



[yths.fi/en](https://yths.fi/en)



[@ylioppilaiden\\_terveydenhoito\\_saatio](https://www.facebook.com/ylioppilaiden_terveydenhoito_saatio)



[@yths\\_fshs](https://www.instagram.com/yths_fshs)



[@YTHS FIN](https://twitter.com/YTHS_FIN)



[@Ylioppilaiden\\_terveydenhoito\\_saatio](https://www.linkedin.com/company/ylioppilaiden_terveydenhoito_saatio)



[@YTHSvideo](https://www.youtube.com/channel/UCYTHSvideo)