



## Kainuun Omasote -Ajanvaraus

1. Mene osoitteeseen <https://omasote.kainuu.fi>
2. Klikkaa **Kirjaudu Omasoteen** -painiketta

**Omasote**

### Tervetuloa Kainuun Omasoteen

**Kirjaudu Omasoteen**

Aloita palvelun käyttö tunnistautumalla pankkitunnuksillasi tai mobiilivarmenteella

Kirjaudu käyttäjätunnuksella >

Ohjeet ja videot >

**Ajankohtaista**

Omasotessa on mahdollista tavata Kainuun hyvinvointialueen asiantuntija etänä silloin, kun käyntisi ei edellytä fyysisiä tutkimusta. Kysy etätapaamisen mahdollisuudesta omalta asiantuntijaltasi.

**Mikä Omasote?**

Omasote on Kainuun hyvinvointialueen tarjoama hyvinvoinnin ja terveyden palvelukanava. Palvelun kautta voit hoitaa hyvinvointiasi ja terveytesi liittyviä kireittämiä asioita ajasta ja paikasta riippumatta.

**Lue lisää**

**Kainuun Omasote** Palaute Usein kysyttyä Käyttöehdot Tietosuojaseloste Saavutettavuusseloste **Tekstikoko:** Copyright © 2024 Omda AS

3. Tunnistaudu verkkopankkitunnuksilla, mobiilivarmenteella tai varmennekortilla.

**Tunnistus**

Olet tunnistautumassa palveluun  
Kainuun Omasote

**Valitse tunnistustapa**

**Varmennekortti** **Mobiilivarmenne** **Osuuspankki** **Nordea**

**Danske Bank** **Handelsbanken** **ÅLANDSBANKEN** **S-PANKKI**

**Aktia** **POP Pankki** **Säästöpankki** **Oma Säästöpankki**

Ulkomaalaisen tunnistustavat  
Yhteiseurooppalaiset tunnistustavat ja Finnish Authenticator -sovellus.



#### 4. Valitse **Ajanvaraus** joko etusivun yläpalkista tai **Minun palveluni**-kohdasta.

The screenshot shows the Omasote website interface. At the top, there is a navigation bar with the Omasote logo and a home icon on the left, and links for 'Viestit', 'Ajanvaraus', 'Laboratoriotulokset', 'Kaikki palvelut', and 'Kirjaudu ulos' on the right. The 'Ajanvaraus' link is highlighted with a red box. Below the navigation bar, there is a section for 'Ilmoitukset' with a date of 24.02.2023 and a title 'Altistunut tai sairastunut koronaan? Miten toimia?'. The main content area is titled 'Minun palveluni' and contains several service icons: 'Neuvolapalvelu', 'Laboratoriotulokset', 'Ajanvaraus' (highlighted with a red box), 'Kotimittaukset', 'Lomakkeet ja kyselyt', 'Viestit', 'Ruoka-, liikunta- ja harjoituspäiväkirja', 'Viesti hoitotarvejakeleluun', and 'Päiväkirja'. At the bottom of this section is a button labeled 'Katso kaikki palvelut'.

#### 5. Siirry ajanvaraukseen klikkaamalla **Siirry ajanvaraukseen**

The screenshot shows four service cards, each with a calendar icon and a button labeled 'Siirry ajanvaraukseen'. The buttons are highlighted with red boxes. The cards are: 1. 'Terveyspalvelujen ajanvaraus' with a button 'Siirry ajanvaraukseen' and a link 'Avaa ohje >'. 2. 'Korona- ja influenssarokotusten ajanvaraus' with a button 'Siirry ajanvaraukseen' and a link 'Avaa ohje >'. 3. 'Laboratorion ajanvaraus' with a button 'Siirry ajanvaraukseen' and a link 'Avaa ohje >'. 4. 'Silmänpohjakuvausten ajanvarauksen muuttaminen' with a button 'Peru tai siirrä ajanvaraus' and a link 'Avaa ohje >'. The NordLab logo is visible in the third card.

**Avaa ohje >** -kohdasta saat tarkempaa tietoa mm. siitä, mihin palveluun voit varata ajan sähköisesti.



## 6. Valitse **Jatka palveluun** siirtyäksesi potilastietojärjestelmän ajanvaraukseen.

### Tunnistus

**Varmista tietoturvallinen käyttö**  
Kun lopetat palvelun käytön, muista kirjautua palvelusta ulos sen omilla sivuilla ja sulje selain.

Olet tunnistautumassa palveluun  
**Lifecare Terveyspalvelut**

Tunnistautumisen yhteydessä sinusta välitetään seuraavat tiedot:

Henkilötunnus: XXXXXX-XXXX

**Jatka palveluun** Keskeytä siirtyminen

Tunnistautumiseen tarvittavat henkilötietosi on haettu väestötietojärjestelmästä. Voit tarkastaa omat tietosi Suomi.fi:n Henkilötiedot -sivulta.

Palvelu, johon olet tunnistautumassa, tarvitsee henkilötietosi asiointia varten. Löydät tiedon niiden käsittelystä, kun tunnistaudut palveluun.

## 7. Valitse **Varaa uusi aika** -valikosta se palvelu, johon haluat varata ajan. Tässä esimerkissä varataan aika ompeleiden poistoon Yleislääketieteen poliklinikalle. Kaikki ajanvaraukset toimivat samalla periaatteella.



Tervetuloa Kainuun hyvinvointialueen sähköiseen ajanvarauspalveluun

Ajanvaraukset Kyseilyt ja hakemukset Omat tiedot

Koti / Ajanvaraukset ja kutsut

### Ajanvaraukset ja kutsut

Ajanvaraukset

Varaa uusi aika -

- Influenssa- ja/tai koronarokotuksen ajanvaraus
- Kouluterveysneuvon ajanvaraus
- Neuvolan ajanvaraus
- Suun terveydenhuollon ajanvaraus
- Terveysaseman ajanvaraus**

Aika



8. **Valitse henkilö**, jolle olet aikaa varaamassa.  
**Valitse lisäksi vastaanoton tyyppi, paikka ja vastaanottaja.**  
Kalenterissa näkyy vihreällä ne päivät, joissa on vapaita aikoja.

Koti / Ajanvaraukset ja kutsut / Uusi ajanvaraus

**Terveyskeskuksen ajanvaraus**

Voit tarkistaa, varata, siirtää tai perua ajan terveyskeskulle.

Valitse henkilö, jonka tietoja haluat käsitellä:

Asta Asiakas

Vastaanoton tyyppi

Ompeleiden/hakasten poisto

Paikka

Yleislääketieteen poliklinikka

Vastaanottaja

Ompeleiden/hakasten poisto Kajaani



9. **Valitse** haluamasi päivä. Vapaat ajat tulevat näkyviin kalenterin alapuolelle.  
**Valitse Varaa aika** haluamasi ajan kohdalle.

Koti / Ajanvaraukset ja kutsut / Uusi ajanvaraus

**Terveyskeskuksen ajanvaraus**

Voit tarkistaa, varata, siirtää tai perua ajan terveyskeskulle.

Valitse henkilö, jonka tietoja haluat käsitellä:

Asta Asiakas

Vastaanoton tyyppi

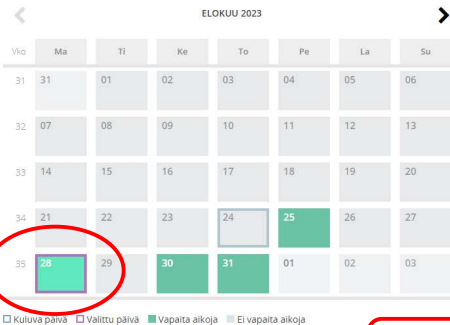
Ompeleiden/hakasten poisto

Paikka

Yleislääketieteen poliklinikka

Vastaanottaja

Ompeleiden/hakasten poisto Kajaani



10:00 - 12:00

Maanantai 28.08.2023 klo 10:30-11:00  
Kajaani ompeleiden/hakasten po  
Yleislääketieteen poliklinikka

Vapaita aikoja: 1

Varaa aika



10. Kirjoita ajanvarauksen **syy/ lisätiedot**. Jos haluat ajanvarauksen vahvistuksen sähköpostiisi, valitse **Lähetä vahvistus sähköpostiosoitteeseen** ja lisää sähköpostiosoite sille varattuun kenttään. Klikkaa **Varaa aika** painiketta.

11. Kun olet varannut ajan, saat ajanvarauksen vahvistuksen. Voit tarvittaessa siirtää tai perua ajan, klikkaamalla **Siirrä aika** tai **Peru aika** painikkeita. Oikeassa reunassa on tietoa ajanvarauksen muuttamiseen liittyvistä kellonajoista.

Koti / Ajanvaraukset ja kutsut / Ajanvarauksen tiedot

**Ajanvarauksen tiedot**

Henkilö	Asta Asiakas
Aika	28. elokuuta 2023 10:30 - 11:00
Vastaanottaja	Kajaani ompeleiden/hakasten po
Paikka	Yleislääketieteen poliklinikka Sotkamontie 13 87140 KAJAANI

**Ajanvarauksen muuttaminen**  
→ Peruminen on sallittu 27.08.2023 klo 12:00 asti  
→ Siirtäminen on sallittua 27.08.2023 klo 10:30 asti

**Siirrä aika** **Peru aika**

**Terveyspalvelujen yhteystiedot**

Terveysasemien yhteystiedot  
Lastenneuvoloiden yhteystiedot  
Matkailijoiden rokotusvastaanoton yhteystiedot  
Perhesuunnitteluneuvolan yhteystiedot  
Kouluterveydenhuollon yhteystiedot  
Suun terveydenhuollon yhteystiedot

**Sähköpostivahvistus**

Voit lähettää sähköpostitse vahvistuksen ajanvarauksesta.

Sähköpostiosoite  **Lähetä**

← Takaisin ajanvarauksiin

12. Kun valitset **Siirrä aika**, palaat takaisin kalenterinäkömään, jossa voit valita uuden päivän ja uuden ajan. Valitse kalenterista uusi päivä ja kalenterin alapuolelle tulevista ajoista uusi aika.



Olet siirtämässä ajanvarauksiasi. Siirrä aika valitsemalla vastaanottoaika ajanvaruskalenterin vapaista ajoista. Takaisin

Vastaanoton tyyppi  
Kaikki

Paikka  
Yleislääketieteen poliklinikka

Vastaanottaja  
Kajaani ompeleiden/hakasten po

ELOKUU 2023

Vko	Ma	Ti	Ke	To	Pe	La	Su
31	31	01	02	03	04	05	06
32	07	08	09	10	11	12	13
33	14	15	16	17	18	19	20
34	21	22	23	24	25	26	27
35	28	29	30	31	01	02	03

Kuluva päivä  Valittu päivä  Vapaita aikoja  Ei vapaita aikoja

09:00 - 11:00

Keskiviikko 30.08.2023 klo 09:30-10:00  
Kajaani ompeleiden/hakasten po  
Yleislääketieteen poliklinikka

10:00 - 12:00

12:00 - 14:00

Vapaita aikoja: 1

Varaa aika

Vapaita aikoja: 1

Vapaita aikoja: 3

### 13. Kirjoita ajanvarauksen **syy/ lisätiedot**.

Jos haluat ajanvarauksen vahvistuksen sähköpostiisi, valitse **Lähetä vahvistus sähköpostiosoitteeseen** ja lisää sähköpostiosoite sille varattuun kenttään. Klikkaa **Varaa aika** painiketta.

**Ajanvaraus**

Varataanko seuraava aika?

Kajaani ompeleiden/hakasten po  
Keskiviikko 30.08.2023 klo 09:30 - 10:00

Lähetä vahvistus sähköpostiosoitteeseen

Sähköpostiosoite

Varaa aika Peruuta

### 14. Ajan peruminen tapahtuu klikkaamalla **Peru aika** painiketta.

Koti / Ajanvaraukset ja kutsut / Ajanvarauksen tiedot

#### Ajanvarauksen tiedot

Henkilö	Asta Asiakas
Aika	su. elokuun 29. 09:30 - 10:00
Vastaanottaja	Kajaani ompeleiden/hakasten po
Paikka	Yleislääketieteen poliklinikka Sotkamontie 13 87140 KAJAANI
Tiedot	-

Siirrä aika Peru aika

**Ajanvarauksen muuttaminen**  
→ Peruminen on sallittu 29.08.2023 klo 12:00 asti  
→ Siirtäminen on sallittua 29.08.2023 klo 09:30 asti

#### Terveyspalvelujen yhteystiedot

Terveysasemien yhteystiedot  
Lastenneuvoloiden yhteystiedot  
Matkailijoiden rokotusvastaanoton yhteystiedot  
Perinnesuunnitteluneuvolan yhteystiedot  
Kouluterveydenhuollon yhteystiedot  
Suun terveydenhuollon yhteystiedot

#### Sähköpostivahvistus

Voit lähettää sähköpostitse vahvistuksen ajanvarauksesta.

Sähköpostiosoite  Lähetä

← Takaisin ajanvarauksiin

**Postiosoite**  
Kainuun hyvinvointialue  
PL 400, 87070 Kainuu

**Puhelin**  
08 61561  
(vaihte)

**Y-tunnus**  
3221331-8

**Internet**  
https://hyvinvointialue.kainuu.fi

**Sähköposti**  
kirjaamo.hyvinvointialue@kainuu.fi



15. Peruuta aika klikkaamalla **Peruuta aika** painiketta. Jos haluat vahvistuksen ajan perumisesta sähköpostiisi, laita täppä kohtaan **Lähetä vahvistus sähköpostiosoitteeseen** ja lisää sähköpostiosoitteen tiedot sille varattuun kenttään.

Ajanvarauksen peruuttaminen

Olet peruuttamassa ajanvarausta 30. elokuuta 2023 klo 09:30 (30 min)

Perutaanko ajanvaraus?

Lähetä vahvistus sähköpostiosoitteeseen

Sähköpostiosoite

**Peruuta aika** Sulje