



Specialistens checklist: Livsstilsanalys med hjälp av Firstbeat Center+ -tjänsten

1. Planera projektet:

- När utförs Livsstilsanalysen?
- Använder du pappersinbjudningar, e-postinbjudningar eller beställer du mätinstrumenten på kundens vägnar?
- Individuell eller gruppfeedback?
- Hurudana eventuella fortsatta åtgärder erbjuder du åt dina kunder efter Livsstilsanalysen?

2. Dina uppgifter innan mätningarna påbörjas: (Välj alternativ A, B eller C)

- A. Inbjudningskort: Beställ inbjudningskortet i god tid av Firstbeat. Dela ut inbjudningskortet åt mätningdeltagarna.
- B. E-postinbjudan: Samla mätningdeltagarnas e-postadresser. Lägg till kunderna i Livsstilsanalysprogrammet och pricka för "Firstbeat Center i bruk, Firstbeat analyserar resultaten".
- C. Beställ på kundens vägnar: Logga in på Livsstilsanalysprogrammet och välj Center-beställningsformulär. Fyll i formuläret noggrant.
- Vid grupprojeckt kan du ha ett gemensamt informationstillfälle för alla deltagare.

3. Uppgifter för deltagaren:

- Om du använder inbjudningskort eller e-postinbjudan bör kunden själv beställa mätinstrumentet på nätet.
- Ta emot mätinstrumentförpackningen och utföra mätningen enligt anvisningarna på paketet.
- Fylla i bakgrundsinformation samt dagboken via länken som skickats per e-post.
- Returnera mätinstrumentet i det frankerade svarskuvertet så fort mätningen avslutats.

4. Dina uppgifter efter mätningarna:

- Meddelanden om färdiga rapporter ser du i Livsstilsanalysprogrammet. Om du har valt att få ett e-postmeddelande, får du e-post då rapporterna är klara.
- Logga in på Livsstilsanalysprogrammet med dina egna inloggningsuppgifter och hämta kundens rapporter.
- Ge individuell eller gruppfeedback.
- Du får ett separat meddelande då grupprapporterna är klara.
- Kom överens om fortsatta åtgärder samt eventuella uppföljningsmätningar.