

Brukermanual – Nye Min Side

Nasjonalforeningen for folkehelsen

1. Introduksjon

Nye Min Side bygger videre på den gamle løsningen, men med flere forbedringer. Filtreringsfunksjonen gjør det enkelt å hente frem akkurat den informasjonen du trenger – for eksempel alle medlemmer som ikke har betalt kontingenten.

Løsningen er skybasert og fungerer på PC, mobil og nettbrett. Du kan også legge ved inntil to vedlegg i e-post utsendelser. Ellers er oppsettet kjent fra gamle Min Side.



Nasjonalforeningen for folkehelsen

Introduksjon

Hovedforskjellen på gamle og nye Min side er at vi har en filtreringsmulighet som gjør at vi kan hente frem informasjonen vi er mest interessert i. For eksempel er det enklere å finne frem de som ikke har betalt.

- **Tekniske forhold:**
 - ✓ raskere, skybasert system
 - ✓ mobil og nettbrett tilpasset
- Mulighet for å legge til inntil to vedlegg i e-post utsendelser.
- Utover det er det ganske likt som det gamle systemet.

20.06.2026

3

2. Sentrale oppgaver i Min Side

Min Side samler de viktigste verktøyene du trenger for å administrere lokallaget. Følgende oppgaver støttes:

- Finne informasjon om lokallaget og medlemmene
- Søke og filtrere etter spesifikke medlemmer
- Registrere nye medlemmer og melde ut eksisterende
- Koble sammen familiemedlemmer
- Få oversikt over verv
- Sjekke betalingsstatus og sende purringer
- Sende e-post og SMS (med vedlegg)
- Generere adresseetiketter for utsendelser

Tips: Bruk filtrering aktivt for å spare tid – du kan kombinere flere filtre for å finne akkurat de medlemmene du skal følge opp.



Mest sentrale oppgaver

- Info siden til lokallaget
- Finne frem til dine medlemmer
- Filtrering
- Registrere nye medlemmer
- Melde ut medlemmer
- Koble familiemedlemmer
- Oversikt over verv
- Status betaling, purring og sende betalingslenke
- Sende e-post og SMS
- Adresseetiketter

5

3. Tilgang og pålogging

Alle med verv i lokallaget har tilgang til Min Side.

Tips: Innloggingen bruker samme brukernavn og passord som tidligere. Kontakt support hvis du har problemer med å logge inn.

Her finner du Min Side på de gamle nettsidene:

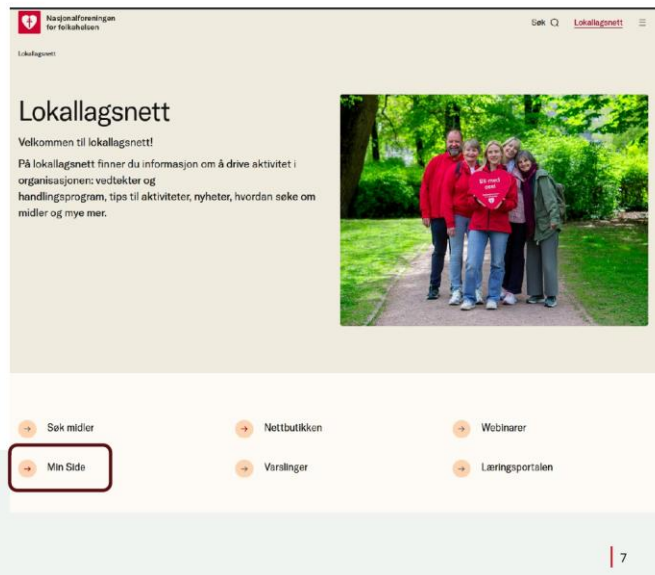
6

Her finner du min side på den nye nettsiden. Den er aktiv fra 1. juli 2026:



Hvor finner jeg Min side?

- NYE nettsider – juli 2026



- Første gang du logger inn, må du trykke på «glemt passord». Du vil da motta et midlertidig passord på SMS.
- Tast så inn mobilnummer i feltet for dette, og så det midlertidige passordet.
- Nå har du logget inn. Hvis du vil endre passord, kan du gjøre dette ved å klikke på «Bytt passord» i menyen.



Pålogging

✓ Passordet er sendt til deg på SMS ✕

Velkommen til MinSide

Logg inn med **mobilnummer** og **passord**. Hvis du har verv i et lokallag, må du også oppgi en kode som sendes til deg på SMS.

Har du glemt passordet? Klikk på **Glemt passord** for å motta et nytt passord på SMS.

Er dette din første innlogging? Registrer deg som ny bruker ved å klikke på **Ny bruker**. Mobilnummeret du oppgir blir ditt brukernavn, og du vil motta passordet på SMS.

Når du har logget inn, kan du endre passordet ditt ved å klikke på **Endre passord** i menyen.

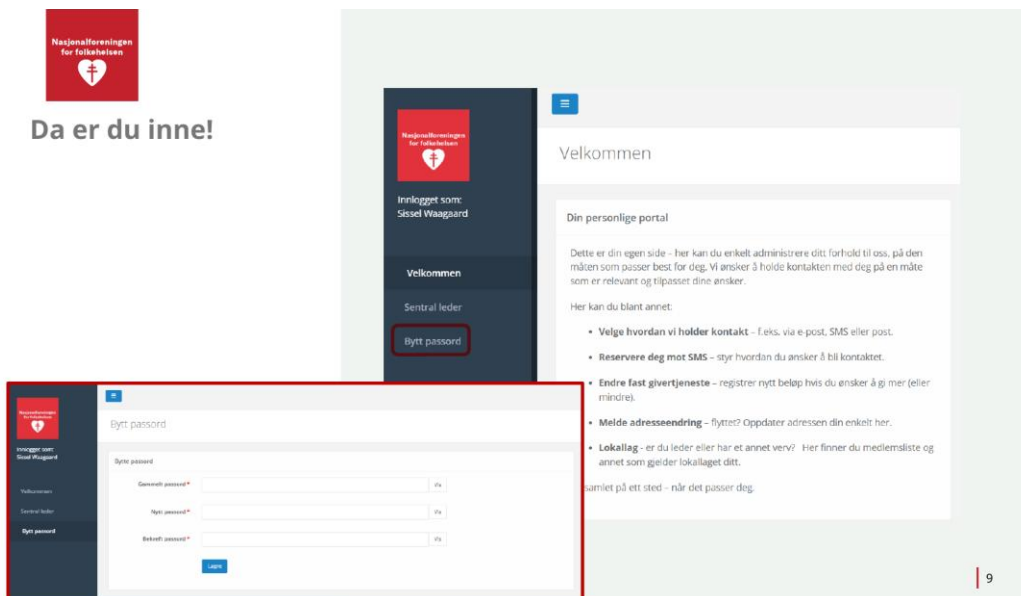
Innlogging MinSide

Mobilnr

Passord

Logg inn

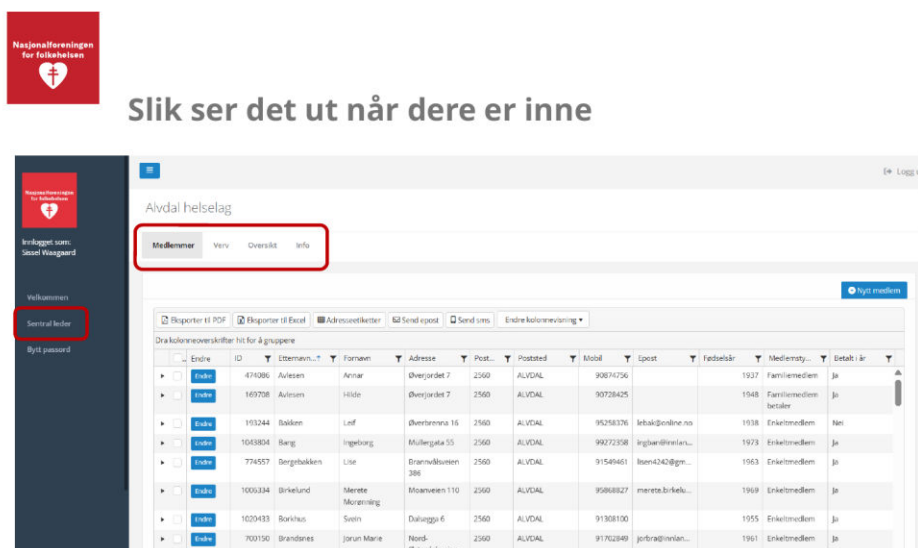
Glemt passord [Registrér ny bruker](#)



4. Dashboard og oversikt

Etter innlogging får du en oversikt med nøkkelstatistikk for lokallaget. Denne siden gir deg rask oversikt over status og aktivitet.

- Se antall aktive medlemmer
- Sjekk kontingentinnbetalinger
- Finn verv og kontaktinformasjon for tillitsvalgte





Oversikt – status/statistikk på lokallaget

Alvdal helselag

Medlemmer **Oversikt** Info

Utsendte SMSer siste 14 dager

Sendt	Til	Antall	OK
Ingen data			

Antall medlemmer

Antall gyldige medlemmer: 148

66 prosent kvinner / 34 prosent menn

Nye og avsluttede avtaler

Nye i år: 4
Nye i fjor 16

11

5. Kontaktinformasjon og SMS-avsender

Under Kontaktinformasjon finner du adresser, telefonnummer og annen informasjon om lokallaget.

Her kan du legge inn et avsendernavn for SMS-meldinger. Avsendernavnet kan bestå av maks 11 tegn, og bør være en forkortelse av lokallagsnavnet (for eksempel «AlvdalHL»).

Tips: Bruk et gjenkjennelig avsendernavn i SMS for å unngå at meldinger blir oppfattet som spam.



Kontaktinformasjon for lokallaget

Avsender SMS:
11 tegn
Forkortelse navnet + HL/DF
Eksempel: AlvdalHL

Alvdal helselag

Medlemmer **Oversikt** Info

Om lokallaget

Lokallagsnavn: Alvdal Helselag

Ute-adresse: c/o Jørn Mørk Sandness

Adresse: Nord Østerdalsveien 5217

Postnr/kode: 2260 ALVDAL

Sted: Mobil

E-post: E-post

Webadresse:

Kontaktnummer: 1813611889

SMS-avsendernavn: Kort lokallagsnavn maks 11 tegn

12

6. Kolonner og filtrering

Du kan velge hvilke kolonner som vises i medlemslisten ved å klikke på «Endre kolonnevisning».

Bruk filtrering for å sortere medlemmer etter kriterier som betaling, verv eller andre egenskaper.

- Filtrer på «Ubetalt kontingent» for å se medlemmer som mangler betaling.
- Kombiner filtre for å finne medlemmer i en bestemt aldersgruppe eller geografisk område.
- Vis bare relevante kolonner for å få en mer oversiktlig liste.

Tips: Lag og lagre dine egne filtre for raskt å hente opp de samme medlemmene senere.



Slik ser det ut når dere er inne

Alvdal helselag

Medlemmer Verv Oversikt Info

Endre kolonnevisning

Endre	ID	Etternavn...	Fornavn	Adresse	Post...	Poststed	Mobil	Epost	Fødselsår	Medlemsk...	Betalt i år
Endre	474096	Arvidsen	Annar	Øverjarlet 7	2560	ALVDAL	90814736		1937	Familie medlem	Ja
Endre	169708	Arvidsen	Hilde	Øverjarlet 7	2560	ALVDAL	90728425		1948	Familie medlem betaler	Ja
Endre	193244	Bakken	Leif	Øverleirna 16	2560	ALVDAL	95258376	leifbak@online.no	1938	Enkel medlem	Nei
Endre	1043804	Berg	Ingeborg	Mullergata 55	2560	ALVDAL	99272358	ingeborg@virelan...	1973	Enkel medlem	Ja
Endre	774557	Bergbakken	Lise	Brannmølleveien 386	2560	ALVDAL	91548461	lise4242@gmail...	1963	Enkel medlem	Ja
Endre	1000334	Birkelund	Merete	Moanveien 110	2560	ALVDAL	95868827	merete.birkelu...	1969	Enkel medlem	Ja
Endre	1020483	Borikhus	Svein	Dalvegge 6	2560	ALVDAL	91808100		1955	Enkel medlem	Ja
Endre	700150	Brandenes	Jorun Marie	Nord-Østervikveien	2560	ALVDAL	917622849	jorun@virelan...	1961	Enkel medlem	Ja



Kolonner

- Hva trenger du å se?

☒ ID			
☒ Etternavn			
☒ Fornavn			
☒ Adresse			
☒ Postnr			
☒ Poststed			
☒ Mobil	on...	1938	05.09.1938
☒ Epost	@i...	1973	09.01.1973
☒ Fødselsår	42...	1963	05.03.1963
☒ Fødselsdato	.bi...	1969	11.01.1969
☒ Medlemstype			
☒ Innmeldt		1955	21.11.1955
☒ Utmeldt		1961	26.01.1961
☒ Betalt i år			
☒ Kontingent			

14



Bruk av filtre

Alvdal helselag

Medlemmer Venn Oversikt Info

Vis poster med verdi: Er lik med 08.06.2026 Og Er lik med 11.06.2026 Fjerne Fjern

betalt... kont... betalt... Vis poster med verdi: Er lik med Nei Og Er lik med Fjerne Fjern

Logg ut

Medlemmer

Endre	ID	Etternavn	Fornavn	Adresse	Post...	Poststed	Mobil	Epost	Fødselsår	Medlemstyp...	Betalt i år
☒	175286	Aaresen	Arnar	Østergårds 7	2560	ALVDAL	90871536		1937	Familiemedlem	Jr
☒	169708	Aulsen	Hilde	Bjørjorden 7	2560	ALVDAL	90728425		1948	Familiemedlem betaler	Jr
☒	193244	Bakken	Leif	Øverstranda 16	2560	ALVDAL	95258376	leifbak@online.no	1938	Enkelmedlem	Nei
☒	1043804	Berg	Ingeborg	Mullergate 55	2560	ALVDAL	99272358	ingeb@ireien...	1973	Enkelmedlem	Jr
☒	774557	Bergbakken	Lise	Strandvollens 30e	2560	ALVDAL	91549461	lisen4242@gn...	1963	Enkelmedlem	Jr
☒	1000334	Brinkelund	Merete	Moenveien 110	2560	ALVDAL	95888627	merete.brinkel...	1968	Enkelmedlem	Jr
☒	1029483	Borkhus	Svein	Dalvegge 6	2560	ALVDAL	91308100		1955	Enkelmedlem	Jr
☒	703150	Brandenes	Jarun Marie	Nord-Østerdalsveien	2560	ALVDAL	91762249	jorfrad@maria...	1961	Enkelmedlem	Jr

15

7. Kontingent og betaling

Min Side gir en oversikt over hvem som har betalt kontingenten og hvem som mangler betaling. På sikt vil du kunne sende purringer og opprette betalingslenker på SMS eller e-post. Denne tjenesten er ikke tilgjengelig enda.

- Velg filteret «Ubetalt kontingent» for å se alle som mangler betaling.
- Send en påminnelse via SMS eller e-post
- Opprett faste betalingsavtaler for medlemmer som ønsker automatisk trekk.

Tips: For bedre respons – ring gjerne medlemmer som ikke har betalt, i tillegg til å sende en purring.



Kontingen

Alvdal helselag

Medlemmer View Oversikt Info

Drakolonneskrifter til for å gruppere

Endre	ID	Etternavn	Fornavn	Adresse	Post.	Poststed	Mobil	Spes	Fødselsår	Medlemsk.	Tilbakt.
☐	193214	Bakken	Leif	Søndre...	2560	ALVDAL	95236375	Norvege...	1932		
☐	921038	Cru	Dag	Husert...	2560	ALVDAL	45584059	Dagand...	1981		
☐	896128	Hagen	Dag	Husert...	2560	ALVDAL	91138421		1934		
☐	779855	Isachsen	Gudmund	Brønnv...	2560	ALVDAL	97603705	ghofren...	1938		
☐	149033	Holmen	Ingeborg	Grote	754	2560	ALVDAL	40412038	f. 1968		
☐	997801	Huober	Hortens	Sørlings...	2560	ALVDAL	45138448		1935		
☐	150815	Kari	Gerd	Doktor...	2560	ALVDAL	41527154		1943		
☐	150817	Kjell	Brønnv...	757	2560	ALVDAL	41527154		1943		
☐	678500	Plapp	Knut Trygve	Vidarsve...	1258	JVR	91725453	Rudv...	1929		

Sende e-post til 6 medlemmer

Emne:

Mail:

Melding:

☐ Lagre melding som mail

☐ Ikke send til personer med reservasjon mot epost

16

8. Registrere og melde ut medlemmer

For å registrere nye medlemmer trykker du på den blå knappen «Nytt medlem» og velg «Enkeltmedlem velkomst». Fyll ut restene av feltene og trykk «Lagre».

NB! Her er det veldig viktig at dere velger alternativet «Enkeltmedlem velkomst» slik at medlemmet får redusert pris første året.

Alvdal helselag

Medlemmer View Oversikt Info

Drakolonneskrifter til for å gruppere

Endre	ID	Etternavn	Fornavn	Adresse	Post.	Poststed	Mobil	Spes	Fødselsår	Medlemsk.	Tilbakt.
☐	478286	Arlesen	Annar	Øverjarde 7	2560	ALVDAL	90874756		1937	Familiemedlem	Ja
☐	149708	Aulenes	Hilde	Øverjarde 7	2560	ALVDAL	90728425		1948	Familiemedlem	Ja
☐	193244	Bakken	Leif	Øvertemna 16	2560	ALVDAL	95236376	leifbak@nhs.no	1938	Enkeltmedlem	Nei
☐	1643804	Rang	Ingeborg	Møllergate 55	2560	ALVDAL	98773358	ingebord@nhs.no	1973	Enkeltmedlem	Ja
☐	774557	Bergtholken	Lise	Brønnv...	2560	ALVDAL	91549461	lisen424@nhs.no	1963	Enkeltmedlem	Ja
☐	1003334	Birkelund	Marste	Moenveien 110	2560	ALVDAL	95888327	marste.birke...	1969	Enkeltmedlem	Ja
☐	1020483	Borikhus	Svein	Dalugga 6	2560	ALVDAL	91308100		1955	Enkeltmedlem	Ja
☐	703150	Brandenes	Jarun Marie	Hord...	2560	ALVDAL	91762349	jorbrand@nhs.no	1961	Enkeltmedlem	Ja

[Nytt medlem](#)

17

For å avslutte medlemmer går dere inn på medlemmet og trykker «Avslutt».

9. Registrering av familiemedlem

1) For å registrere familiemedlemskap velger du "Familiebetaler velkomst".

2) For å legge til tilknyttede familiemedlemmer gjør du samme prosedyre på nytt og velger "Familiemedlem". Da dukker det opp et eget felt hvor du skal velge hovedmedlem - der velger du "familiebetaleren" som du registrerte i punkt 1.

NB! Her er det veldig viktig at du velger alternativet «Familiebetaler velkomst» slik at medlemmet får redusert pris første året.

The screenshot shows the registration form for Oslo demensforening. The form is titled "Medlemmer" and has tabs for "Velg", "Oversett", and "Info". The "Medlemstypen" dropdown is set to "Familiebetaler velkomst". The form includes fields for "Kjønns" (Male/Female), "Familiens" (Last name), "Etternavn" (First name), "GPO-adresse" (Postal address), "Adresse" (Address), "Postnummer" (Postal code), "E-post" (Email), "Festtelefon" (Fixed phone), "Mobil" (Mobile), and "Familienummer" (Family number). The "Familienummer" field contains the value "1904743412". There are "Logn" and "Logn og til" buttons at the bottom left.

The screenshot shows the "Familiemedlem - kobling" form. The form is titled "Familiemedlem - kobling" and has tabs for "Medlemmer", "Velg", "Oversett", and "Info". The "Medlemstypen" dropdown is set to "Familiebetaler velkomst". The form includes fields for "Kjønns" (Male/Female), "Familiens" (Last name), "Etternavn" (First name), "GPO-adresse" (Postal address), "Adresse" (Address), "Postnummer" (Postal code), "E-post" (Email), "Festtelefon" (Fixed phone), "Mobil" (Mobile), and "Familienummer" (Family number). The "Familienummer" field contains the value "1904743412". There are "Logn" and "Logn og til" buttons at the bottom left.

10. Endre informasjon på medlemmet

For å endre informasjon på medlemmet står du i kolonnen «Medlemmer» og trykker «Endre» du kommer da inn på kontaktkortet til medlemmer og kan endre eller oppdatere informasjon. Trykk «Lagre» til slutt.

The screenshot shows the 'Medlemmer' (Members) page in the 'Avdal helselag' system. The page is divided into two main sections: a list of members on the left and a detailed contact form for a selected member on the right. The contact form is highlighted with a red box. The form fields include: Navn (Name), Etternavn (Surname), E-post (Email), Adresse (Address), Postnummer (Postal code), By (City), Fødselsdato (Date of birth), and Familienummer (Family number). The 'Lagre' (Save) button is at the bottom of the form.

11. Medlemsoppfølging og kommunikasjon

God oppfølging bidrar til engasjement og hindrer frafall. Her er forslag til tiltak:

- Velkomstsamtale eller velkomstmøte for nye medlemmer.
- Send gratulasjonshilsen når medlemmer fyller runde år.
- Avtal faste betalinger for medlemmer som ønsker det.
- Purre medlemmer som ikke har betalt – gjerne både skriftlig og med en telefon.
- Send årsmelding og julehilsen til alle medlemmer når kontingentperioden avsluttes.

Tips: En personlig henvendelse, som en telefon, gir ofte bedre respons enn bare en standard e-post.



Min Side til medlemsoppfølging

- Velkomstsamtale – ønske velkommen eller invitere til arrangement
- Velkomstmøte
- Postkort til alle som fyller runde år – sett på filter på årstall
- Faste betalingsavtaler
- Purre de som ikke har betalt. Vennlig e-post eller vennlig SMS. Anbefaler å ringe.
- Nye medlemmer
- Eksisterende medlemmer
- Send ut årsmelding og julehilsen i desember eller januar når hovedkravet sendes ut

Figur 18: Forslag til medlemsoppfølgingstiltak.

11. Avslutning

Du er nå klar til å bruke Nye Min Side. Husk at du alltid finner innloggingen via denne lenken <https://nasjonalforeningen.profuno.no/minside>

Kontakt hovedkontoret for support på telefon 23 12 00 00 eller e-post support@nasjonalforeningen.no hvis du trenger hjelp.