

DEEL 1: VOORBEREIDING OP HET GEBRUIK VAN DE CMYCMMLCOACH

Voordat je de cmyCMLCoach kunt gebruiken, zijn er een paar stappen die je moet volgen. In dit deel lees je hoe je je voorbereidt op het inloggen en het gebruiken van de app.

Let op! Deze stappen hoeft je maar één keer uit te voeren.

1. WAAR VIND IK DE CMYCMMLCOACH?

1.1 Je kan de cmyCMLCoach vinden op deze website: <https://cmycmlcoach.cmylife.nl/>

2. WAT HEB IK NODIG?

2.1 Om de cmyCMLCoach te gebruiken heb je een laptop, tablet of telefoon nodig. Bij het eerste gebruik heb je twee apparaten nodig: een telefoon en een laptop, een telefoon en een tablet, of een laptop en een tablet.

2.2 Daarnaast heb je een account voor de Persoonlijke GezondheidsOmgeving (PGO) van Patients Know Best nodig. Hier wordt jouw data veilig opgeslagen.

Heb je nog geen account? In hoofdstuk 3, 4 en 5 wordt stap voor stap uitgelegd hoe je hier een account voor kan aanmaken.

Heb je al een Patients Know Best account? Dan kun je verder met deel 2 van de handleiding.

3. HOE MAAK IK EEN ACCOUNT VOOR MIJN PERSOONLIJKE GEZONDHEIDSOMGEVING?

Om gebruik te kunnen maken van de cmyCMLCoach, heb je een account voor een Persoonlijke GezondheidsOmgeving (PGO) nodig.

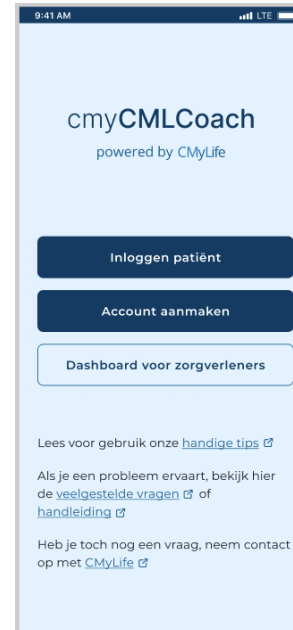
Let op! Dit is niet het account dat je nodig hebt om in te loggen op de website cmyCML (de website van CMylife voor CML-patiënten).

Alle tools van CMylife / cmyCML zijn gekoppeld aan Patients Know Best (PKB). Dit is één van de beschikbare PGO's in Nederland. Met een PGO ben je er zeker van dat je gegevens veilig zijn opgeslagen. Dat vinden wij erg belangrijk.

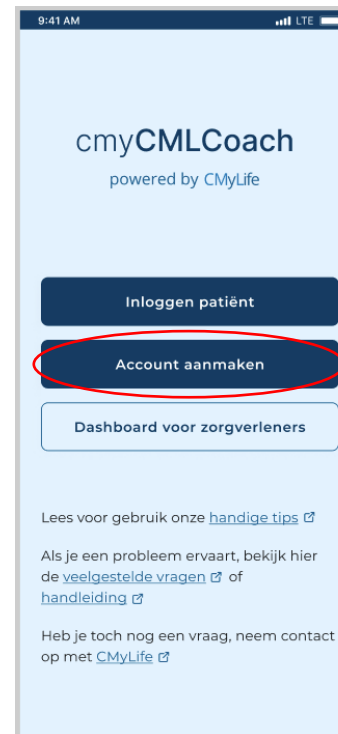
Heb je al een account voor de Persoonlijke GezondheidsOmgeving (PGO) van Patients Know Best? Dan kun je de volgende stappen overslaan en verdergaan met deel 2 van de handleiding.

Heb je nog **geen** account voor Patients Know Best? Volg dan onderstaande stappen:

3.1 Als je de cmyCMLCoach opent, zie je de volgende knoppen:



3.2 Klik op 'account aanmaken'.



3.3 Je komt dan op deze website van Patients Know Best:

CMylife

Welkom op uw Patients Know Best(PKB) account

Voordat u begint, hebben we uw toestemming nodig

Kies taal * Nederlands

☐ Ik heb de Gebruikersovereenkomst en Privacyverklaring gelezen en geaccepteerd.

Door de Gebruikersovereenkomst en het Privacybeleid te accepteren, verleent u toestemming aan Patients Know Best om een PKB-account te creëren zoals beschreven in de Gebruikersovereenkomst en het Privacybeleid.

Het gebruik van de persoonlijke gegevens van iemand anders om toegang te krijgen tot zijn of haar gezondheidsdossiers is een strafbaar feit. Als u ten onrechte een uitsnede hebt ontvangen dan moet u deze verwijderen.

Verder

Powered by Patients Know Best

3.4 Kies in welke taal je jouw Patients Know Best-account wil maken en accepteer de gebruikersovereenkomst en privacyverklaring van Patients Know Best. Klik hierna op 'verder'.

Let op! De taal van de cmyCMLCoach is altijd Nederlands.

CMylife

Welkom op uw Patients Know Best(PKB) account

Voordat u begint, hebben we uw toestemming nodig

Kies taal * Nederlands

☐ Ik heb de Gebruikersovereenkomst en Privacyverklaring gelezen en geaccepteerd.

Door de Gebruikersovereenkomst en het Privacybeleid te accepteren, verleent u toestemming aan Patients Know Best om een PKB-account te creëren zoals beschreven in de Gebruikersovereenkomst en het Privacybeleid.

Het gebruik van de persoonlijke gegevens van iemand anders om toegang te krijgen tot zijn of haar gezondheidsdossiers is een strafbaar feit. Als u ten onrechte een uitsnede hebt ontvangen dan moet u deze verwijderen.

Verder

Powered by Patients Know Best

3.5 In het volgende scherm vul je je gegevens in en maak je een wachtwoord aan.



Creëer uw account

1 **Wie bent u?** Verplichte velden *

Titel * Voornaam * Achternaam *

Geboortedatum * Dag Maand YYYY

Geslacht * Onbekend

2 **Uw contactgegevens**

E-mailadres * Wachtwoord * Bevestig wachtwoord *

(Wij sturen naar dit e-mailadres uw activatielink.)

☐ Wachtwoord weergeven ☐ Wachtwoord weergeven

Het wachtwoord moet bestaan uit:

- Ten minste één hoofdletter.
- Ten minste één kleine letter
- Ten minste één cijfer (0-9).
- Ten minste één symbool
!"#\$%&'()*+,-./:;<=>?@[!*_ '()-
- 10 of meer karakters

☐ Ja, stuur mij alsjeblift de Patients Know Best nieuwsbrief met tips voor online werken met mijn team

Tijdzone * Amsterdam, Berlijn, Bern, Rome, Stoc

Mobiel nummer +44 1234 567890 Hoofnummer

Privé nummer +44 1234 567890 Hoofnummer

Bedrijfsnummer +44 1234 567890 Hoofnummer

Ander telefoonnummer +44 1234 567890 Hoofnummer

3 **Uw postadres**

Adresregel 1 Adresregel 2 Stad *

Postcode * Provincie * Land * Nederland

Beveiligingsvraag * Kies een beveiligingsvraag Antwoord *

Volgende

3.6 Onderaan de pagina stel je een extra beveiligingsvraag in. Als je in de toekomst je wachtwoord bent vergeten, kun je door het beantwoorden van deze vraag weer toegang krijgen tot je account. Als je alles hebt ingevuld, klik je op 'volgende' onderaan de pagina.

+44 1234 567890
Hofnummer

3 Uw postadres

Adresregel 1 Adresregel 2 Stad *

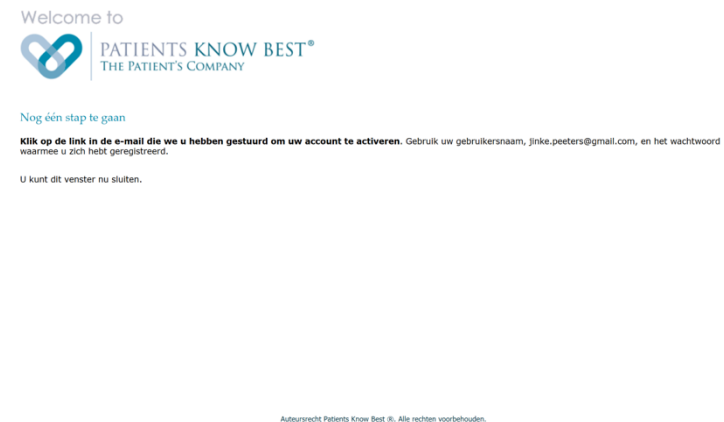
Postcode * Provincie * Land *
Nederland

Beveiligingsvraag * Antwoord *

Kies een beveiligingsvraag

Volgende

3.7 Je ontvangt een e-mail van Patients Know Best met hierin een link om je account actief te maken. Open deze e-mail en klik op de link.



3.8 Je account bij Patients Know Best is aangemaakt. Ga nu verder met hoofdstuk 4.

4. HOE STEL IK EEN TWEE-STAPS-BEVEILIGING IN?

Om je persoonlijke en medische informatie goed te beschermen maakt Patients Know Best gebruik van een 2-staps-beveiliging (2-factor authenticatie (2FA)). Dit betekent dat je de eerste keer niet alleen met je e-mailadres en wachtwoord moet inloggen, maar ook met een extra beveiligingscode. Zo zijn je gegevens extra veilig opgeslagen. Hieronder wordt stap voor stap uitgelegd hoe je deze extra beveiligingscode aanmaakt en gebruikt.

Let op! Voor deze stap is het makkelijk als je naast de mobiele telefoon, tablet, laptop of computer waar je de app installeert, nog een mobiele telefoon of tablet beschikbaar hebt om de Authenticator app te downloaden. Als je dat niet beschikbaar hebt, download dan de Authenticator app

op je telefoon of tablet waar je ook de app installeert en let dan op dat je de QR-code niet moet scannen, maar handmatig moet invoeren via de instelsleutel. Dit staat verderop in het hoofdstuk uitgelegd.

4.1 Nadat je een account bij Patients Know Best hebt aangemaakt en op de link in je mail hebt geklikt, krijg je dit scherm te zien:

Hier vul je de beveiligingsvraag in die je eerder hebt gekozen en het bijpassende antwoord.

Ook vul je je e-mailadres in en het wachtwoord dat je zojuist hebt aangemaakt.

Klik op 'Opslaan'.



4.2 De QR-code die nu op de website wordt getoond moet gescand worden met een authenticator app.

Let op! Doe dit **NIET** met de camera app van de telefoon maar met de camerafunctie van Microsoft of Google Authenticator app.

Er zijn verschillende authenticators apps. De meest bekende zijn de Microsoft Authenticator app en de Google Authenticator app.

Je kunt zelf kiezen welke Authenticator app je wil gebruiken:



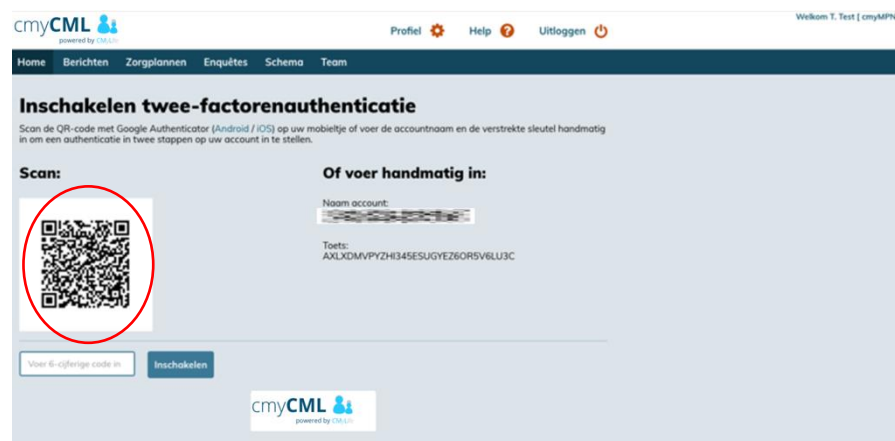
de Microsoft Authenticator app

of



de Google Authenticator app

Heb je de Microsoft Authenticator of Google Authenticator app al? Ga dan verder bij stap 4.5.



4.3 Heb je de Microsoft Authenticator app of Google Authenticator app nog niet? Dan moet je deze eerst downloaden op je mobiele telefoon of tablet.

Voor iPhone / iPad:

- Open de App Store  op je mobiele telefoon.
- Zoek naar Microsoft Authenticator of Google Authenticator.
- Klik op 'Download'.

De link naar de **Google Authenticator** in de **Google Play Store**:

<https://apps.apple.com/nl/app/google-authenticator/id388497605>

De link naar de **Microsoft Authenticator** in de **Google Play Store**:

<https://apps.apple.com/nl/app/microsoft-authenticator/id983156458>

Voor andere mobiele telefoons / tablets:

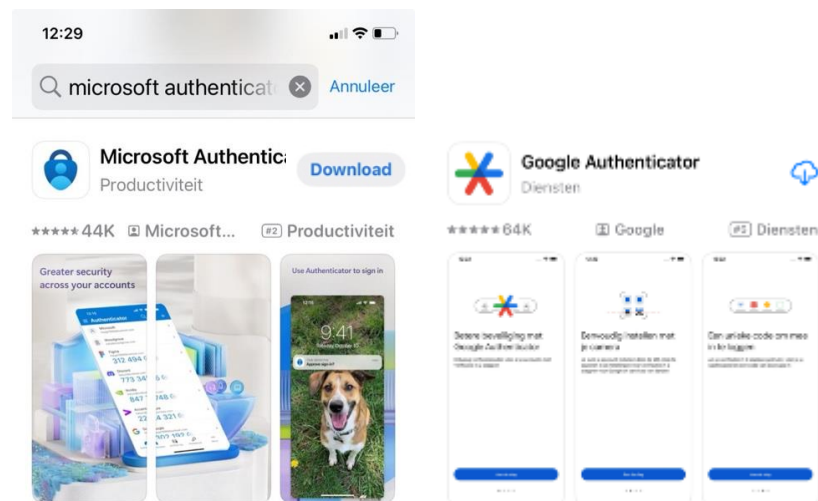
- Open de Google Play Store  of app winkel  van je mobiele telefoon.
- Zoek naar Microsoft Authenticator of Google Authenticator.
- Klik op 'Installeren'.

De link naar de **Google Authenticator** in de **Google Play Store**:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.authenticator2>

De link naar de **Microsoft Authenticator** in de **Google Play Store**:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.azure.authenticator>



4.4

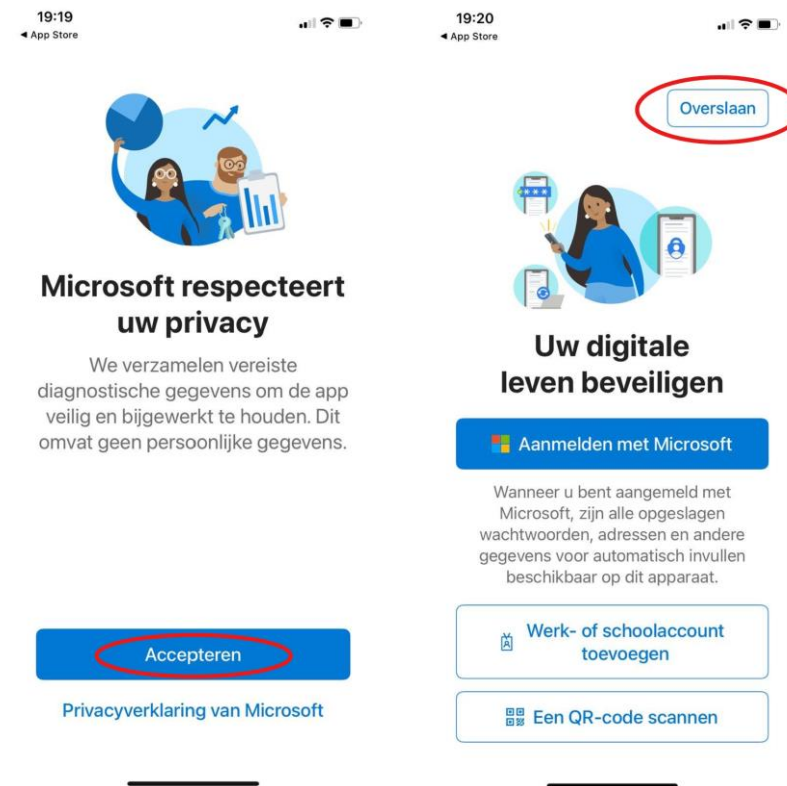
Voor de Microsoft Authenticator:

Open de app en volg de instructies.

Accepteer de privacy voorwaarden.

Klik vervolgens op 'overslaan'.

Let op! De Authenticator App heeft toegang nodig tot de camera van je mobiele telefoon. Als de app hierom vraagt kun je dit toestaan.

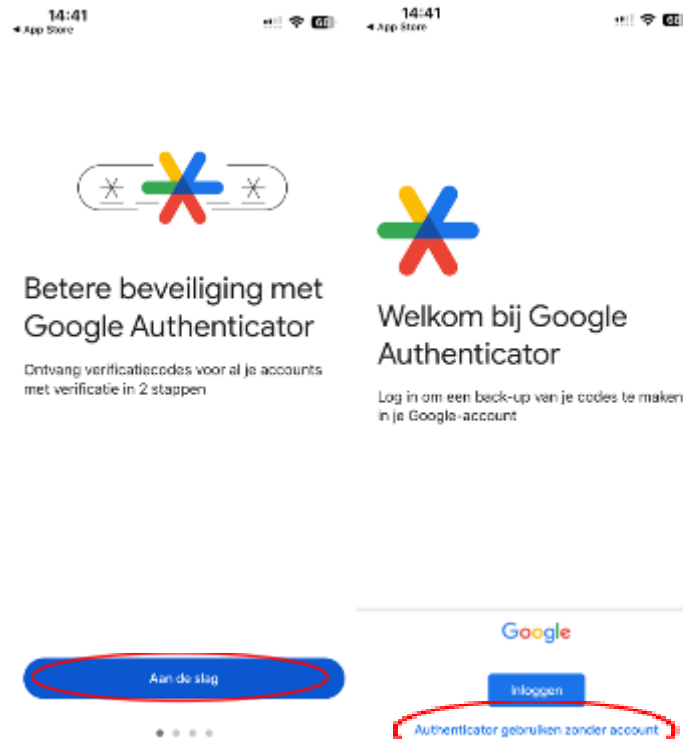


Voor de Google Authenticator:

Open de app en klik op 'Aan de slag'.

Je kunt de Google Authenticator app gebruiken zonder account.

Klik op 'Authenticator gebruiken zonder account'.

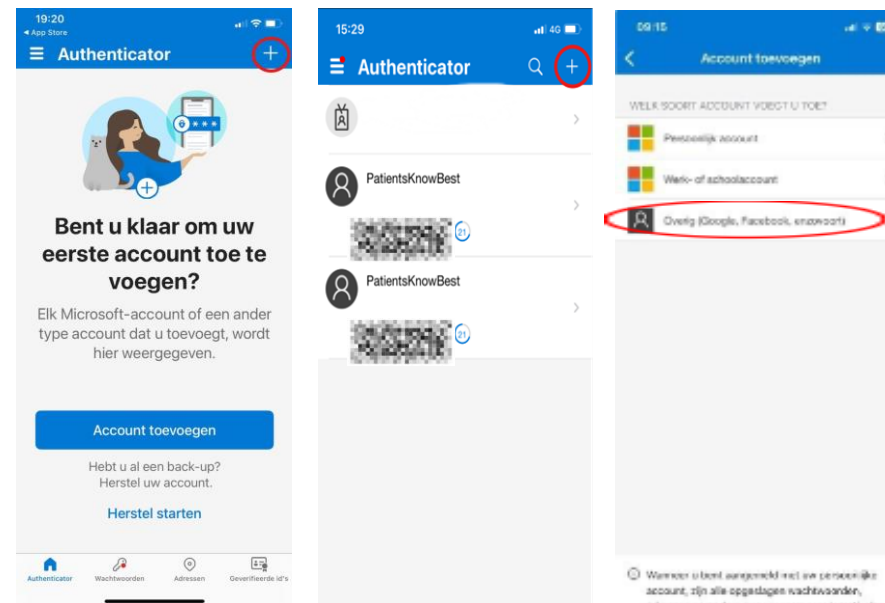


4.5

Voor de Microsoft Authenticator:

Als je de instructies hebt gevolgd, klik je op het plusje rechtsboven in het scherm.

Klik vervolgens op 'overig'.

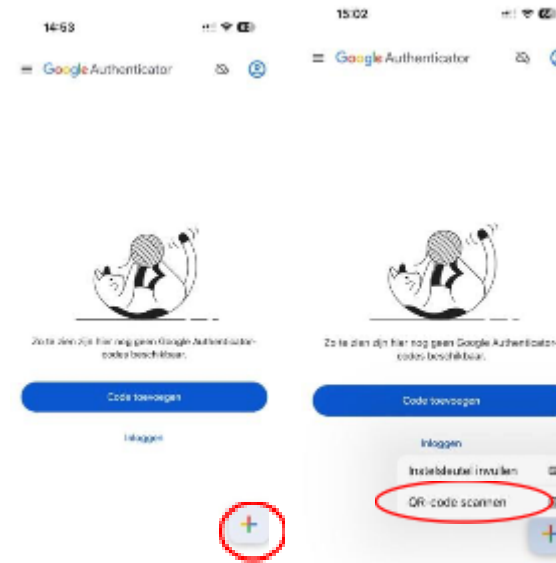


Voor de Google Authenticator:

Als je de instructies hebt gevolgd, klik je op het plusje rechtsonder in het scherm.

Klik vervolgens op 'QR-code scannen'.

Let op! De Authenticator App heeft toegang nodig tot de camera van je mobiele telefoon. Als de app hierom vraagt kun je dit toestaan.

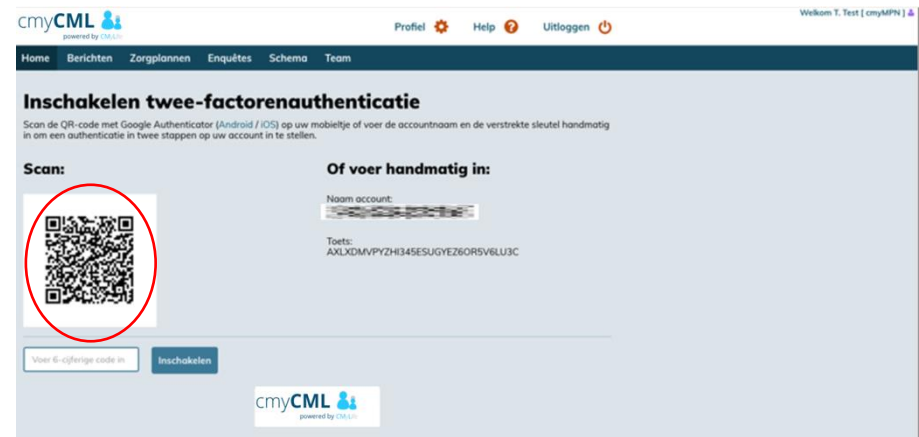
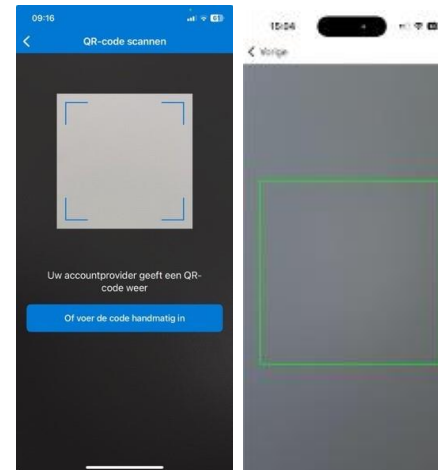


4.6 Nu kun je de QR-code scannen die je ziet op de website van Patients Know Best.

Lukt het scannen niet of gebruik je alleen een mobiele telefoon of tablet? Je kunt de code ook zelf invoeren door op 'Of voer de code handmatig in' te klikken bij de Microsoft Authenticator.

Als je de code zelf in wilt vullen, vul je de naam van het account in die hier staat en de lange code (Toets) die erbij staat.

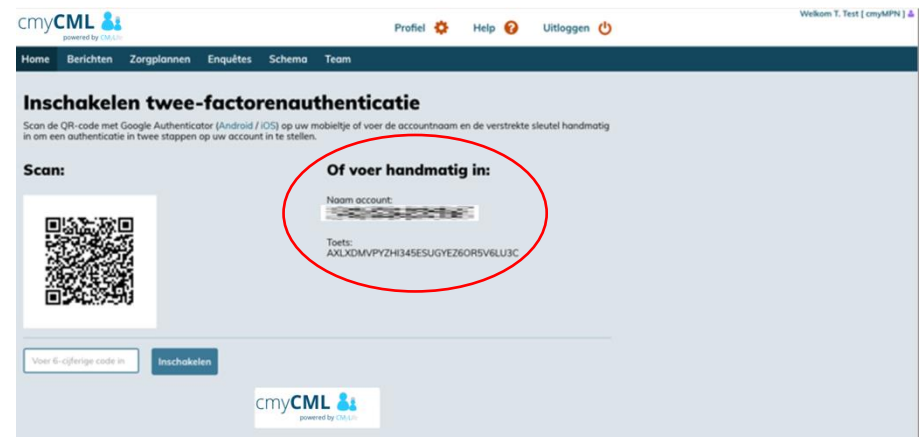
Voor de Google Authenticator, kijk bij de volgende stap.



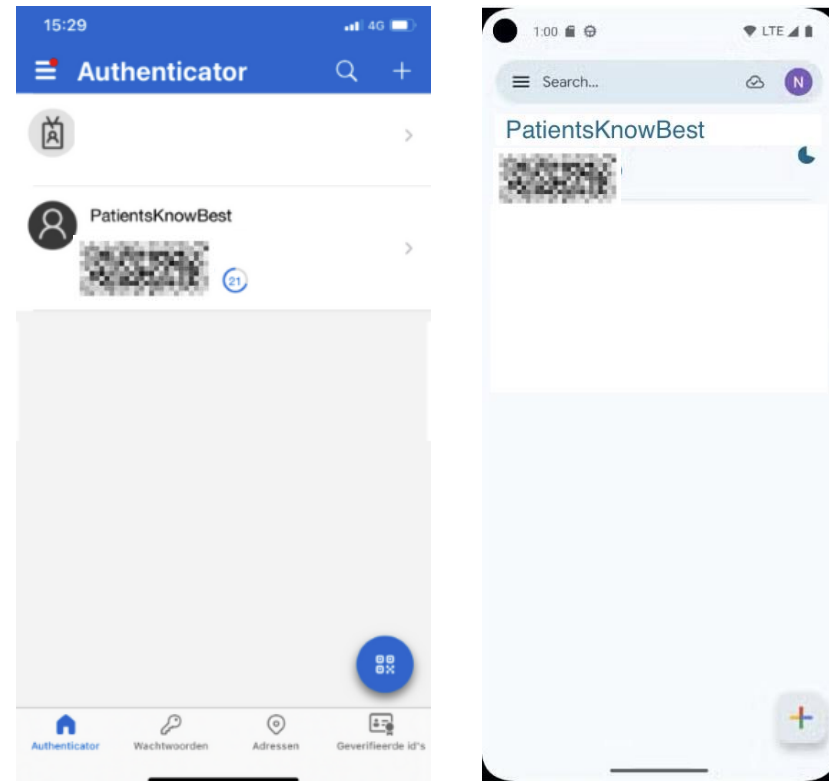
4.7

Voor de Google Authenticator:

Klik in de Google Authenticator app op het plusje rechtsonder en klik op 'Instelsleutel invullen'. Vul nu de naam van je account in bij 'Codenaam' en vul de lange Toets op het scherm bij 'Je Sleutel'. Klik dan op 'Toevoegen'.

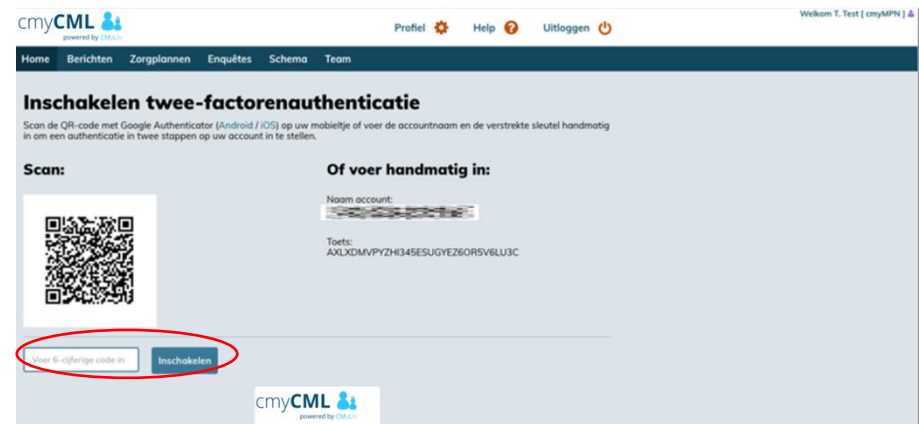


4.8 Nu staat de code voor de 2-staps-beveiliging in de lijst in de Microsoft Authenticator app en Google Authenticator app. Een 2-staps beveiligingscode bestaat uit 6 cijfers, die elke 30 seconden veranderen. Door deze beveiligingscode zijn je gegevens extra beschermd.



4.9 Vul de getoonde 6 cijfers in op de website van Patients Know Best op je laptop en klik op 'inschakelen'.
Je hebt er nu voor gezorgd dat je gegevens veilig worden opgeslagen.
Ga verder met hoofdstuk 5.

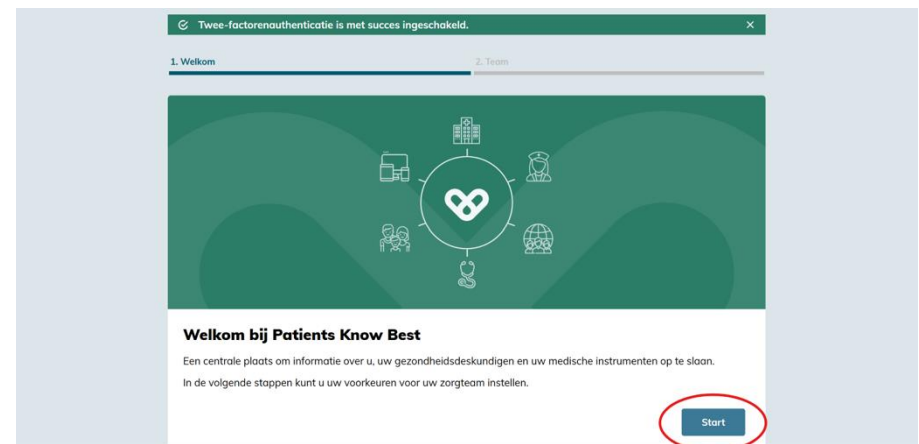
Let op! Loop je vast bij 1 van deze stappen, neem dan contact op met het CMyLife-team en bel naar 06 21 00 03 00 of mail naar info@cmylife.nl.



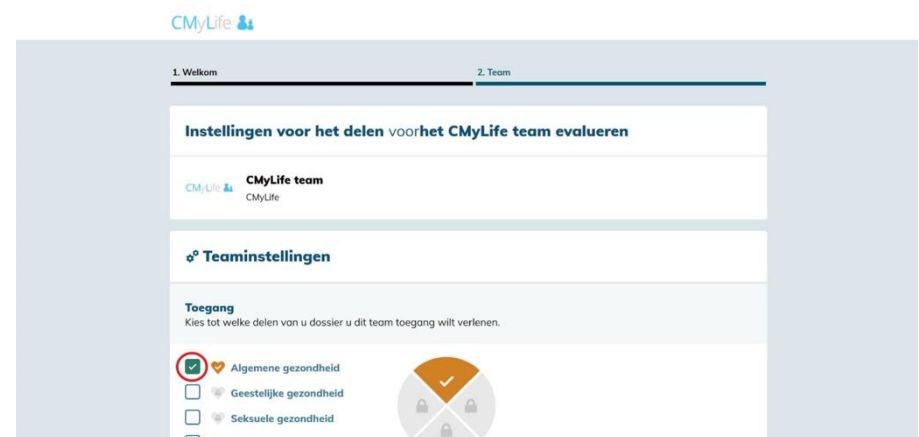
5. WELKE GEGEVENS MOET IK INVULLEN IN MIJN PATIENTS KNOW BEST-ACCOUNT?

5.1 Je hebt nu een Patients Know Best-account aangemaakt en kan inloggen met een 2-staps beveiligingscode (zie hoofdstuk 4). De gegevens die je straks invult in de cmyCMLCoach worden opgeslagen in Patients Know Best. Hiervoor moet je nog wel toestemming geven. Dat doe je als volgt.

Klik op 'Start'.



5.2 Voor het gebruik van de cmyCMLCoach is het genoeg om alleen toegang te verlenen tot het onderdeel algemene gezondheid.



5.3 Klik op 'opslaan en verdergaan met Patients Know Best'.



5.4 Hier zie je nu je Patients Know Best-account.

Jouw Patients Know Best account wordt gebruikt voor het veilig opslaan van jouw gegevens. Je hoeft hier verder niks in te vullen of mee te doen.

Je kunt deze pagina nu afsluiten.

Let op! Onthoud je inloggegevens van jouw Patients Know Best account goed. Deze heb je nodig om in te loggen in de cmyCMLCoach.

In deel 2 van de handleiding lees je hoe je kan inloggen in de cmyCMLCoach en hoe je de eerste keer jouw gegevens invult.

