

Instructions:

Using Microsoft Teams meeting video for Online Family Training.

City of Helsinki, Social Services and health care is testing an online family training.

To take part in Online family training you must have a computer which has up-to-date Microsoft Edge or Chrome browser, or a smart phone with the Microsoft Teams app (you can get it from the phone app store). Microsoft does not support video-link in other browsers. Underneath you find instructions how to join the training.

Booking and joining the Online family training

1. Reserve a time to for the Online family training via Helsinki Family Support webpage (in Finnish):

<https://www.hel.fi/sote/perheentuki-fi/raskaus-ja-synnytys/palvelut-raskausaikana/perhevalmennus-sa/>

2. Click the link "Tunnistaudu palveluohjaimeen" highlighted in below picture. You will be transferred to an identification service. Once your identification is verified, you are transferred to a website for Helsinki's services.

RASKAUS JA SYNNYTYS

[Raskausaika](#)

[Huolet ja pulmat raskausaikana](#)

[Vauvan tuloon valmistautuminen](#)

[Palvelut raskausaikana](#)

[Perhevalmennus Helsingissä](#)

[Suun terveys raskausaikana](#)

[Fysioterapian ryhmät raskausaikana](#)

[Synnytys](#)

[Synnytyksen jälkeen](#)

[Sähköiset ja puhelinpalvelut](#)

Perhevalmennus Helsingissä

Perhevalmennusryhmät on peruttu ajalla 16.3.–9.8.2020. Lisää tietoa oheiselta videolta.



Etäperhevalmennus

Etäperhevalmennus on helsinkiläisille ensisynnyttäjille tarkoitettu palvelu, joka koostuu ennen vauvan syntymää etäyhteyden kautta pidettävistä perhevalmennuskerroista raskausviikoilla 20–28 ja 30–38.

Ilmoittautuminen etäperhevalmennusryhmiin tapahtuu tunnistautumalla palveluohjaimeen ja valitsemalla ylävalikosta "Avoimet palvelut".

Tunnistaudu palveluohjaimeen

Etäperhevalmennus järjestetään Microsoft Teams -palvelun avulla, joka toimii osallistujien verkkoselaimessa. Ilmoittautumisen jälkeen saat palveluohjaimen sisällä linkin Teams-palveluun. Linkki löytyy jatkossakin palveluohjaimesta **Katso valmistautumisohteet** -painikkeen alta. Lisätietoa ilmoittautumisesta saat omalta terveydenhoitajalta.

3. In the menu bar at the top, click on "Avoimet palvelut".

The screenshot shows the Helsingin kaupunki website. The top navigation bar includes 'Helsingin kaupunki', 'Etusivu', 'Avoimet palvelut' (highlighted with a red box), 'Historia', and 'Ohjeet'. Below the navigation bar, there is a section with instructions on how to use the booking system, including buttons for 'Varaa uusi sopimusaika' and 'Varaa uusi isyysaika'. At the bottom, there are two main sections: 'Ajanvaraukseni' (with a green checkmark icon) and 'Varaa aikoja'. The 'Ajanvaraukseni' section shows 'Sinulla ei ole varattuja aikoja.' The 'Varaa aikoja' section has a button labeled 'Alueesi avoimet ajanvarauspalvelut'.

4. There are a number of groups. Choose the one named "Online Family Training".

The screenshot shows the 'Alueen avoimet palvelut' page. It starts with a heading 'Alueen avoimet palvelut' and a subheading 'Voit varata ajan alueesi avoimiin palveluihin. Tarkista palvelukuvauksesta tarkemmat ohjeistukset.' Below this is a section 'Valitse minkä ryhmän palvelua etsit' with a grid of service groups. The 'Online Family Training' group is highlighted with a red box. Other groups include 'Famijeförberedelse, fysioterapi - förlö...', 'Famijeförberedelse, fysioterapi - gra...', 'Famijeförberedelse, rådgivning - ETÄ', 'Perhevalmennus, fysioterapia - ETÄRY...', 'Perhevalmennus, fysioterapia - odotta...', 'Perhevalmennus, fysioterapia - synnyt...', and 'Perhevalmennus, neuvola - ETÄRYHMÄT'.

5. Two slots will appear: "Parenthood and Caring for a Baby" and Childbirth and puerperium . The recommendation would be to reserve both of these, as different topics will be covered in each of these training sessions. Click "Siirry varaamaan aika" button.


The screenshot shows the 'PARENTHOOD AND CARING FOR A BABY – VIRTUAL FAMILY TRAINING' page. It features a heading 'Parenthood and caring for a baby' and a detailed description of the training. The text states: 'Virtual family training is aimed at families expecting their first child in Helsinki. You can attend the training alone, with partner or support person. Themes in this family include parenthood, breast-feeding and taking care a newborn baby. A family with a newborn baby will join the training via Teams. You will receive a link to Teams meeting after you have done reservation for the virtual family training. Make reservation only for one person even if your partner or support person will take part in the same training.' At the bottom, there is a green button labeled 'Siirry varaamaan aika'.

6. "Ajanvaraus" will appear like below. Click "Varaa ehdotettu ajankohta"

Ajanvaraus Parenthood and caring for a baby




Alla näet asiointitilanteet, jotka sisältyvät varattavaan kokonaisuuteen.


Voit hyväksyä ehdotetut ajankohdat tai etsiä itsellesi muita sopivia aikoja.



Parenthood and caring for a baby – Virtual Family Training

Ehdotettu ajankohta

 Päivämäärä 07.10.2020	 Kellonaika 16:00 – 18:00 2 tunti(a)	 Asiointipiste Etätapahtuma
--	---	---




 Varaa ehdotettu ajankohta

Etsi muita vapaita aikoja >

You should now see a confirmation page like below:

Vahvista varaus

Parenthood and caring for a baby – Virtual Family Training

 Päivämäärä 07.10.2020	 Kellonaika 16:00 – 18:00 2 tunti(a)	 Asiointipiste Etätapahtuma
--	---	---

Lisätietoja ajanvarauksesta

Tarkista yhteystietosi

Puhelin

Kansainvälisessä muodossa +35840...

Varauksen muistutukset

☐ Tekstiviestillä

7. Click the green "Vahvista varaus" button in the bottom right. You will now get a confirmation like the below.

Ajanvaraus Parenthood and caring for a baby

✓ Ajanvaraukset varattu onnistuneesti




Ajanvaraukset on tallennettu ja varattu onnistuneesti.

Alla olevasta listauksesta näet ajanvaraukset käyntijärjestyksessä päivämäärän mukaan. Varatut ajat ovat näkyvissä palvelun etusivun Ajanvaraukseni-sarakkeessa.

[Vie omaan kalenteriin](#)

✓ Parenthood and caring for a baby – Virtual Family Training

Ajankohta

 Päivämäärä 07.10.2020	 Kellonaika 16:00 – 18:00 2 tunti(a)	 Asiointipiste Etätahtuma
--	---	---

[Peruuta ajanvaraus](#)

[Katso valmistautumisohjeet](#)

[← Takaisin etusivulle](#)

8. Click “Katso valmistautumisohjeet”. This provides you with the link to join the training, similar to the below. Save this link somewhere, as this is used to access your training. Note that the link is different for each training. Don’t worry if you lose the link. You can go back to step 1, follow the steps to log in again to the service. Under Ajanvaraukseni you should see your two reservations. From there you should be able to click the reservation and copy the link again, or directly join the online training.

Valmistautumisohjeet asiointitilanteeseen



Parenthood and caring for a baby – Virtual Family Training

You can familiarise yourself with the materials about the family training here:

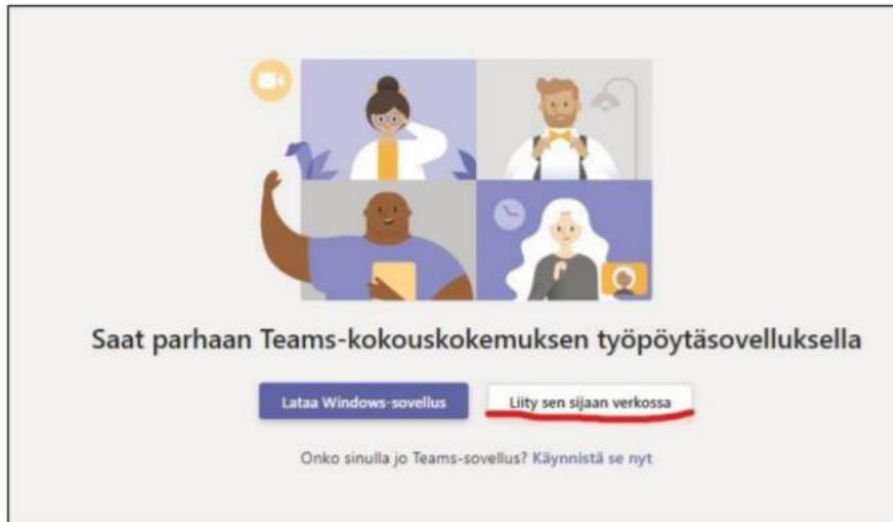
<https://www.hel.fi/sote/perheentuki-en/pregnancy-and-childbirth/preparing-for-a-new-baby/family-coaching/>.

You will also find information on how to join online family trainings via Microsoft Teams.

Lisätietoa etätahtumasta

Teams-link for the meeting: https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_ZjRlNmMzMGMQMTIwNS00YTdiLTljNGQzMjliNzM1M2Y2Y2Nk%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%223feb6bc1-d722-4726-966c-5b58b64df752%22%2c%22Oid%22%3a%228e19d02a-b37f-4058-9247-6516aa5fdb20%22%7d

9. Starting the online meeting. When it's time to join your online training, click the reservation link. You will get the option to download or open Teams (which you can do if you have Microsoft Teams installed) or alternatively open in the browser "Liity sen sijaan verkossa" below.



10. You can add in your name or nickname. This makes it easier to know who is talking, and helps with group discussions. You can also choose to show your video, but this is voluntary.

