

PRC Telehealth Patient Tips v5.0

(Consejos para Pacientes de Telesalud PRC v5.0)

General Information (Información General):

Locate a space in your house that is as private as possible for the session.

If your session will involve PT or OT be sure you have enough room around you for the mat that was supplied in the Telehealth Bundle.

If you are in the Return-to Work – Pain Management (RTW-PM) Program you will have 40-minute sessions followed by 10 minute breaks. **DO NOT CLOSE YOUR ZOOM SESSION AFTER A SESSION in the RTW-PM Program.**

Localice un espacio en su casa que sea lo más privado posible para la sesión.

Si su sesión involucrará PT o OT, asegúrese de que tiene suficiente espacio alrededor para la alfombra que se proporcionó en el paquete de Tele Salud.

*Si usted está en el Programa de Regreso al Trabajo – Manejo del Dolor (RTW-PM) tendrá sesiones de 40 minutos seguidas de descansos de 10 minutos. **NO CIERRE SU SESION ZOOM DESPUES DE UNA SESION en el Programa RTW-PM.***

Before the Session (Antes de la Sesión):

Plug the power adapter into your device (laptop, tablet and/or smart-phone) and leave it plugged in for the entire session.

Locate your device far enough away from you so that the camera shows your head to your feet, using something to prop up the device that is dependable (doesn't fall down).

Zoom – You will receive an emailed meeting/session invitation well before the session (usually the night before for the RTW-PM Program). The invitation will have the time/date AND the **Meeting ID** (looks like 999-999-999) and **Meeting Password** (looks like 999999). Do not delete the invitation email. 10-15 Minutes before the start time for your session, open your browser (Safari, Chrome, Firefox, etc.) and go to this link:

pacificrehabilitation.zoom.us

Click on **Join Now**. A browser page will open that says **Join a Meeting**. Click on the greyed-out **Meeting ID or Personal Link Name** and enter the **Meeting ID** from the invitation email (looks like 999-999-999). Click **Join** and another browser page will open. What happens next, depends upon the browser you are using. In general, click on the text or button that allows the session to continue e.g. **'Open Zoom, Run, etc.'**

The Zoom application will open. The Zoom Control Bar is at the bottom of this screen.

You are now in the **Waiting Room** now and the presenter will admit you when he/she is ready to start the session. At the bottom of the Zoom application window is the **Control Bar**. To the left are the audio and video controls. Be sure both are enabled by clicking on each if either has a red diagonal stripe.

Conecte el adaptador de corriente a su dispositivo (computadora portátil, tableta y / o teléfono) y déjelo enchufado durante toda la sesión.

Coloque el dispositivo lo suficientemente lejos de usted para que la cámara muestre la cabeza a sus pies, usando algo para sostener el dispositivo que es confiable (no se cae).

PRC Telehealth Patient Tips v5.0

(Consejos para Pacientes de Telesalud PRC v5.0)

*Zoom: Recibirá una invitación por correo electrónico a la reunión/sesión mucho antes de la sesión (normalmente la noche anterior para el Programa RTW-PM). La invitación tendrá la hora/fecha Y el **ID de la reunión** (se parece al 999-999-999) y **la contraseña de la reunión** (parece 999999). No elimine el correo electrónico de invitación. 10-15 Minutos antes de la hora de inicio de su sesión, abra su navegador (Safari, Chrome, Firefox, etc.) y vaya a este enlace: pacificrehabilitation.zoom.us*

*Haga clic en **unirse ahora**. Se abrirá una página del explorador que dice **unirse a una reunión**. Haga clic en el **ID de reunión o en el nombre del vínculo personal** que aparece en gris e introduzca el **ID de reunión** en el correo electrónico de invitación (similar al 999-999-999). Haga clic en **unirse** y se abrirá otra página del explorador. Lo que sucede a continuación depende del navegador que esté utilizando. En general, haga clic en el texto o botón que permite que la sesión continúe, por ejemplo, '**Abrir zoom, Ejecutar, etc.**' Se abrirá la aplicación Zoom. La barra de control del zoom se encuentra en la parte inferior de esta pantalla.*

*Ahora se encuentra en la sala de espera y el presentador te admitirá cuando esté Listo para comenzar la sesión. En la parte inferior de la ventana de la aplicación Zoom está **la barra de control**. A la izquierda están los controles de audio y video. Asegúrese de que ambos están activados haciendo clic en cada uno si tiene una franja diagonal roja.*

During the Session (Durante la Sesión):

DO NOT CLOSE YOUR ZOOM MEETING SESSION AFTER EACH CLASS IN THE RTW-PM PROGRAM.
The PRC host will mute the microphone from the broadcast location.

In the center of the **Control Bar** is an icon labeled **Chat**. You can send a typed message to everyone or just the person you choose by selecting the recipient. Type your message at the bottom and press **Enter** on your keyboard.

NO CIERRE SU SESIÓN DE REUNIÓN DE ZOOM DESPUÉS DE CADA CLASE EN EL PROGRAMA RTW-PM. El organizador de PRC silenciará el micrófono de la ubicación de difusión.

*En el centro de la **barra de control** hay un icono con la etiqueta **Chat**. Puede enviar un mensaje de escrito a todos o solo a la persona que elija seleccionando el destinatario. Escribe tu mensaje en la parte inferior y presiona **Enter** en el teclado.*

Ending the Session (Finalizando la sesión):

The PRC staff member hosting your session should remind you to complete a **Post Session Evaluation** after **EVERY 5-hour session** (end of the RTW-PM treatment day). If you do not get a reminder and the link, please go to pacificrehabilitation.zoom.us and click [Telehealth Evaluation](#).

*El miembro del personal de PRC que organiza su sesión debe recordarle que complete una **Evaluación Post-Sesión** después de CADA sesión de 5 horas (fin del día de tratamiento RTW-PM). Si usted no recibe un recordatorio y el enlace, por favor vaya a pacificrehabilitation.zoom.us y haga clic en [Evaluación de Telesalud](#).*

If you have technical problems during the session please call this number: **425-628-5828**

*Si tiene problemas técnicos durante la sesión, llame a este número: **425-628-5828***