

Innehåll

Logga in på ditt Microsoft 365 konto första gången.....	2
Teams	7
Kanaler.....	7
Lexicon 365.....	7
Frågor och svar	8
1. Jag hör inget ljud när jag ansluter till lektionen/mötet.....	8
2. Vilken dator ska jag använda?.....	9
3. Vad gör jag om bild och ljud laggar?	9
4. Vilken webbläsare ska jag använda?	10
5. Får man spela in en lektion?.....	10
6. Övrigt att tänka på när man deltar på distans	10
Felsökning.....	11
1. Om du får frågan "Var inloggad på alla dina appar"	11
2. Problem att ansluta till ett Team.....	12
3. Problem att start Teams eller om Teams hänger sig.....	12
4. Felkoden "CAA30194" vid inloggning.....	12

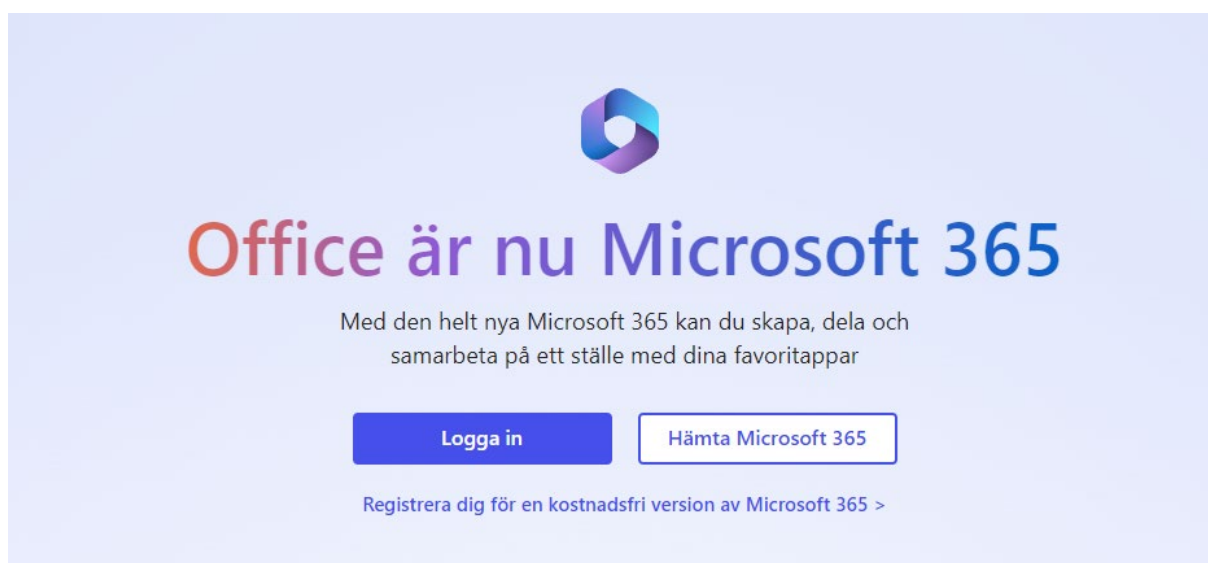
Logga in på ditt Microsoft 365 konto första gången

Under studietiden får du tillgång till Microsoft 365 för studenter. I Microsoft 365 ingår flera program och appar såsom Word, Excel, PowerPoint, Teams, Outlook och OneDrive.

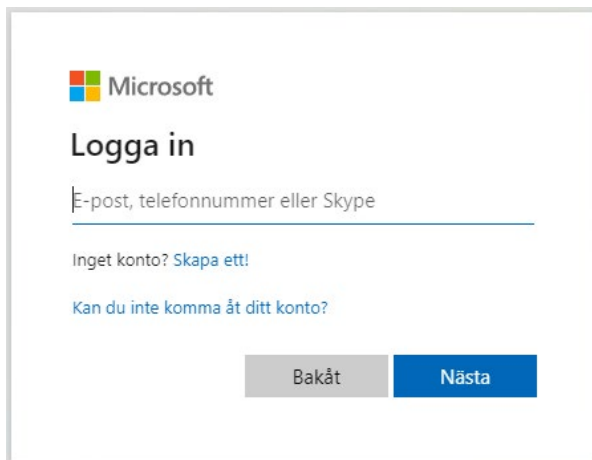
Från skoladministrationen får du ett mail med ditt användar-id och lösenord. Ditt användar-id är en e-postadress som slutar på: @folkuniversitetet.nu

Gör så här för att logga in första gången.

1. Öppna valfri webbläsare på din dator och gå till <https://portal.office.com> och välj "Logga in"



2. Ange din @folkuniversitetet.nu mailadress och det temporära lösenord du har fått.

A screenshot of the Microsoft login form. At the top left is the Microsoft logo. Below it, the text "Logga in" is displayed. There is a text input field with the placeholder text "E-post, telefonnummer eller Skype". Below the input field, there are two links: "Inget konto? Skapa ett!" and "Kan du inte komma åt ditt konto?". At the bottom, there are two buttons: a grey "Bakåt" button and a blue "Nästa" button.

3. Uppdatera ditt lösenord.

Använd det temporära lösenordet i fältet **"Nuvarande lösenord"** skriv sedan in ett nytt lösenord och bekräfta det genom att upprepa lösenordet. Därefter klicka på **"Logga in"** och ange ditt nya lösenord.

Uppdatera lösenordet

Du måste uppdatera lösenordet eftersom det är första gången du loggar in, eller på grund av att ditt lösenord upphört att gälla.

Nuvarande lösenord

Nytt lösenord

Bekräfta lösenordet

Logga in

← student@folkuniversitetet.nu

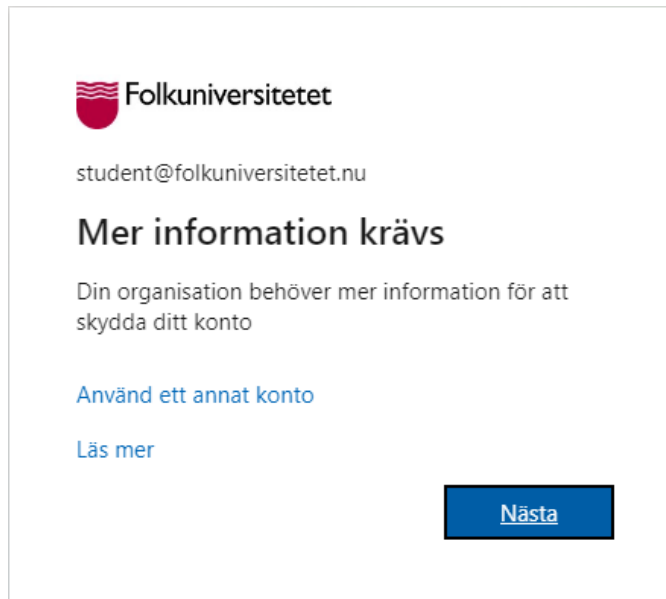
Ange lösenord

.....|

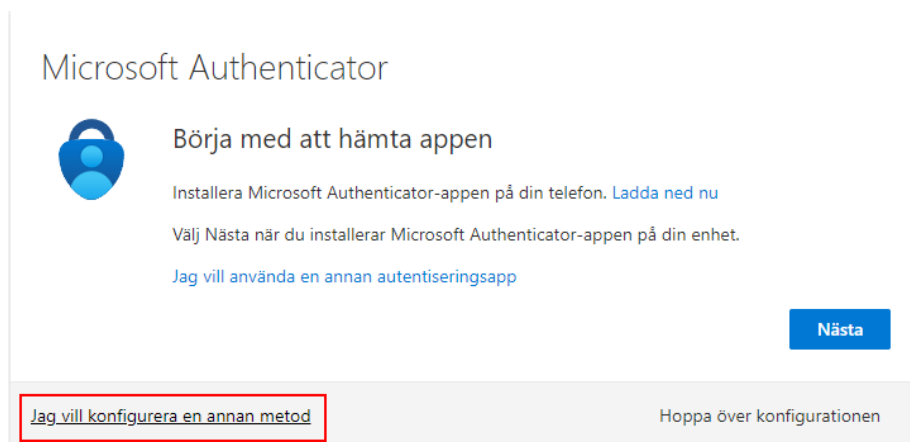
[Jag har glömt mitt lösenord](#)

Logga in

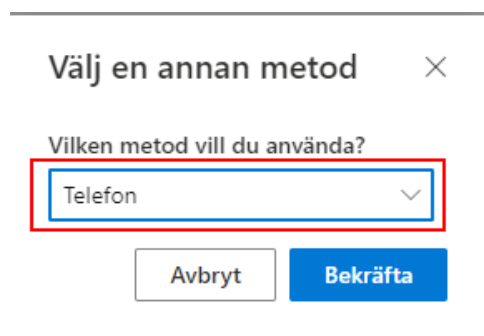
4. När du loggat in kommer en ruta upp där du uppmanas att skydda ditt konto, klicka på **”Nästa”** för att komma vidare.



5. Nu kommer Microsoft Authenticator be dig ladda ner appen. Det ska du inte göra utan klicka på länken längst ner i rutan **”Jag vill konfigurera en annan metod”**.



6. Här ska du välja vilken metod du vill använda för att bekräfta din identitet vid inlogg. Välj här alternativet **”Telefon”** och klicka på **”Bekräfta”**



- Här ska du ange landskod för Sverige, så ändra till **"Sweden (+46)"** och fyll därefter i ditt **mobilnummer** och klicka i **"Sms:a mig en kod"**, klicka därefter på **"Nästa"**

Telefon

Du kan visa vem du är genom att besvara ett samtal på din telefon eller genom att skicka en kod via SMS till din telefon.

Vilket telefonnummer vill du använda?

Sms:a mig en kod
 Ring mig

Meddelande- och dataavgifter kan tillkomma. Om du väljer Nästa innebär det att du godkänner [Tjänstvillkor](#) och [Sekretess- och cookiepolicy](#).

[Jag vill konfigurera en annan metod](#) [Hoppa över konfigurationen](#)

- Fyll därefter i den kod du fått i sms och klicka på **"Nästa"**

Telefon

Vi har precis skickat dig en 6-siffrig kod till +46 07 Ange koden nedan.

[Skicka om koden](#)

[Jag vill konfigurera en annan metod](#) [Hoppa över konfigurationen](#)

- Nu är ditt mobilnummer registrerat som verifieringsmetod. Klicka på **"Nästa"** för att slutföra registreringen.

Telefon

SMS-verifierad. Din telefon har registrerats.

[Hoppa över konfigurationen](#)

10. Nu kan du logga in på ditt konto genom att klicka på "Klar"

Klart!

Bra jobbat! Du har konfigurerat din säkerhetsinformation. Välj Klar om du vill fortsätta att logga in.

Standardinloggningsmetod:



Klar

Teams

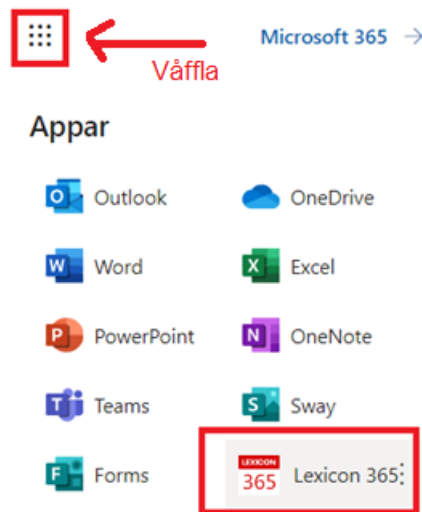
Varje klass har sitt eget klassteam på Teams. Du kommer åt ditt klassteam när du är inloggad på Microsoft 365 med användarnamnet som slutar på @folkuniversitetet.nu. I teamet kan du chatta med dina klasskamrater, och delta i den undervisning som ibland äger rum via Teams. Vissa av våra föreläsare använder Zoom.

Kanaler

Varje kurs har sin egen kurskanal som du kommer åt via ditt klassteam. I teamet finns också kanaler som fungerar som grupprum.

Lexicon 365


Lexicon är en utbildningsportal. Här kan du lära dig att hantera och jobba i alla de appar och program som du kommer använda under din utbildning, och som ingår i Microsoft 365. Du hittar Lexicon genom att klicka på "våfflan" när du är inloggad på ditt Microsoft 365.



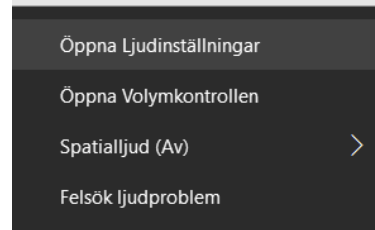
Frågor och svar

1. Jag hör inget ljud när jag ansluter till lektionen/mötet

Om du inte hör något när du ansluter till en lektion/möte eller om övriga inte hör dig bör du kontrollera vilken in- och ut-enhet som du har inställt på din dator. På en Windows dator hittar du ljudenheten antingen under **Kontrollpanelen->Maskinvara och Ljud->Ljudenheter**

Du kan också högerklicka på "högtalar" ikonen  (finns vanligtvis längst ner till höger) för att "Öppna Ljudinställningar" och därefter säkerställa att du har valt rätt Utdata enhet och Indata enhet. Här kan du välja mellan de olika enheter du har på din dator t.ex. om du använder ett headset eller om du pratar och lyssnar direkt genom datorn utan headset.

Exemplet nedan använder ett headset som heter Jabra EVOLVE 30.



Ljud

Utdata

Välj utdataenhet

Högtalare (6- Jabra EVOLVE 30)

Vissa appar kan konfigureras till att använda andra ljudenheter än den som väljs här. Anpassa appvolym och enheter i de avancerade ljudalternativen.

[Enhetsgenskaper](#)

Huvudvolym

  74

 Felsök

[Hantera ljudenheter](#)

Indata

Välj indataenhet

Mikrofon (6- Jabra EVOLVE 30)

Vissa appar kan konfigureras till att använda andra ljudenheter än den som väljs här. Anpassa appvolym och enheter i de avancerade ljudalternativen.

[Enhetsgenskaper](#)

Testa din mikrofon

 Felsök

2. Vilken dator ska jag använda?

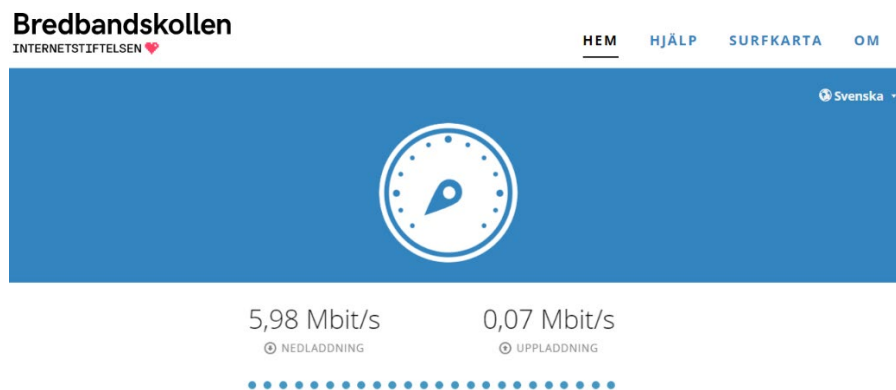
De flesta moderna datorerna har så bra kapacitet att det inte är något problem att delta i en distansutbildning. Några riktlinjer att tänka på:

- Rekommendation att använda en dator med operativsystemet Windows 10 eller senare alternativt en MAC dator med minst 8GB RAM minne.
- Att du har uppdaterat operativsystemet på din dator, så Windows update inte startar när du ska delta i undervisning.
- Att du har fungerande mikrofon och kamera enhet (om du ska vara med på video) på din dator.

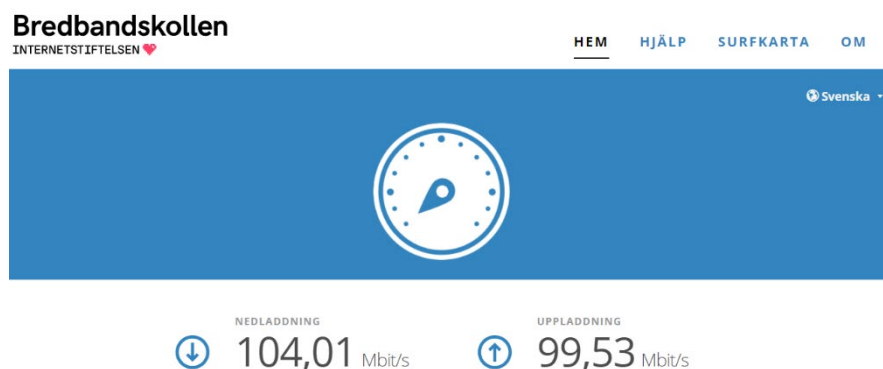
3. Vad gör jag om bild och ljud laggar?

Du bör se till att ha en stabil Internetuppkoppling på minst 5 mbit/s för att minimera risken uppleva med lagg och/eller dålig bildkvalité. Är ni fler som delar på förbindelsen, så räkna med att alla som kör video/film behöver minst 5 mbit/s.

Du kan kontrollera din Internetförbindelse på www.bredbandskollen.se



Denna uppkoppling räcker för att titta på en stream men inte för att själv streama video då uppladdningshastigheten är på tok för låg.



Denna uppkoppling räcker bra för att titta på en stream och även för att streama video själv!

Om du upplever problem med ljud och video, prova att stänga av din kamera för att se om du kan följa med i lektionen med ljud enbart, alternativt starta om din dator.

4. Vilken webbläsare ska jag använda?

Vilken webbläsare som fungerar bäst kan vara olika beroende på vilken plattform du ska delta på lektionen via. Zoom stödjer Google Chrome, Apple Safari, Mozilla Firefox och Chromium Edge (nya Windows 10 webbläsaren fd. Microsoft Edge).



Google Chrome



Apple Safari



Mozilla Firefox



Chromium Edge

5. Får man spela in en lektion?

Du får inte spela in en lektion utan samtycke från samtliga deltagare på lektionen.

Innan en inspelning så måste du ha begärt in samtycke från samtliga deltagare, samt informerat dem om att inspelning kommer ske och syftet med inspelningen.

6. Övrigt att tänka på när man deltar på distans

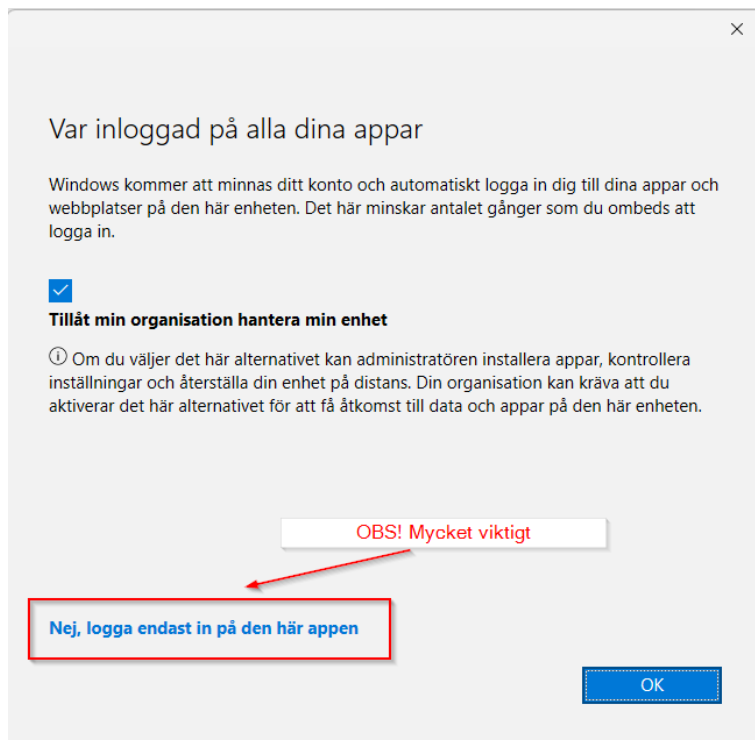
När du deltar i undervisning på distans är det bra att tänka på

- Att du stänger av din mikrofon när du lyssnar så det inte kommer störande ljud under lektionen.
- Att du tittar i kameran i ögonhöjd för att få så bra bild som möjligt
- Att du har bra belysning där du sitter
- Att du inte har stökig bakom dig

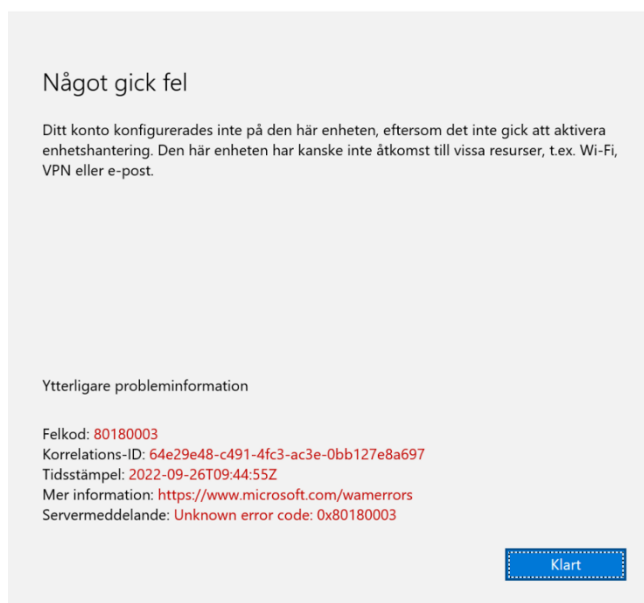
Felsökning

1. Om du får frågan "Var inloggad på alla dina appar"

För att undvika problem att ansluta till Microsoft Teams är viktigt att man på frågan "Var inloggad på alla dina appar" svarar "Nej, logga endast in på den här appen" enligt bilden nedan.



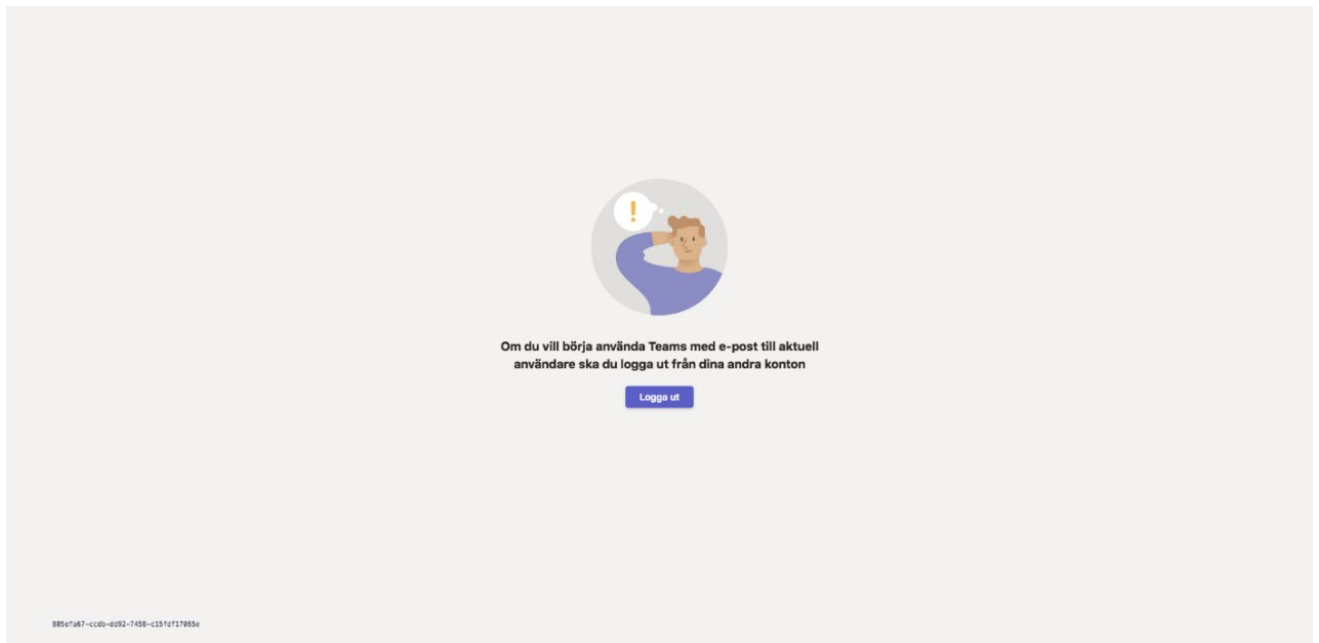
Om du fått felkoden: "80180014" eller "80180003" så har du klickat "OK" på frågan "Tillåt min organisation hantera min enhet", vilket du **INTE** ska välja, utan välj "Nej, logga endast in på den här appen".



2. Problem att ansluta till ett Team

Om du blir ombedd att logga ut från dina andra konton när du försöker ansluta till ett Team, prova att ansluta till Teamet från en annan webbläsare eller i ett "Inkognito"/"In private" fönster.

Detta gäller även om du får en fråga om du vill förbli inloggad på kontot och du kanske har flera Microsoft konton. Prova då logga in från en annan webbläsare webbläsare eller i ett "Inkognito"/"In private" fönster.



3. Problem att start Teams eller om Teams hänger sig

Om du har problem att Teams startas om eller hänger sig. Är det bra att du kontrollerar att din dator uppfyller minimikraven för Microsoft Teams.

Här kan du se vilka krav som Microsoft Teams har på Windows PC, Mac datorer, samt på telefoner Android och iOS (iPhone, iPad):

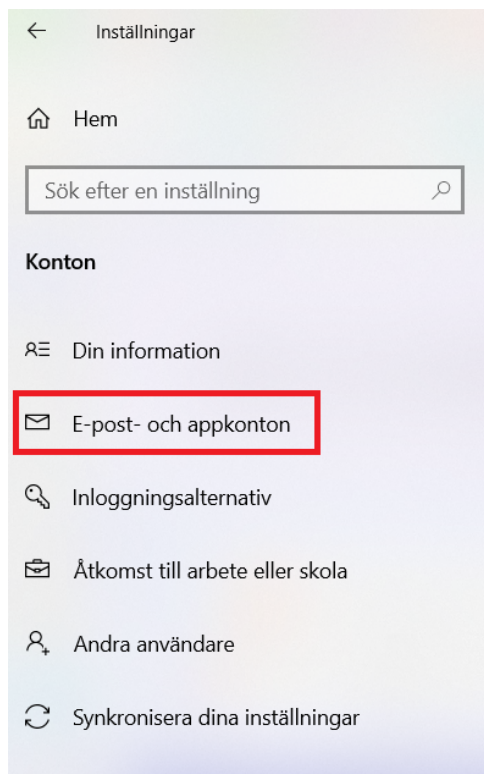
<https://learn.microsoft.com/en-us/microsoftteams/hardware-requirements-for-the-teams-app>

4. Felkoden "CAA30194" vid inloggning

Om du får en felkod "CAA30194" när du försöker logga in Microsoft 365.


Detta fel indikerar att Teams applikationen är bortkopplad och inte fungerar.


- Gå till Windows **Inställningar** -> **Konton** -> **E-post och appkonto**.
- Klicka på "**Lägg till ett arbetsplats- eller skolkonto**".
- Lägg till ditt skolkonto även om det redan ligger ett konto upplagt där.
- Starta om Teams applikationen och nu bör det fungera att logga in.



E-post- och appkonton

Konton som används av e-post, kalender och kontakter

 Lägg till ett konto

 student@folkuniversitetet.nu
Folkuniversitetet

Konton som används av andra appar

Lägg till de konton du använder för dina appar här och logga in på dina favoritappar enklare och snabbare.

[Lägg till ett Microsoft-konto](#)

[Lägg till ett arbetsplats- eller skolkonto](#)