

DIGIFYSISK träff/utbildning via Zoom

Det här skapar goda förutsättningar

- **Snabb och stabil uppkoppling via nätkabel med tillräcklig bandbredd!** (helst inte wi-fi)
- Kontrollera ljud (mikrofon och högtalare) och bild (kamera) i förväg.
- Sitt i ett tyst rum utan bakgrundsljud.
- Koppla upp dig i god tid, senast 10 min före start.
- En hel dags digital utbildning är krävande, underlätta genom att ordna det bekvämt och ergonomiskt för dig.

Enklaste sättet att delta

- Använd en laptop med inbyggd webbkamera, mikrofon och högtalare ELLER använd en fast dator med extern webbkamera med mikrofon.
- Koppla upp dig genom att klicka på länken du får per e-post innan utbildningen och använd din webbläsare (helst Chrome).

Lite bättre sätt att delta

Som ovan och komplettera med att:

- Ladda ner Zoom-appen (finns där appar finns), den ger dig tillgång till fler funktioner.
- Koppla in ett headset med mikrofon (det vanliga till mobiltelefonen brukar funka), då både hör och hörs du bättre och störande bakgrundsljud minimeras.

Riktigt bra sätt att delta

- Koppla upp din dator mot en större skärm, då ser du föreläsare och PowerPoint bättre. Kom ihåg att placera din laptop, alternativt den externa webbkameran, så att du själv syns bra.
- Koppla in ett headset med "mick på pinne", det är brusreducerande (tar bort ev. bakgrundsljud) och är bekvämare att ha på sig en hel dag.

Vill du delta nästan som om du vore på plats?

- Koppla upp dig i ett konferensrum utrustat med teknik för videokonferenser.

Ta chansen, testa Zoom i förväg!

Under en online-workshop introducerar F7 möten & konferens Zoom för dig och ser till att du kan logga in, få igång bild och ljud samt känner dig trygg inför att du ska använda Zoom i skarpt läge. Du har möjlighet att ställa frågor och du får med dig tips och tricks för ett lyckat digitalt deltagande. [Anmäl dig här](#)

Mer information finns på länkarna nedan

Illustrerande Youtube-klipp på svenska

- [Hur man ansluter till ett zoom-möte](#)
- [Hur man testar ljudet](#)
- [Bra att tänka på angående utrustning](#)

Zoom:s egna [informationsfilmer](#) på engelska