

## Deltagarorientering för Online-möte

### Gå med i ett online-möte

1. Vänligen logga in i god tid innan mötet, om det är möjligt, så att frågor kring anslutning, m.m. kan hanteras före mötets start. Mötet "öppnas" ca. 15-20 minuter för start.
2. Anslut till mötet genom att klicka på Zoom-länken som finns på Nar-anons hemsida under mötesfliken <http://www.nar-anon.se/moten/> och följ instruktionerna som kommer upp på din skärm. (Zoom självstudier, inklusive en minuts video om Zoom, kan hittas online här <https://zoom.us/> under fliken FAQ (Engelska).)
3. Om du redan har laddat ned Zoom på din dator rekommenderar vi starkt att du letar efter uppdateringar på mötesdagen genom att klicka på "Where Do I Download the Latest Version?" länk här <https://zoom.us/> . Om du inte gör detta, kan du förhindras att delta fullt ut på mötet pga versionshantering.
4. Det att föredra om du kan ansluta till mötet med en dator eller surfplatta. Det finns en zoom app för "smarta telefoner", men det är lättare att delta med en större skärm.
5. Välj alternativet "Join Audio Conference by Computer".
6. Försök att minimera distraktioner och bakgrundsljud genom att använda "mute" när någon annan delar. Det finns en "mute" knapp på verktygsfält längst ner på skärmen.
7. Klicka på ikonen "Start video" längst ner till vänster på skärmen om din video inte ansluter automatiskt.

### Under mötet

1. Alla deltagare, med undantag för mötesledaren, kommer att "mutas" initialt för att minimera bakgrundsljud. Alla har även förmågan att "muta" av sig själva.
2. Deltagarna har förmågan att lyfta upp sin hand genom att öppna rutan "Participants" på verktygsfält längst ner på skärmen och klicka på knappen "Raise hand". Om du ansluter via en iPhone eller iPad kan knappen hittas under "Mer" alternativ.
3. Du kan byta ditt namn genom att högerklicka på din bild. Vänligen ange minst ditt förnamn för enkelheten för mötesledaren vid delning.
4. Mötesledaren har möjlighet att dela sina datorskärmar för att visa mötesanteckningar, turordningen och andra relevanta dokument.
5. Det finns en chattfunktion tillgänglig, som nås genom att klicka på knappen längst ner på skärmen.

## Zoom tips:

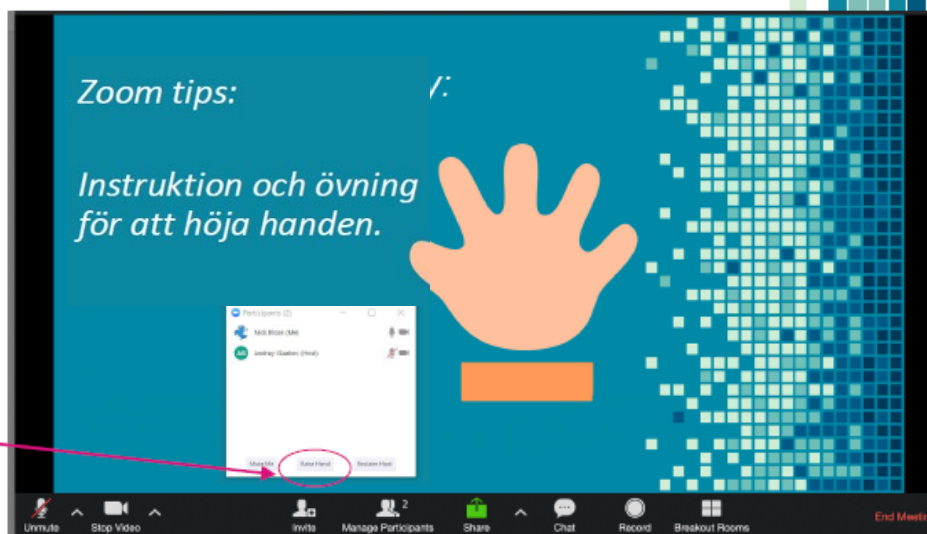
*Instruktion och övning  
för att höja handen.*



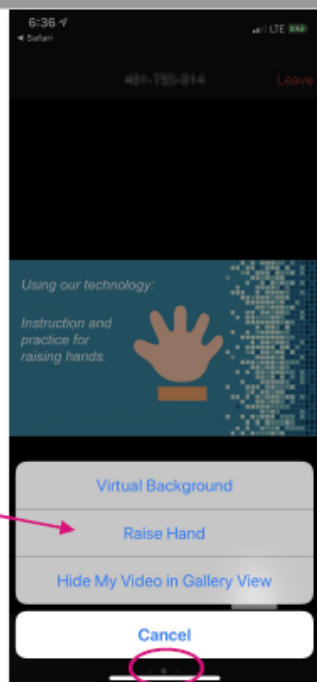
Använd en PC eller en Mac för att hitta verktygsfältet längst ner på Zoom-skärmen genom att flytta musen till den nedre delen av zoomfönstret, välj "Participants" och deltagarlistan kommer att visas.



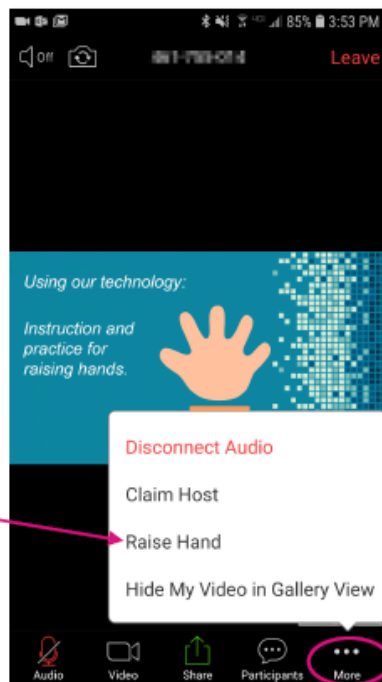
Längst ner på deltagarlistan kommer du ha möjlighet att "Raise hand" eller "Lower hand".



På en iPhone, trycker man på pricken längst ner på skärmen och det ger en möjlighet att välja "Raise hand" eller "Lower hand".



På en **Android**, trycker man på prickarna längst ner till höger på skärmen och det ger en möjlighet att välja "Raise hand" eller "Lower hand".



På en **IPad**, trycker man på prickarna längst upp till höger på skärmen och det ger en möjlighet att välja "Raise hand" eller "Lower hand".

