



**Solveig Nygård Eliassen**  
Terapeut, veileder, kursholder

## **Veiledning for å delta på et Zoom Online kurs**



1. Etter å ha meldt deg på kurset, vil du motta en e-post som inneholder en invitasjon med møtelink til Zoom.
2. Dersom du ikke har benyttet Zoom tidligere, kan du klikke på linken som tar deg til en video som viser deg hvordan du deltar på Zoom:  
<https://youtu.be/hlkCmbvAHQQ> kurset er passordbeskyttet, så det vil være litt annerledes enn det videoen viser, men like lett.
3. Se også denne videoen før kurset som viser deg instillinger for kamera og lyd :  
<https://youtu.be/-s76QHshQnY>

### **Dette behøver du for å delta:**

- Du må ha internettforbindelse
- Du må ha PC, nettbrett, smart-telefon eller en laptop
- En stille plass hvor du ikke blir forstyrret
- Webcamera og mikrofon

### **Logg deg på 10 minutter før oppstart av kurset.**

Når verten er klart, slippes du inn i møterommet