



ZOOM 简介

适用于桌上电脑

什么是 Zoom?



Zoom 是一个用于举行线上视像会议的程序。

您可以在任何设备上使用Zoom，只需要有扬声器，麦克风，和摄像头（可自选）。

Zoom 能让您参加线上健康讲座，线上医生就诊，和同伴支持小组，从而支持您的健康管理。

步骤 1: 下载 Zoom

1. 前往: <http://zoom.us/download>, 点击 "Download" (下载)。
2. 下载 Zoom 之后，必须将其安装到电脑上。

步骤 2: 加入一个 ZOOM 会议

从电邮邀请:

如果您有电邮邀请,请点击电邮中的 "**Join Zoom Meeting**"(加入会议)。这将带您进入 Zoom 程序。

从 Zoom 程序:

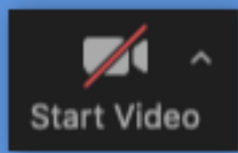
请输入电邮邀请中的九位数会议 ID, 然后点击 "**Join**" (加入)。若会议需要密码, 密码也会包含在电邮邀请中。

步骤 3: 在 ZOOM 会议中

- 当您加入会议, 就可以看到并听到其他参与者。
 - 如果您是在大型会议中, 请确保您的麦克风处于静音状态。
 - 您可以选择打开或关闭您的摄像头。



如果麦克风标志有一条**红线**穿过, 则表示您处于静音状态, 无法听到您的声音。如果要打开麦克风, 请点击 "**Unmute**" (取消静音)。



如果摄像头标志有一条**红线**穿过, 则表示您的摄像头已关闭, 无法看到您。如果要打开摄像机, 请点击 "**Start Video**" (开始录像)。

步骤 4: 离开一个 ZOOM 会议

- 点击右下角的 "**Leave Meeting**" (离开会议) 即可离开会议。

Leave Meeting