

# Guide för onlinemöten



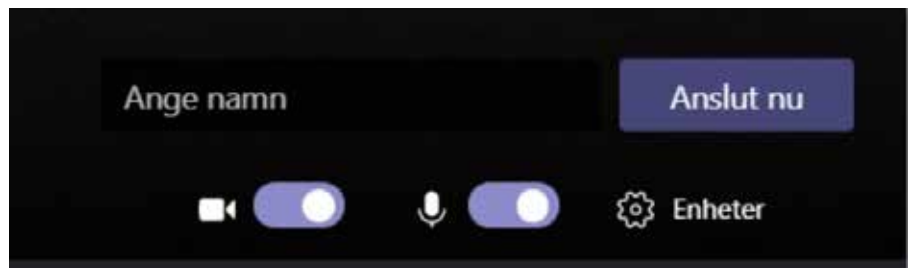
Microsoft Teams



- Välj en plats där du vet att du har bra internetuppkoppling
- Ladda ner Teams appen i förväg. Du kan även se mötet i en webbläsare, men det är rekommenderat att du använder appen i din dator eller mobil.  
Du kan ladda ner appen här:  
<https://www.microsoft.com/sv-se/microsoft-365/microsoft-teams/download-app>
- Testa att starta Teams innan mötet börjar och koppla in dig i mötet fem minuter innan start
- Välj en plats där du har ljuset framför dig, exempelvis med ansiktet mot ett fönster.  
Motljus gör att du inte syns lika bra i kameran vilket är ett krav i vissa typer av möten
- Använd headset/hörlurar och mikrofon  
Detta gör att det inte blir rundgång och de andra inte störs av ljud runtomkring, (barn, bilar, hundar, osv).

## Anslut till mötet

- Klicka på länken/knappen i mailet på den enhet/dator du vill använda
- Skriv ditt namn



- Se till att både kamera och mikrofon är aktiverad
- Klicka på "Anslut nu" och du hamnar i "lobbyn" med texten "hej ... Någon släpper snart in dig i mötet" där du får vänta på att en administratör släpper in dig
- Kontrollera inställningarna för webbkamera och mikrofon genom att klicka på ... (tre prickarna) och sedan Visa enhetsinställningar.

## Under mötet

- Stäng av mikrofonen när du inte pratar för att slippa vi prassel, rundgång och onödiga bakgrundsljud. Detta är mycket viktigt om man är många
- Ha din kamera på, det är lättare att prata och förstå om vi ser varandra. I vissa fall krävs det kamera för att exempelvis en omröstning ska vara giltig. Om du har dålig internetuppkoppling kan det vara bra att stänga av kameran.
- När du vill säga något  
Räck upp handen (Se listan över funktioner)
- Stäng av ljudet på telefon, notiser för mail och andra notiser  
Det kan vara lockande att läsa något mail eller surfa in på någon annan sida när man sitter med sin dator men det skulle du ju inte ha gjort under ett fysiskt möte och bör inte heller göra nu.

## Funktioner



1. Timer för hur länge mötet varat
2. Kameraikonen, används för att stänga av eller sätta igång din kamera.
3. Mikrofonikonen slår av eller på ljudet för din mikrofon.
4. Ikonen som ser ut som en pil i en ruta, ger tillgång till olika sätt att dela sin skärm eller material på, du kan klicka på den igen för att avsluta en pågående delning. Detta fungerar endast om du har rättigheterna till det
5. De tre prickarna i mitten ger tillgång till en meny där du exempelvis kan stänga av inkommande video om du inte har en bra internetuppkoppling eller hantera din bakgrundsbild till kameran.
6. Hand-ikonen, om många är anslutna till mötet kan man räcka upp handen. Kom ihåg att klicka på den igen för att ta ned handen då du fått ordet.
7. Pratbubble-ikonen visar möteschatten, där kan ni skriva meddelanden om ni har rättigheter till det.
8. Ikonen som ser ut som två gubbar visar en lista över alla som är anslutna.
9. Den röda luren, används för att avsluta ditt deltagande i mötet.

## Ansluta via dator

Du kan ansluta till ett Teams-möte när som helst och från vilken enhet som helst, oavsett om du har ett Teams-konto eller inte. Om du inte har något konto följer du de här anvisningarna för att ansluta som gäst.

1. Gå till mötesinbjudan och följ instruktioner i mailet  
- välj Anslut till Microsoft Teams-möte.
2. Då öppnas en webbsida där du ser två alternativ:  
**Ladda ner appen** eller **anslut på webben**.  
Om du ansluter på webben kan du använda antingen Microsoft Edge eller Google Chrome. Du kan få en fråga i webbläsaren om Teams får använda din mikrofon och kamera. Tillåt detta så att du syns och hörs i mötet.
3. Ange ditt namn och välj ljud- och videoställningar. Om mötesrummet finns nära väljer du **Ljud av** för att undvika att störa. Välj **Telefonljud** om du vill lyssna på mötet på din mobiltelefon.
4. När du är klar trycker du på **Anslut nu**.
5. Nu kommer du till möteslobby, mötesorganisatören släpper in dig i mötet när det är dags att börja.
6. Använd gärna hörlurar när du deltar, alternativt stäng av din mikrofon när du inte pratar

## Ansluta via smartphone

### Ladda ned appen Microsoft Teams från App Store/Google Play

1. I mötesinbjudan väljer du **Anslut till Microsoft Teams-möte**.
2. Om du inte redan har Teams-mobilappen kommer du till App Store/Google Play Store där du kan hämta ner appen **gratis**.
3. Ladda ned appen och öppna den direkt  
Teams frågar om den får använda din mikrofon och kamera  
Tillåt detta så att andra i mötet kan höra dig (och se dig)
4. Därefter får du två alternativ:  
Välj **Anslut som gäst**.
7. Skriv ditt namn och tryck på **Anslut till möte**.

När du är i mötet kan du aktivera eller inaktivera din video eller mikrofon genom att trycka mitt på skärmen för att visa möteskontrollerna. Tryck igen för att dölja dem.

Använd gärna hörlurar när du deltar, alternativt stäng av din mikrofon när du inte pratar