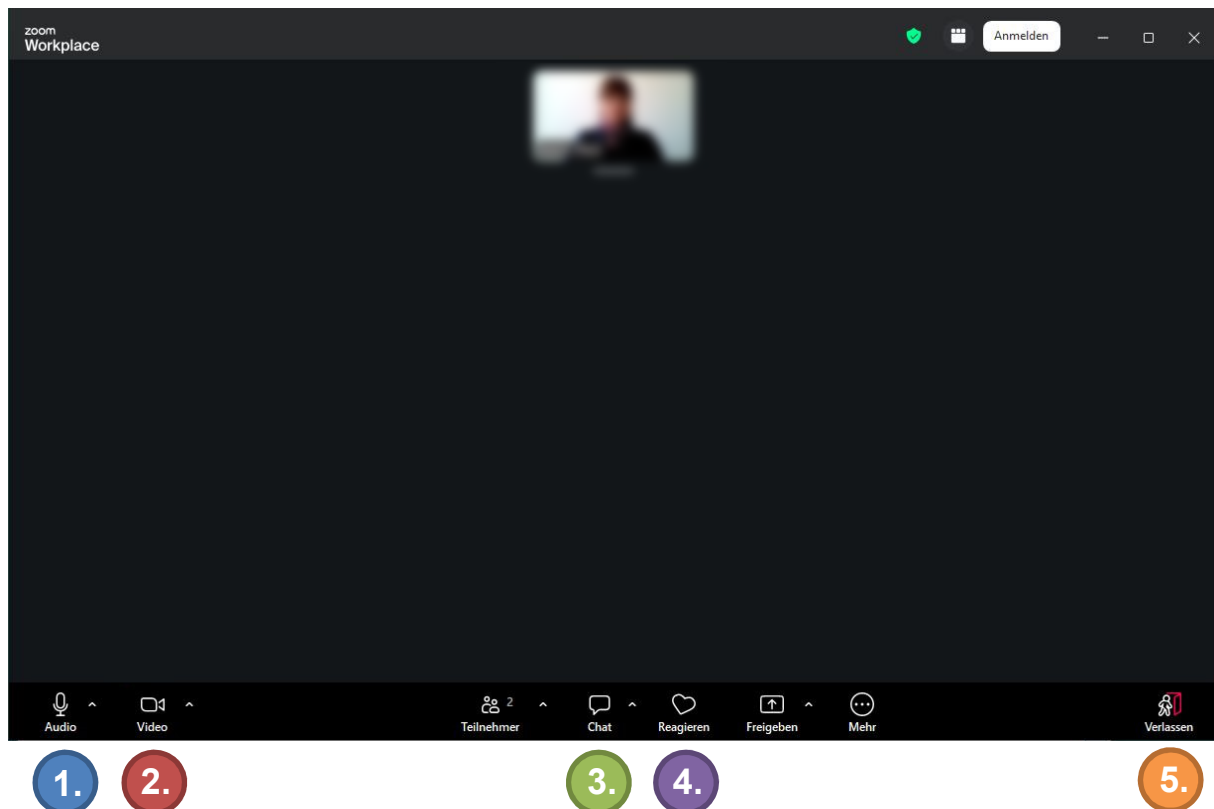


## Zoom-Check: Ihr schneller Setup-Guide

Damit Sie während des Kurses alles ganz einfach mitverfolgen können, sind hier die wichtigsten Zoom-Funktionen für Sie zusammengestellt. Keine Sorge – Sie müssen kein Technikprofi sein. Alles ist leicht zu verstehen!

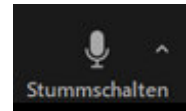
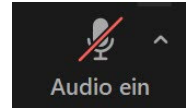
Ein kleiner Hinweis vorab: Für einen reibungslosen Start ohne Verzögerungen bereiten Sie Ihr Gerät bitte vorab in Ruhe vor. **Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass während der laufenden Sitzung leider kein individueller technischer Support angeboten werden kann.**

So wird Ihre **Zoom-Benutzeroberfläche** aussehen, sobald der Kurs gestartet ist:



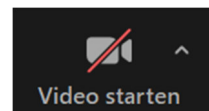
## 1. Mikrofon ein-/ausschalten – Ergreifen Sie jederzeit das Wort!

- **Mute-Standard:** Bleiben Sie grundsätzlich auf **stumm** geschaltet (das Mikro-Symbol ist rot durchgestrichen). Hintergrundgeräusche stören die ganze Gruppe.
- **Sprechen:** Wenn Sie etwas beitragen möchten, klicken Sie einmal auf das Mikrofonsymbol um es zu aktivieren. Bitte vergessen Sie nicht, sich danach direkt **wieder stumm** zu schalten!
- **Headset nutzen:** Das sorgt für die beste Tonqualität und verhindert, dass andere sich selbst doppelt hören (Echo).



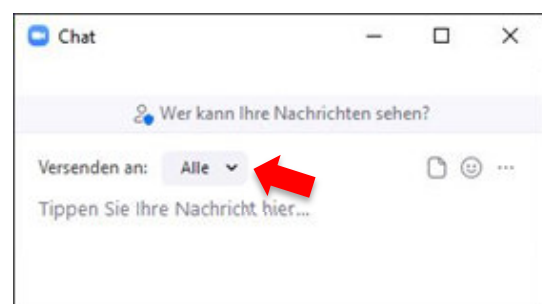
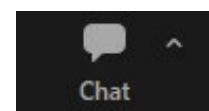
## 2. Video ein-/ausschalten – Zeig Sie sich, wenn Sie möchten!

- **Standard:** Unsere Kursleitungen freue mich, wenn Sie Ihre Kamera anhaben. Das macht den Kurs viel lebendiger! Achten Sie darauf, dass das Licht von vorne kommt (nicht vom Fenster hinter Ihnen), damit man Ihr Gesicht gut sieht.
- **Privatsphäre:** Wenn Sie sich unwohl fühlen oder Ihr Internet schlecht ist, können Sie sie auslassen. (Ein roter Strich bedeutet, das Video ist deaktiviert; Sie sind nicht zu sehen.)
- **Pro-Tipp:** Nutzen Sie einen «**Virtuellen Hintergrund**» (unter dem Pfeil bei der Kamera), wenn Sie nicht möchten, dass man Ihr Zimmer sieht.



## 3. Chat – Immer verbunden bleiben!

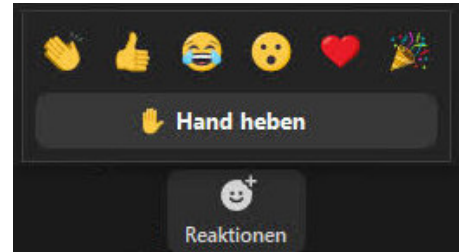
- **Regel:** Über die Chat-Funktion können Sie Fragen stellen, Kommentare teilen oder kurze Rückmeldungen geben – ohne das Gespräch zu unterbrechen. Schreiben Sie bitte nur Dinge in den Chat, die zum Thema passen.
- **Privat-Nachricht:** Sie können gezielt nur der Kursleitung schreiben, wenn es nicht alle sehen sollen. Klicken Sie dazu im Chat-Fenster bei "An:" auf den Namen der Kursleitung.



#### 4. 🙋 Hand heben / 👍 Reaktionen – Sagen Sie es auf Ihre Weise!

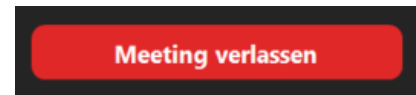
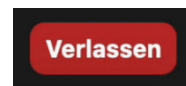
Reaktionen wie Daumen hoch, Applaus oder Smileys geben kurze Rückmeldungen, ohne zu unterbrechen. So bleibt die Atmosphäre locker, freundlich und interaktiv.

- **Wo?** Klicken Sie unten in der Leiste auf den Button «**Reaktionen**».
- **Wie?** Wählen Sie dort «**Hand heben**» oder ein anderes Emoji aus.
- **Wichtig:** Wenn Sie die Funktion «Hand heben» ausgewählt haben, bleibt diese aktiv bis Sie sie wieder deaktivieren. Klicken Sie dazu wieder auf «Reaktionen» und anschließend auf «Hand senken».



#### 5. 🚪 Verlassen – Beenden Sie Ihre Teilnahme per Klick!

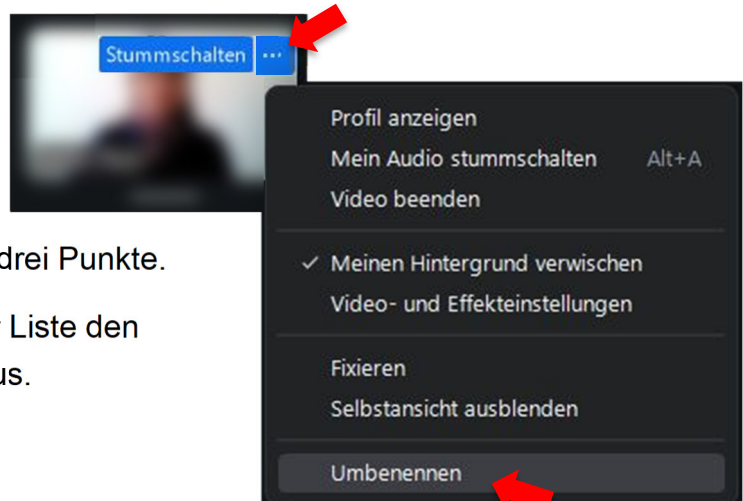
- **Wo?** Klicken Sie unten rechts auf den Button «**Verlassen**».
- **Wichtig:** Wenn Sie das Meeting beenden möchten, öffnet sich meist ein weiteres Fenster. Bitte bestätigen Sie dort erneut Ihre Auswahl durch einen Klick auf «**Meeting verlassen**», um den Vorgang abzuschließen.



#### 6. 👤 Wer sind Sie? – Ihr digitales Namensschild

Damit man Sie richtig ansprechen kann, sollte Ihr Name angezeigt werden. Es erleichtert den Austausch und sorgt für eine persönliche Atmosphäre im Kurs.

- **Wo?** Gehen Sie mit der Maus über Ihr eigenes **Videobild**.
- **Wie?** Klicken Sie oben rechts in dem Bild auf die drei Punkte.
- **Aktion:** Wählen Sie in der Liste den Punkt «**Umbenennen**» aus.



## 7. 🛠️ Wenn es hakt ...

- **Kein Ton?** Klicken Sie auf den kleinen Pfeil ^ neben dem Mikrofon-Symbol und prüfen Sie, ob der richtige Lautsprecher ausgewählt ist.
- **Echo-Effekt?** Verwenden Sie am besten ein Headset oder reduzieren Sie die Lautstärke Ihrer Lautsprecher, damit sich der Ton nicht im Mikrofon fängt.
- **Internet instabil?** Setzen Sie sich näher an den Router oder schalten Sie Ihr Video kurzzeitig aus, um Bandbreite zu sparen.
- **Bild und Ton ruckeln?** Schließen Sie unnötige Hintergrundprogramme auf Ihrem Computer, um die Rechenleistung zu entlasten. Sollte die Verbindung instabil bleiben, schalten Sie kurzzeitig Ihr eigenes Video aus – das spart Bandbreite und verbessert oft die Tonqualität.
- **Kamera schwarz?** Klicken Sie auf den kleinen Pfeil ^ neben dem Kamera-Symbol, ob die richtige Kamera ausgewählt ist. Prüfen Sie ob die physische Abdeckung an Ihrem Laptop noch geschlossen ist.
- **Update!** Checken Sie kurz, ob Ihre Zoom-App ein Update braucht. Die alte Version macht oft Zicken.

---

Trauen Sie sich, die Symbole auszuprobieren! Zoom ist sehr benutzerfreundlich, und alles lässt sich jederzeit zurückstellen. Ihr aktives Mitmachen macht den Kurs lebendig – Ihre Kursleitung freut sich auf Ihre Beiträge!