

如何使用Zoom会议

您可以用Zoom会议与全世界的人进行实时视频和对话。让我们来看看怎么使用它。

什么是Zoom会议？

Zoom会议是全球最受欢迎的视频会议平台之一。其用户可以互相拨打视频电话和参加小组通话。主要功能包括：

- 您可以在各种不同的设备上使用Zoom会议，其中包括 iPhone、iPad、安卓手机和平板电脑、微软Windows系统和苹果Mac系统电脑、以及一些专业会议产品。
- Zoom会议中有两种角色。**会议主持人 (host)** 组织会议，让大家在网上参加会议。会议主持人向每一名**参与者 (participants)** 发出电子邮件邀请，邮件中包含会议链接和密码，方便参与者加入主持人的会议。
- Zoom会议在企业中比较常见，但您也可以用它来与住在全世界其它地方的家人和朋友联系、在网上让医生看病、上网课、或与朋友共享游戏之夜。
- 个人可以免费使用Zoom会议。免费的“**基础**” (Basic) 套餐限制每次通话的人数上限是100人，以及小组通话的时长上限是40分钟。



使用Zoom会议与朋友尽享视频通话乐趣

使用Zoom会议的准备工作的准备工作

在使用Zoom会议前您先要做好以下准备：

- Zoom会议可以在iPad、iPhone、安卓手机和平板电脑、微软Windows系统和苹果Mac系统电脑上使用。无论您使用哪种设备，如需使用Zoom会议，您都需要在设备上安装一个称为“应用” (app) 的小电脑程序。
- 快速稳定的互联网连接是进行优质的Zoom会议视频通话的关键。

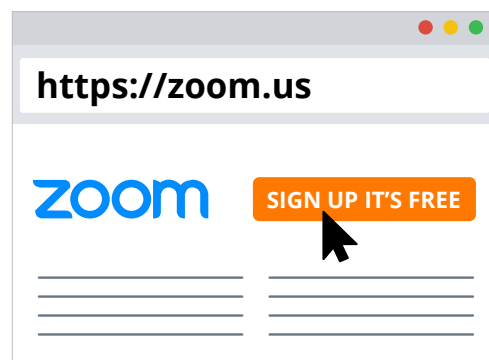
如何使用Zoom会议

- Zoom会议是一个视频通话产品，因此它会占用许多家庭或移动数据流量。您应该检查自己的流量是否充足。
- 为了高效使用Zoom会议，您需要内置或外置的电脑摄像头，以及麦克风和扬声器或耳机。

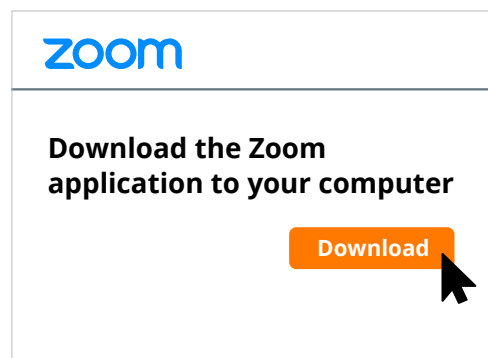
创建一个Zoom账户

如需使用Zoom会议，您需要创建一个Zoom账户。以下是操作步骤：

1. 使用电脑的网页浏览器打开zoom.us。点击右上角的“免费注册”（Sign up, It's Free）。
2. 按照指引操作。您需要填写出生日期（网站不会验证您的出生日期，因此如果您不想透露自己的生日，可以写不同的日期），以及电子邮件地址。
3. Zoom会给您发送包含确认链接的电子邮件。点击链接确认您是自己提供的电子邮件地址的拥有者。
4. 在接下来的注册页面，确认Zoom的个人用途——这意味着可以免费使用！然后按照指引输入您的全名和创建一个密码。您可以跳过下一步，这一步是有关邀请其他人加入Zoom会议。
5. Zoom然后会在您的电脑上安装Zoom会议应用。请按照指引操作。
6. 如果您想在安卓或苹果iOS设备上使用Zoom会议，则前往Play Store或App Store 安全下载和安装Zoom会议应用。



个人可以免费使用Zoom会议



Zoom会议可以在电脑、智能手机和平板电脑上使用。

如何使用Zoom会议

使用Zoom会议时保护您的隐私

与所有在线通信一样，使用Zoom会议时要注意一些重要事项以保障您的隐私。

- 当使用Zoom会议进行面对面视频时，不要与不认识的人分享太多个人信息。
- 请记住，电脑摄像头能看到的所有内容都会在Zoom会议中传送出去。
- 参加Zoom会议或通话前，确保您的摄像头和麦克风能正常工作。如果有人邀请您参加会议，您应准备好包含密码的链接。
- 花一些时间熟悉Zoom会议的页面。请注意“**分享屏幕**” (Screen Sharing) 功能，不要按错键了。
- 注意“**聊天**” (Chat) 功能。该功能让您能在会议期间向整个小组或特定个人发送信息。
- 会议结束后，不要忘记点击屏幕右下角的“**离开**” (Leave) 按钮，以确保完全登出会议。



注意不要与不认识的人分享个人信息

个性化Zoom会议以适应您的需求

Zoom会议非常灵活，它让您可以控制参与Zoom会议的人是否能看到或听到您。各种设置包含的功能有：

- 选择使用您电脑上的摄像头或麦克风；
- 当您不想别人听到您的声音时将麦克风设成静音；
- 打开或关闭摄像头，或者改变背景。

请记住，您无须视频也能参加Zoom会议。您无须露脸也能与他人对话和聆听他人的发言。

如何使用Zoom会议

使用Zoom会议与他人联系

让我们来看看您如何使用Zoom会议来打电话或参加小组会议：

1. 有人召集会议——发起会议并发出邀请的人称为“**会议主持人**”（host）。会议主持人管理会议参与者。
2. 其他参与Zoom会议的人是“**参与者**”（participants）。如果其他人是会议主持人，则他们可能会通过发送会议邀请让您成为会议参与者。他们会提供会议室的链接、会议编号以及密码以便您参加会议。
3. 如需发起Zoom会议，点击“**新会议**”（New Meeting），然后在“**参与者**”（Participants）一栏点“**邀请**”（Invite）按钮，选择您想邀请参加会议的人。
4. 您可以从“**联系人**”（Contacts）列表中选择参与者。
5. 当您通过电子邮件邀请参与者时，邮件中会包含会议室的“**链接**”（link）、“**会议编号**”（ID）以及“**密码**”（passcode）。



让您的背景变模糊以确保Zoom会议的参与者无法看到您的房间和房间中的其他人。