

CLINIQUE JAP - CHUM

GROUPES VIRTUELS SUR ZOOM : GUIDE DU PARTICIPANT



PRÉ-REQUIS POUR PARTICIPER À UN GROUPE VIRTUEL

Pour participer à un groupe virtuel, vous devez avoir :

- Le lien internet Zoom du groupe et le mot de passe reçus dans le courriel d'invitation
- Un ordinateur, une tablette ou un téléphone mobile
- Une connexion internet
- Un endroit tranquille où vous ne serez pas dérangé pour la durée du groupe

TÉLÉCHARGER L'APPLICATION ZOOM

En cliquant sur le lien Zoom pour la première fois, le téléchargement de l'application Zoom est offert automatiquement. Il est possible de trouver les applications aux liens suivants :

Ordinateurs et portables : <https://zoom.us/download>

iPad et iPhone : <https://itunes.apple.com/us/app/id54650530>

iOS et Android : <https://play.google.com/store/apps/details?id=us.zoom.videomeetings>

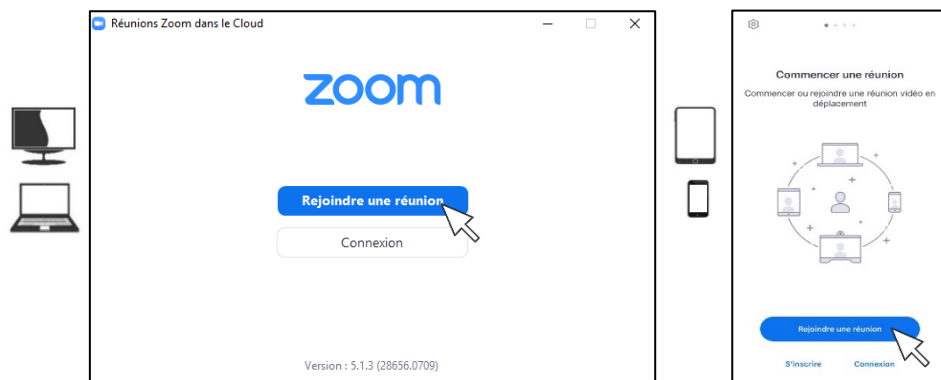


POUR REJOINDRE UN GROUPE VIRTUEL

Vous pouvez rejoindre directement un groupe en cliquant sur le lien de l'invitation Zoom que vous avez reçu par courriel.

Vous pouvez également y accéder par l'application Zoom. Il suffit de cliquer sur « Rejoindre une réunion » et copier/coller le lien de l'invitation.

Ensuite, vous devrez entrer le mot de passe et attendre dans la salle d'attente que l'animateur vous admette dans le groupe.



RÉUNION TEST : SE FAMILIARISER AVEC ZOOM

Vous pouvez vous familiariser avec Zoom et vérifier vos paramètres avec une réunion test en cliquant sur le lien suivant :

<https://zoom.us/test>

Pour se connecter sur l'application, vous devez vous créer un compte sur Zoom avec un courriel et un mot de passe. Il est possible de participer aux groupes virtuels sans se connecter sur l'application et sans ouvrir de compte.

RÈGLES DE BASE

- **Respect de la confidentialité** : Par respect pour les autres participants, nous vous demandons de ne pas divulguer le contenu des échanges qui ont lieu dans le groupe.
- **Être dans un endroit tranquille où vous ne serez pas dérangé** : Réduire les bruits le plus possible. Prévenir son entourage afin de ne pas être dérangé pendant le groupe.
- **Maintien de la caméra ouverte pour la durée du groupe** : La caméra permet de voir les participants et de s'assurer que seules les personnes invitées à participer au groupe y assistent.
- **Respect des intervenants et des autres participants** : Le respect des tours de parole et des idées exprimées est essentiel afin que chacun puisse se sentir libre de partager.
- **Ne pas consommer des drogues ou d'alcool pendant le groupe.**
- **Essayer le plus possible d'arriver à l'heure au groupe** : La rencontre sera verrouillée après 15 minutes.

Pour le groupe de kinésiologie, il est important d'avoir :

- Un espace de 2 mètres autour de soi pour bouger
- Des chaussures de sport
- Des vêtements confortables
- Une bouteille d'eau
- Un matelas de yoga, une grosse serviette ou une couverture
- Une chaise à proximité (au besoin pour certains exercices)