

Selbsthilfegruppen Prostatakrebs München

der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.

Jitsi Meet Anleitung

Version 2.04
vom 9 Mai 2020

Meta-Treff.de
Informations-
Netzwerk
von und für
unheilbare
Krebskranke
mit Prostatakarzinom und Metastasen

Informations-Netzwerk
von und für unheilbare Krebskranke
mit Prostatakarzinom und Metastasen

Da auf Grund der gesundheitlichen Lage die Gruppentreffen der Selbsthilfe leider nicht mehr stattfinden können, finden unsere Gruppentreffen nun regelmäßig Online per Videokonferenz mit Jitsi Meet statt.

Mit Jitsi Meet können Videokonferenzen mit mehreren Teilnehmern einfach, schnell und unkompliziert stattfinden. Jitsi Meet ist eine quelloffene Software und ein Open Source Programm. Somit sind das Programm und auch die App kostenlos und speichern keine Benutzerdaten ab.

Die Nutzung erfordert weder eine Anmeldung noch ein Nutzkonto, so lassen sich Videokonferenzen ganz einfach in Browser starten.

Funktionsumfang von Jitsi Meet

Videokonferenzen mit bis zu 75 Teilnehmern

Es wird aber empfohlen maximal 35 Teilnehmer pro Videokonferenz nicht zu überschreiten

Zeigen von Präsentationen
und anderer Dokumente

(Text-) **Chat**

Systemvoraussetzungen:

Windows-PC oder Notebook mit Webcam, Mikrofon, Chrome Browser oder die OpenSource-Variante Chromium (Empfohlen) und schnellen Internetanschluss.

Der Firefox-Browser kann zwar verwendet werden, zeigt aber eine Fehlermeldung während der Videokonferenz.

oder
Smartphone (Android oder Apple Betriebssystem) mit Frontkamera
(Besitzt jedes moderne Smartphone)

oder
Tablet mit Frontkamera

Eventuelle fehlende Bandbreite

Falls die Bandbreite eines Jitsi Meet-Servers nicht ausreicht, kann ein anderer gewählt werden.

Es besteht auch die Möglichkeit einen eigenen Jitsi Meet-Servers aufzusetzen. Vielleicht ist Ihnen dabei ein naher Computer-Club behilflich.

Schutz der Vertraulichkeit / Anonymität

Bitte beachten bei Videokonferenzen der Selbsthilfe

Gespräche in einer Selbsthilfegruppe unterliegen der Vertraulichkeit !!!

Auf dem Schutz der Vertraulichkeit und Anonymität muss deshalb besonders geachtet werden.

Bitte deshalb Videokonferenz nicht Aufnehmen oder Mitschneiden und auch nicht auf YouTube hochladen.

Mehr dazu bei:

nakos.de | Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

In der Corona-Krise

Erste Empfehlungen für virtuelle Gruppentreffen

<https://www.nakos.de/data/Autorenbeitraege/2020/NAKOS-Corona-Videokonferenzen.pdf>

Moderator startet die Videokonferenz

Eine Konferenz auf einen Windows PC oder Notebook starten

1. Den Teilnehmern den **Konferenznamen** und die **Startzeit** der Videokonferenz bzw. des Meetings per WhatsApp (Gruppe) oder Email oder telefonisch durchgeben
2. Den Browser Chrome aufrufen
3. Die Webseite „**besprechung.net**“ (oder einen anderen Jitsi Meet-Server) aufrufen.

Nur einige Alternativen:

<http://jitsi.cc/>

<https://jitsi.freifunk-duesseldorf.de/>

<https://jitsi.hamburg.ccc.de/>

<https://meeting.vm.uni-freiburg.de/>

<https://meet.teamcloud.work/>

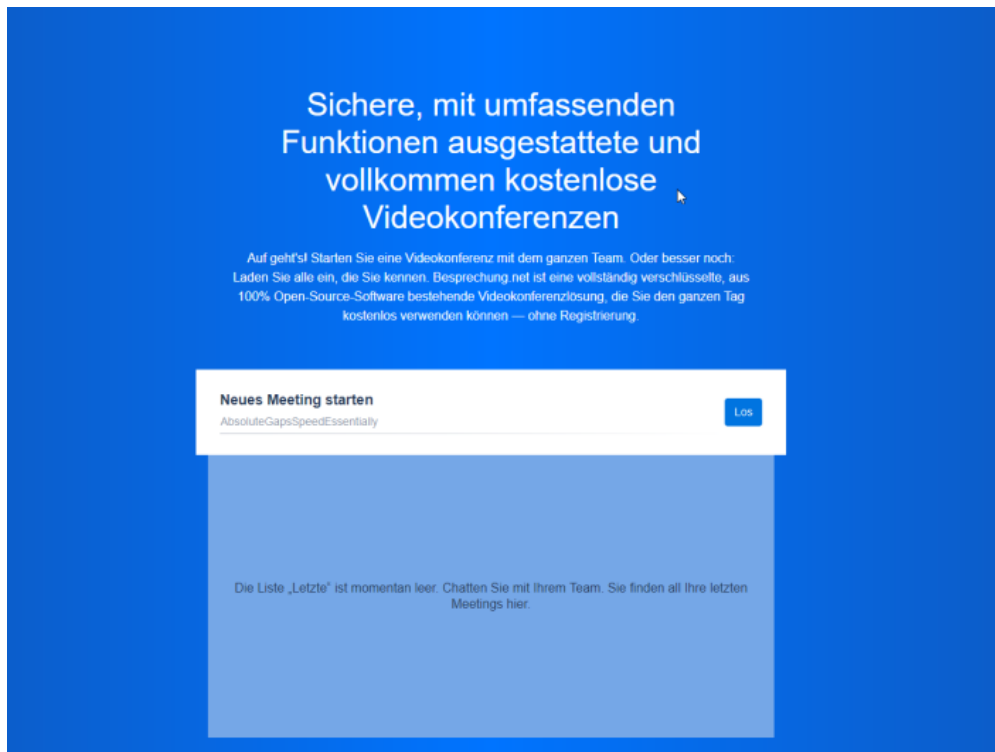
<https://fairmeeting.net/>

<https://jitsi.org/>

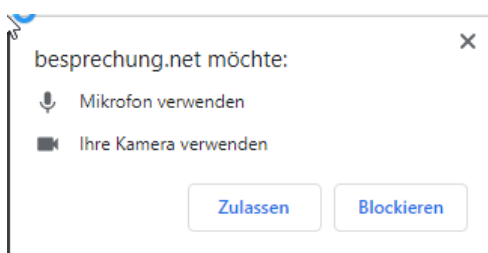
Mehr Server finden sich hier:

<https://github.com/jitsi/jitsi-meet/wiki/Jitsi-Meet-Instances>

4. Neues Meeting starten Namen des neuen Meetings eingeben



5. „Zulassen Mikrophon verwenden und Ihre Kamera verwenden.“



Die Konferenz startet.

Teilnehmen an einer Videokonferenz

Bitte den Gruppenleiter vorher über den Teilnahmewunsch informieren.
Der Gruppenleiter teilt Ihnen dann den Konferenz-Namen mit oder
sendet Ihnen einen Zugangslink.

Ansprechpartner:

Der Gruppenleiter Ihrer lokalen Selbsthilfegruppe.

Windows PC oder Notebook	Android Smartphone oder Tablet	Apple Smartphone oder Tablet
<p>Oder ganz einfach: Zugangslink in der E-Mail-Einladung anklicken >> Videokonferenz öffnet sich</p>	<p>Oder ganz einfach: Zugangslink in der WhatsApp- / Email-Einladung anklicken >> „Download the app“ anklicken oder „Continue to the app“ >> Videokonferenz öffnet sich</p>	

Nur beim ersten Mal:
Chromium (Empfohlen) oder
Google Chrome installieren
Edge, Opera und Firefox
funktionieren nicht richtig

Browser öffnen

Zugangslink eingeben

An der Konferenz teilnehmen

Nur beim ersten Mal:
App „Jitsi Meet“ installieren

[Google Play Store aufrufen](#)

App „Jitsi Meet“ starten

Konferenznamen eingeben

An der Konferenz teilnehmen

Nur beim ersten Mal:
App „Jitsi Meet“ installieren

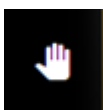
[Apple App Store aufrufen](#)

App „Jitsi Meet“ starten

Konferenznamen eingeben

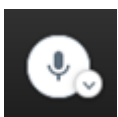
An der Konferenz teilnehmen

In der unteren Hälfte des Bildschirms finden sich die Symbole



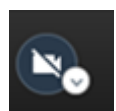
Melden

Wenn Du sprechen willst, vorher die „Hand heben“



Ein und Ausschalten der Mikrofons

Wenn Du sprechen willst anklicken und alle hören Dich



Ein und Ausschalten der Kamera

Wenn man Dich sehen soll, anklickt und alle sehen Dich



Beenden

Hier kannst Du die Videokonferenz verlassen

- **Achtung** -

Gefahr vor akustischen Rückkopplungen!

Bitte keine anderen elektrische Geräte (Radio, TV oder sonstiges) neben der Videokonferenz laufen lassen.

Am besten den Klingelton des Smartphones vor der Konferenz auf lautlos stellen und andere mögliche akustische Störquellen beseitigen, vielleicht auch die Fenster vor einer Videokonferenz schließen.

Chat-Etikette

Wortmeldung bitte durch Hand heben anzeigen und dann die Wort-Erteilung durch den Moderator abwarten.

Bei vielen Teilnehmern in einer Videokonferenz, sage bitte Deinen Namen am Anfang, damit alle wissen, wer redet.

Bitte einander ausreden lassen und lange Monologe vermeiden. Wer gerade nichts sagen will und kann, sich räuspert, hustet oder trinkt sollte bitte sein Mikrofon stumm schalten.

Achtung: Du bist automatisch für die anderen Teilnehmer hörbar und sichtbar, außer Du deaktivierst das Mikrofon bzw. die Kamera durch Klicken des entsprechenden Symbols unten in der Mitte.

Bedienung der Videokonferenz

Groß auf den Monitor seht ihr immer die Person, die gerade laut spricht.

Am besten Du gibst gleich zu Beginn der Videokonferenz einen Namen an, so dass Du für andere Teilnehmer besser zu identifizieren bist. Klicke dazu in die Mitte Deines Bildschirmbereichs und gebe dort Deinen Namen ein.



Der Stern kennzeichnet den Moderator.



Zeigt an wie gut die Verbindung des Teilnehmers ist

Nur ein Beispiel:

Verbindung:	Gut
Bitrate:	↓ N/A ↑ N/A
Paketverlust:	N/A
Auflösung:	N/A
Bildwiederholrate:	N/A
Mehr anzeigen	

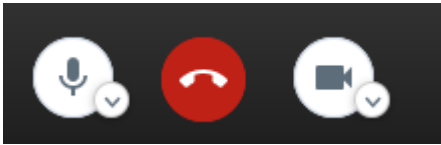


Ein Teilnehmer möchte sprechen und meldet sich zu Wort

Am unteren Bildschirmrand finden sich verschiedene Symbole:



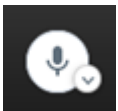
In der unteren Mitte des Bildschirms finden sich die Symbole:



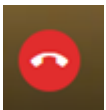
Mikrofon und Kamera ist eingeschaltet



Mikrofon und Kamera ist ausgeschaltet



Der Teilnehmer schaltet sein Mikrofon stumm.



Der Teilnehmer verlässt die Konferenz.



Der Teilnehmer schaltet seine Kamera aus.



**Wenn ihr nicht sprechen wollt,
klickt auf euer Mikrofon, dann seid ihr stumm (»mute«).**

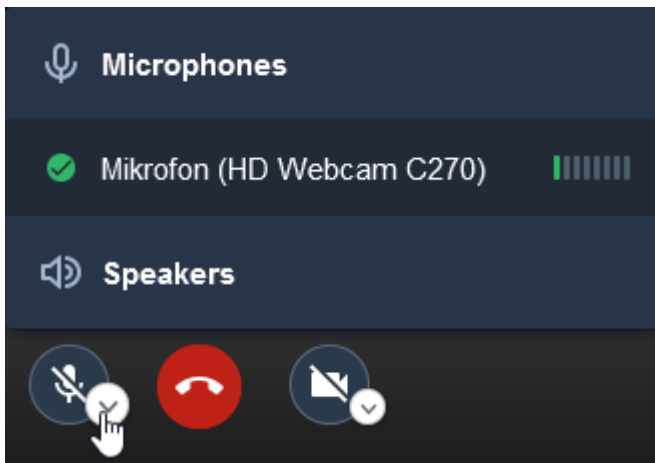


Wenn Ihr Sprechen wollt, wieder anklicken und man hört euch.

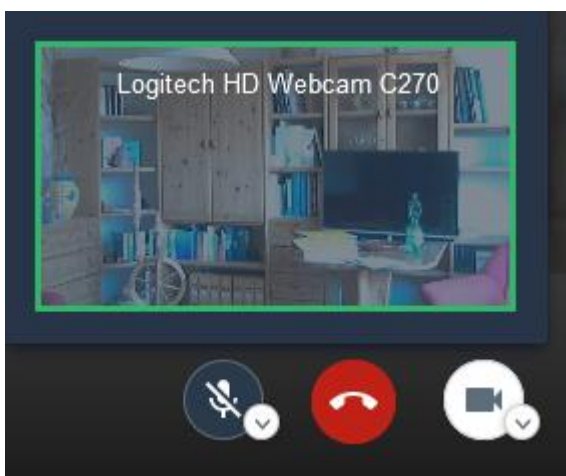
Ein Mikrofon und eine Kamera auswählen



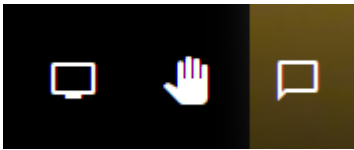
Hier kann man auch das verwendete Mikrofon auswählen



Hier kann man auch die verwendete Kamera auswählen



Auf der unteren, linken Seite des Bildschirmrandes finden sich die Symbole:

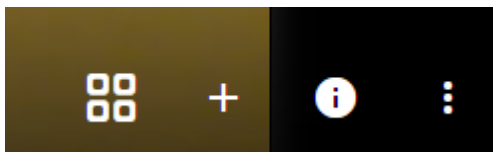


Wer sprechen will, soll die „Hand erheben“

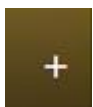
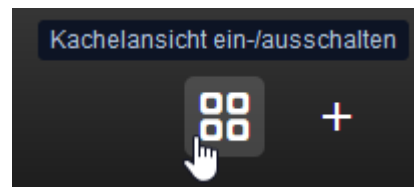


(Text-) Chat öffnen / schließen

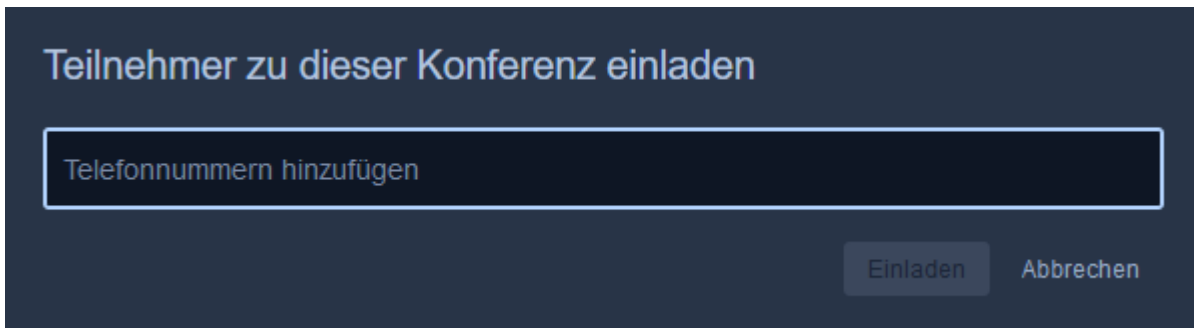
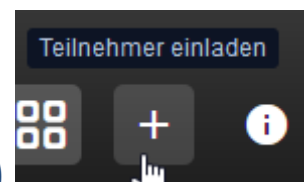
Auf der unteren, rechten Seite des Bildschirms finden sich die Symbole:



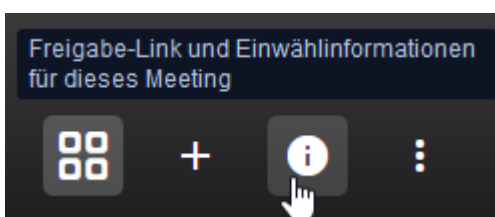
Kachelansicht ein- /ausschalten



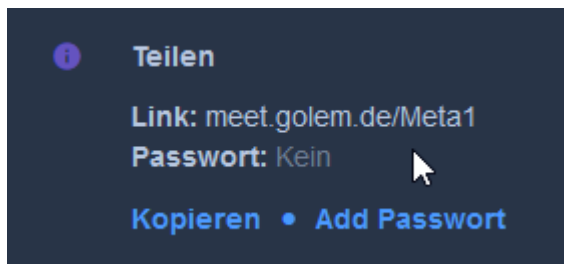
Teilnehmer einladen (mit der Handynummer)



Freigabe-Link und Einwahlinformationen für dieses Meeting (Videokonferenz)



Nur ein Beispiel!



Teilen

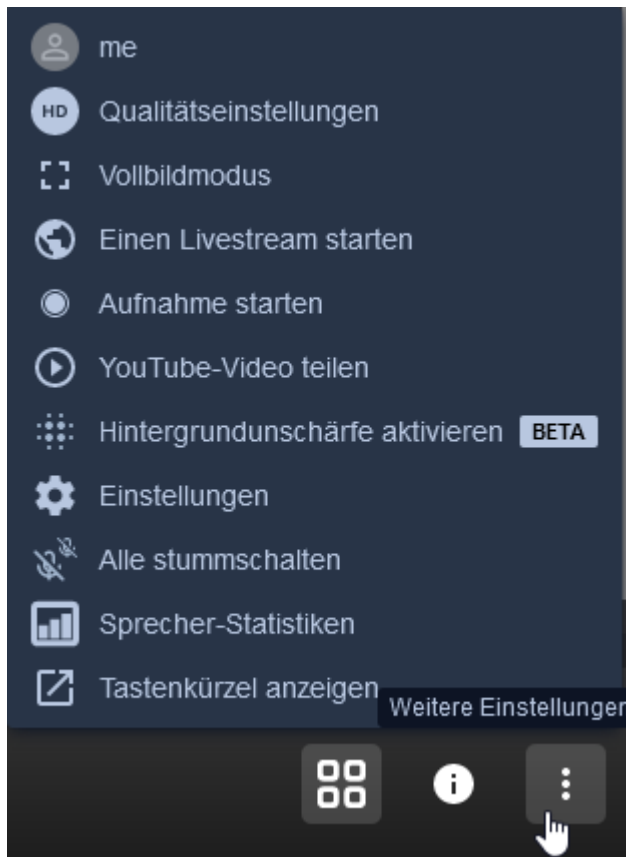
Link: meet.golem.de/Meta1

Passwort: Kein

Kopieren • **Add Passwort**



Hier finden sich verschieden Einstellungen.



„me“ Einstellung des eigenen Namens

Qualitätseinstellungen

Vollbildmodus

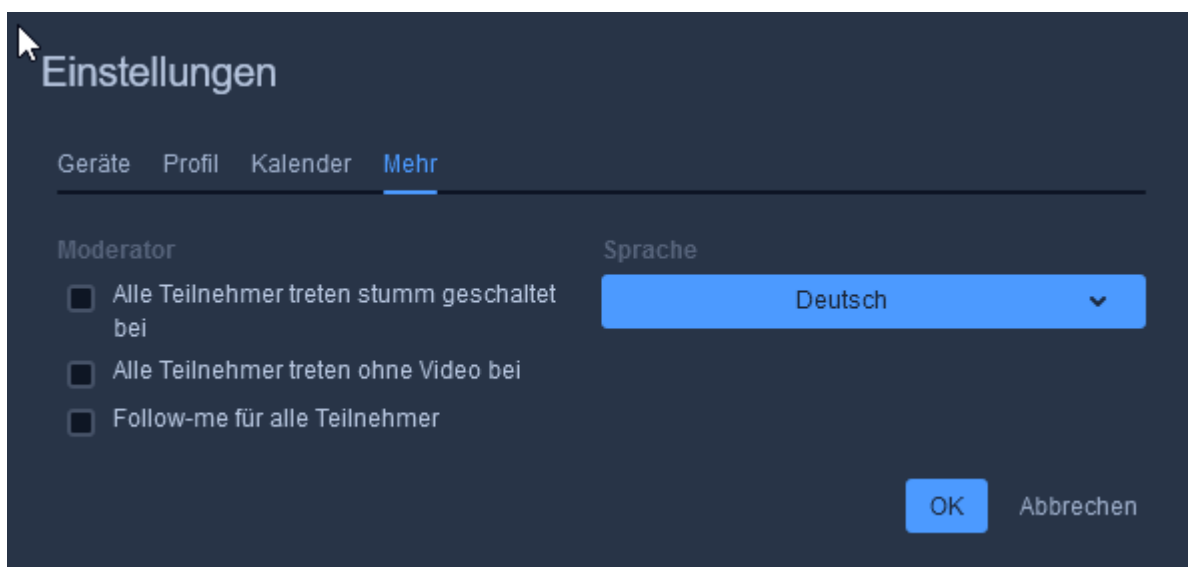
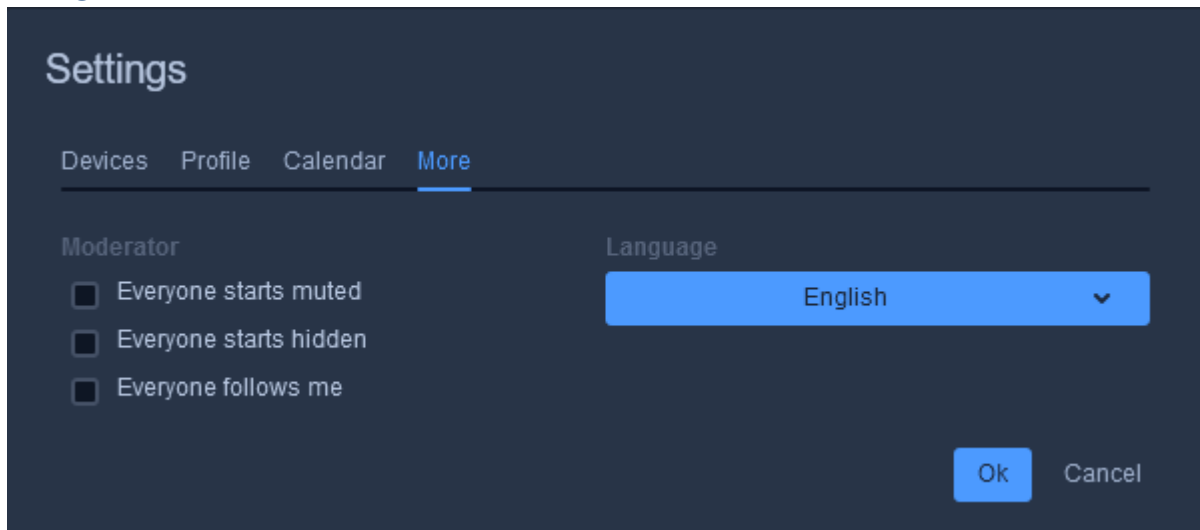
Aufnahme starten (**In der Selbsthilfe bitte nicht verwenden / und falls notwendig dann bitte vorher das Einverständnis aller Teilnehmer einholen!**)

Alle Stummschalten

Und noch einige andere Einstellungen

Auswählen der Sprache

Unter „Settings“ „More“ (bzw. „Einstellungen“ „Mehr“) wird die Sprache ausgewählt



Selbsthilfegruppen Prostatakrebs München

Der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.

shg-prostatakrebs-muenchen.de

Dank:

Sepp Schmidbauer (Idee)
Erich Scherer (Motivation)
Anton Seitz (Technische Unterstützung)
Wilhelm Janda (Unterstützung)

Treffpunkt der Metastasierten mit Prostatakarzinom

meta-treff.de

Kontakt:

Rudolf Schiller
Telefon: 0 15 12 15 33 33 9
Email: rudolf.schiller@gmx.de

Aktuelle Informationen findest Du unter:
<https://www.meta-treff.de/internetbasierte-kommunikation.html>

Für ein konstruktives Feedback, kreative Anregungen, sinnvolle Verbesserungsvorschläge und gute Ideen bin ich dankbar.