

Anleitung für den Zugang zum Online-Meditationsabend über zoom.us

PC, Notebook, Tablet

Zoom.us herunterladen

1. **Einwahllink auf achtsamkeit-mbsr-koeln.de/online-Meditationsabende/ anklicken ->**
„Wenn Sie dazu aufgefordert werden, wählen Sie Datei speichern.“ -> „Nachdem Sie die Datei gespeichert haben, klicken Sie oben auf das Symbol ↓ (Downloads). Klicken Sie dann auf Zoom....exe.“ -> **Anwendung starten -> Link öffnen**

oder

2. **Manuelle Einwahl auf achtsamkeit-mbsr-koeln.de/online-Meditationsabende/ anklicken ->**
Einem Meeting beitreten -> Besprechungs-ID eingeben -> **Beitreten** -> **Anwendung starten** -> **Link öffnen**

Smartphone

Zoom.us App herunterladen

1. **Einwahllink auf achtsamkeit-mbsr-koeln.de/online-Meditationsabende/ anklicken oder**
App öffnen -> **Teilnehmen** -> Meeting-ID eingeben, Name eingeben -> **Dem Meeting beitreten** -> Meeting-Passwort eingeben -> **OK** -> Videovorschau -> **Mit Video beitreten/Geräte Audio aufrufen**

oder

2. **Manuelle Einwahl auf achtsamkeit-mbsr-koeln.de/online-Meditationsabende/ anklicken ->**
Meeting beitreten -> Am Meeting teilnehmen: Meeting-ID eingeben, Name eingeben -> **Dem Meeting beitreten** -> Meeting-Passwort eingeben -> **OK** -> Videovorschau -> **Mit Video beitreten/Geräte Audio aufrufen**