

Geleide Zoom-meditaties van Ignatiaans bidden

Voor de online geleide meditaties maken we gebruik van Zoom. Deze applicatie maakt het mogelijk om elkaar allemaal te zien en samen te mediteren.

Hoe Zoom installeren en gebruiken?

Zoom is een gratis online programma dat zeer gebruiksvriendelijk is. Om mee te doen hoef je geen profiel aanmaken, je hebt alleen de Zoom-app nodig, een programma dat je installeert op je computer, tablet of telefoon.

Als het de eerste keer is dat je dit programma gebruikt, kan je dit het beste vooraf installeren via deze pagina: <https://zoom.us/support/download>

Download de applicatie, nadat ze gedownload is dubbelklik erop om uit te voeren en het programma wordt geïnstalleerd op je computer.

De app "Zoom meetings" is ook voor tablet of smartphone beschikbaar. Je kan dit via je smartphone doen, maar het meest ideale is het op een computer, laptop (evt tablet met videomogelijkheid) te doen die je kan neerzetten.

Wanneer beginnen we?

De geleide meditaties starten zaterdag om 9.30 uur. De link om te kunnen deelnemen aan de meditatie ontvang je in de gebedsmail van vrijdagavond.

Iedereen heeft de tijd om in te loggen, zich klaar te maken voor de meditatie (klik enkele minuten voor half tien op de link in de gebedsmail).

Wanneer je op de meetinglink klikt, zal er een scherm verschijnen dat vraagt "Zoom meetings openen?". Dit mag je accepteren en de app (die je reeds geïnstalleerd hebt) zal automatisch openen op je computer.

Wanneer er een vraag verschijnt om via het geluid van je computer in te loggen, kan je dit best ook doen.

Nog enkele tips:

- Schakel de microfoon uit tijdens de meditaties. We zullen met velen samenkomen. De ruis die ontstaat als iedereen zijn microfoon aan heeft staan, zal storend zijn.
- Zorg dat je de meditatie ongestoord kunt volgen. Vertel je huisgenoten dat je een half uur niet gestoord wilt worden en zet stoorzenders zoals radio, tv en je telefoon uit als ze zich in dezelfde ruimte bevinden.
- Maak het voor jezelf zo comfortabel en gezellig mogelijk. Zorg dat je alles bij hebt zodat je je niet meer hoeft te verplaatsen.
- Zorg dat je een stabiele internetverbinding hebt. Sluit zoveel mogelijk internet/wifi verbruikende programma's/tabbladen af. Gebruik bij voorkeur een internetkabel. Als je verbinding hapert, log dan uit en meld je opnieuw aan.