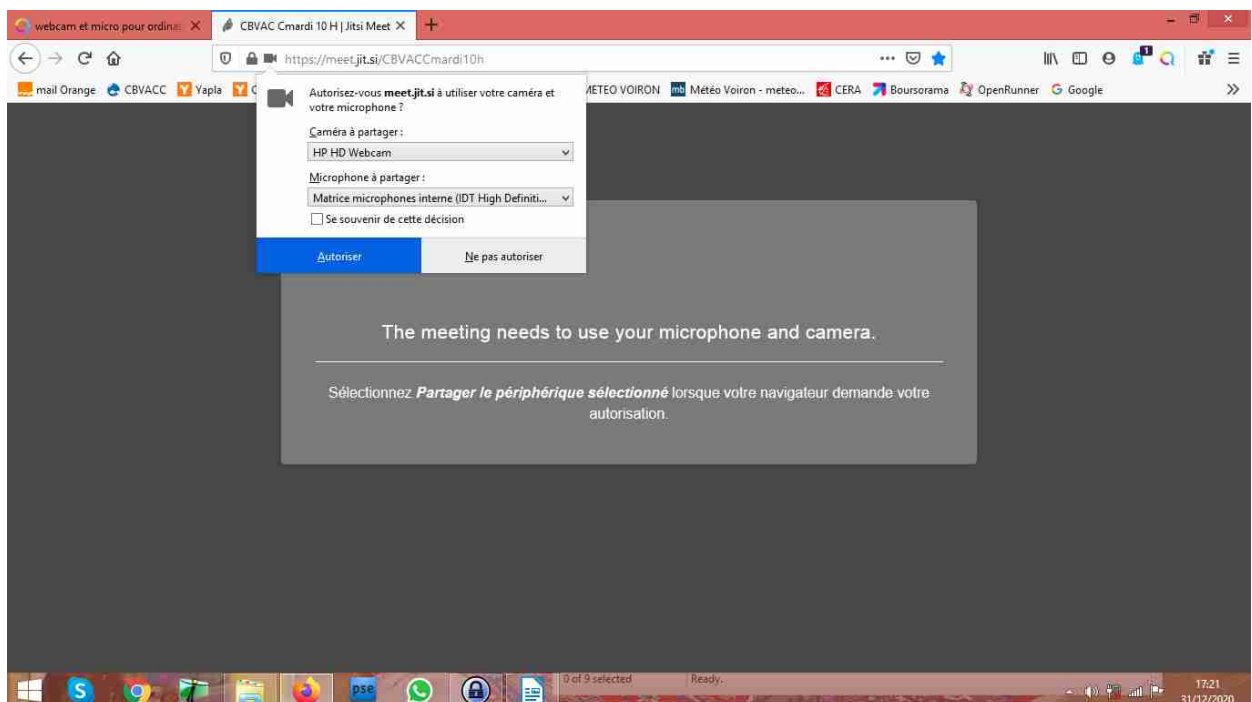


TUTORIEL POUR L'UTILISATION DE LA VISIO JITSI

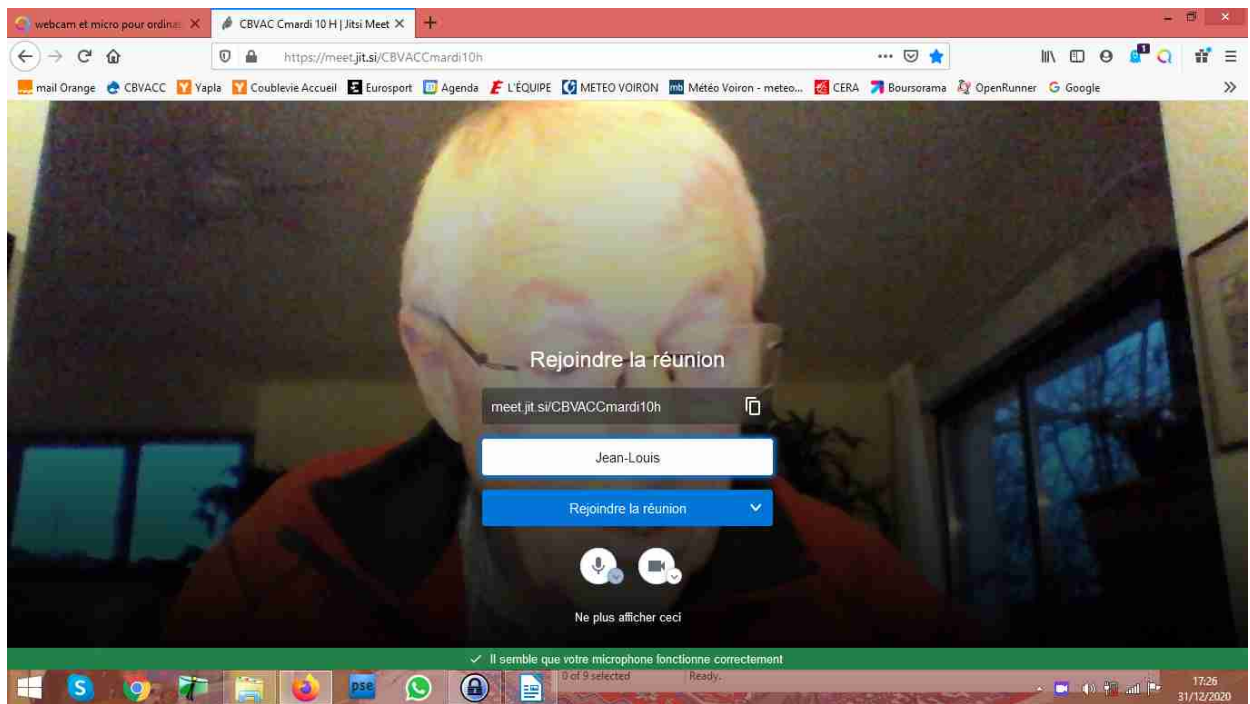
Le système utilisé pour nos séances d'exercices physiques se nomme "jitsi". C'est un système gratuit, autorisant un grand nombre de participants, pour une durée illimitée.

Étapes à suivre:

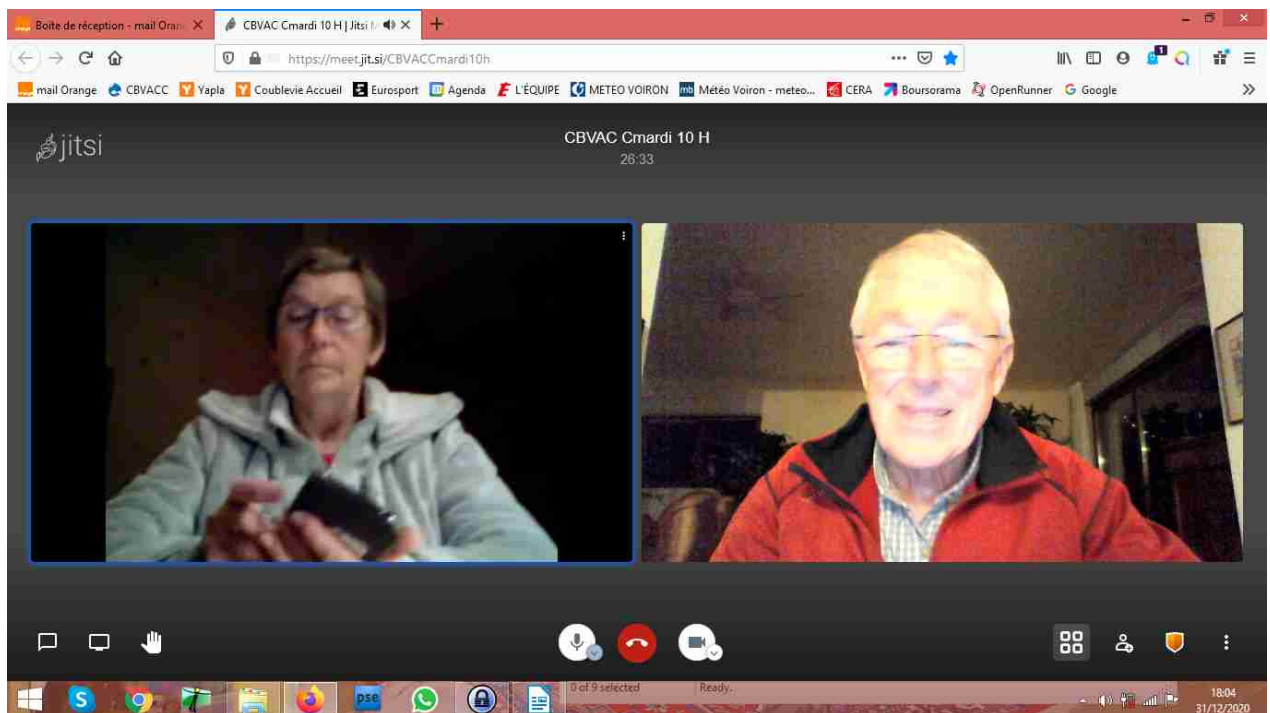
1. Vous avez besoin d'un ordinateur équipé d'une caméra et d'un micro. Ces périphériques sont intégrés sur les ordinateurs portables. Il faut les ajouter sur les ordinateurs fixes (il en existe beaucoup de modèles à moins de 30€ - chez Speedinfo en face de l'ancienne banque de France, chez Darty aux Blanchisseries, et sans doute aussi dans les supermarchés). Faites un essai préalable du fonctionnement de vos webcam et micro. Si vous avez un câble HDMI, vous pouvez aussi vous connecter sur votre téléviseur et profiter d'un plus grand écran.
2. lancer votre navigateur habituel (mozilla-firefox, chrome, safari, ...)
3. cliquer sur ce lien ----> <https://meet.jit.si/CBVACCmardi10h> . J'insiste, il n'y a RIEN à télécharger sur votre ordinateur, juste cliquer sur le lien. Vous verrez alors apparaître l'image suivante



4. Sur cette image malheureusement en anglais, on demande si vous autorisez l'utilisation de votre caméra et de de votre micro. Il faut cliquer sur la case bleue "autoriser"
5. Vous voyez alors apparaître la fenêtre suivante qui comporte votre propre image, avec une case blanche sur laquelle vous inscrivez votre nom et/ou prénom, et une case bleue "rejoindre la réunion" sur laquelle vous devez cliquer.



6. Vous entrez alors dans la réunion et voyez la fenêtre suivante (avec les participants déjà connectés)



7. Passons en revue les quelques commandes qui vous seront utiles, en allant de la gauche vers la droite en bas de votre écran:

1. A gauche 1° icône = petit rectangle = permet d'écrire un petit texte pour les autres. Nous n'en avons pas besoin pour les séances de sport
2. A gauche 2° icône = petit écran télé = permet aux autres de voir votre écran. Nous n'en avons pas besoin pour les séances de sport

3. A gauche 3° icône = une main = permet de demander la parole.
4. Au centre 4° icône = permet d'activer ou désactiver le micro. Au moment de l'ouverture de la visioconférence, le micro peut rester actif. Dès que l'on démarre les exercices, tout le monde coupe son micro pour éviter le brouhaha chez tout le monde. En fin de séance, chacun peut réactiver son micro pour une période d'échange avec les autres. Bonne pratique à respecter, on ne parle qu'un à la fois.
5. Au centre en rouge = icône téléphone = en cliquant dessus on quitte la réunion. Si on le fait par mégarde, on peut se reconnecter aussitôt en revenant au point 3 ci-dessus
6. Au centre 6° icône = permet d'activer ou désactiver la caméra. Au moment de l'ouverture de la visioconférence, la caméra peut rester active. Dès que l'on démarre les exercices, tout le monde coupe sa caméra. En fin de séance, chacun peut réactiver sa caméra pour une période d'échange avec les autres.
7. A droite 7° icône = permet de passer l'affichage en mode mosaïque ou en mode image unique. Au moment de l'ouverture de la visioconférence, le mode mosaïque permettra à chacun de voir tous les autres. Au démarrage de la séance chacun pourra se mettre en mode écran unique pour mieux voir l'animateur.
8. A droite dernière icône = 3 petits points superposés = ouvre un menu dont la 3° ligne en haut permet de passer en mode plein écran.

Voilà, tout ceci va vous paraître un peu complexe la première fois, mais vous verrez vite que c'est très intuitif, et vous n'aurez plus besoin de ce tutoriel.

IMPORTANT pour ceux qui utilisent une visio-conférence pour la première fois:

- faites un test à l'avance du fonctionnement de votre micro et de votre caméra
- faites un test à l'avance de connexion à la réunion (je la laisse ouverte à cet effet)
- le jour J, si c'est votre première séance, essayez de vous connecter 1/4h à l'avance, car il est possible que vous n'y parveniez pas du premier coup.
- Le jour J si vous êtes déjà familier avec les visio-conférences, soyez patients et indulgents avec eux qui auraient des difficultés à se connecter.

Et n'oublions pas, ces séances d'exercices physiques sont aussi et même beaucoup un prétexte pour recréer un petit peu de lien social entre nous, mis en sommeil par ce maudit virus...

