



FÖR DIG SOM SKA DELTA I VIDEOMÖTEN

För att ett videomöte ska fungera optimalt behöver du som deltagare förbereda dig lite annorlunda än inför ett fysiskt möte. Här kan du läsa om vad du ska tänka på både innan och under mötet.

VÄLJ EN PLATS DÄR DET INTE EKAR OCH DÄR DU INTE STÖRS AV BAKGRUNDSLJUD



LJUS

- Se till att ha mer ljus framför än bakom dig för att dina ansiktsdrag ska bli tydliga.
- Dagsljus eller glödlamppljus är bäst. Lysrör riskerar att ge flimmar i bilden.



LJUD

- Använd gärna hörlurar - du hör bättre och andra deltagare slipper höra ett eko av sig själva via dina högtalare.
- Stäng av mikrofonen när du inte har ordet.



BILD

- Webbkameran ska vara i ögonhöjd. Placera din laptop på ett laptopställ eller en låda.
- Titta in i kameran när du pratar
- Se till att bakgrunden är ren.



**ANSLUT
15 MINUTER
INNAN MÖTET
STARTAR SÅ DU
HINNAR TESTA ATT
LJUD OCH BILD
FUNKERAR!**

TEKNIK

- Använd dator och wifi (minst 10mb/sek).
- Testa möteslänken och ladda ner programvara om det behövs.

VETT & ETIKETT

- Markera att du vill ha ordet genom att "räcka upp handen".
- Surfa inte, stäng ner hemsidor och program du inte ska använda under mötet.
- Undvik att äta under mötet.
- Spela inte in mötet utan att först låta mötesledaren stämma av att det är okej.
- Stäng av mobilen.

