

14 TIPS FÖR TRYGGA VIDEOMÖTEN

✓	Förbered din arbetsstation	Kontrollera din uppkoppling och se till att ha nödvändig dokumentation och information nära till hands.
✓	Röj undan distraktioner	Välj ett tyst rum och sätt en "Stör ej"-skylt på dörren
✓	Använd headset med mikrofon	Headset förbättrar ljudet, minskar eko och du får händerna fria att göra annat.
✓	Se till att ha bra ljussättning	Se till att ha ett jämt allmänt ljus i rummet, gärna snett ovanför dig.
✓	Ha en ren bakgrund	Städa bort allt som kan distrahera under mötet och tänk på att patienten ser mer av din bakgrund än du tror.
✓	Skapa en mötesstruktur	En mötesstruktur gör det lättare att fokusera på patienten och säkerställer att inget glöms bort.
✓	Ha en plan om tekniken skulle	Ha alternativa mötesformer och möjliga lösningar i beredskap. Inled mötet med att informera patienten om detta.
✓	Tänk på hållningen	Sitt eller stå med rak rygg och håll lagom avstånd till kameran.
✓	Städa din datorbakgrund	Clean up your desktop and browser. Share at minimum width.
✓	Tala tydligt och långsamt	Artikulera för att se till att all information når patienten.
✓	Tänk på ögonkontakten	Tänk på att ögonkontakt skapas när du tittar rakt in i kameran.
✓	Avsluta snyggt	Låt patienten veta när mötet är på väg att avslutas och låt patienten lämna mötet först.
✓	Dokumentera, och informera	Dokumentera, gärna under mötet, men informera patienten om att du gör det
✓	Rollspela med kollegor	Öva gärna med kollegor innan ditt första patientmöte.