



## Att mötas digitalt

Vid digitala möten är det en hel del saker vi behöver tänka på:

- **Är det första gången du deltar på digitalt möte?**
  - Du behöver en smartphone, iPad eller dator med mikrofon och kamera
  - Ladda ner appen du behöver (t ex. Microsoft Teams)
  - Be någon om hjälp om du är osäker
  - Gör ett "testmöte" med en kamrat för att se att allt fungerar och bekanta dig med appen.
  - Kontakta sammankallande till mötet om något är oklart
- **Förbered dig inför mötet genom att läsa alla handlingar. Fundera på om det är något du vill ta upp.**

Det kan vara en utmaning att se handlingarna på samma enhet som mötet är på.
- **Se ut en lugn plats där du kan sitta ensam och med bra belysning framifrån.**

Tänk på att inte ha starkt ljus eller ett fönster bakom dig. Då ser vi dig inte.
- **Anslut med fördel ett par hörlurar för att höra bättre vad andra säger. (frivilligt)**
- **Ha med dig en telefon så vi kan ha kontakt om något strular med tekniken.**
- **Kontrollera att du är ansluten till ett Wi-Fi-nätverk.**

Att ha ett digitalt möte med mobildata gör snabbt slut på din surf.
- **Var redo och anslut till mötet ca 10 min före utsatt tid.**
- **Anslut till mötet genom att klicka på länken du fått via mejl eller kalenderbokning.**

I vissa fall kommer du bli uppringd i appen av sammankallande.  
Glöm inte att slå på kameran.
- **Under mötet ska din mikrofon vara avstängd. Slå på den endast när det är din tur att tala.**

Alla bakgrundsljud, t ex. tangentklick och stolsskrap, hörs mer än väl och stör mötet.  
Ordförande för mötet kan stänga av din mikrofon – Glöm inte slå på den när du ska tala.
- **Begär ordet genom att skriva i chatten som finns i appen.**

En del appar har handuppräkningsfunktion.