

## Guide för tillgängliga livesända program

### Om dokumentet

Detta dokument riktar sig till er programarrangörer som planerar att livesända era seminariepass på Männskliga Rättighetsdagarnas programplattform InvitePeople och innehåller viktig information för hur ni genomför dessa så att de blir tillgängliga för alla besökare.

Guiden innehåller följande information:

1. Praktiska förberedelser inför seminariet
2. Vad du ska göra innan seminariet är schemalagt att börja
3. Vad du ska tänka på under seminariet

Läs också gärna igenom Myndigheten för delaktighets [Checklista för tillgängliga digitala möten](#) för fler tips och information om tillgänglighet.

### 1. Praktiska förberedelser

- Boka och planera tolkar i tid och kom överens med tolkbolaget om upplägg.
  - Ska ni använda teckenspråkstolkning måste tolken ha fått manusstolpar och körschema i god tid innan seminariet sänds.
  - Ska ni visa videoklipp under seminariet bör dessa textas i förhand såvida ni inte använder teckenspråkstolkning.
- Testa tekniken och funktioner i god förväg innan det är dags för seminariet.
- Skapa en tydlig struktur för seminariet med tider för paus samt omväxling mellan presentation och interaktion.
- Se till att eventuella presentationer som ska visas är tillgängliga:
  - Använd rubriker med stort och tydligt typsnitt och kontrast.
  - Använd begripligt språk – undvik förkortningar och använd gärna exempel för att förtydliga.
  - Komplettera text med visuellt material – men kom ihåg att syntolka detta.
- Utse chattmoderator – den person som ska hålla koll på chatten under seminariet.
- Införskaffa ett headset med mikrofon – rundgång av ljudet skapas när man använder datorns mikrofon/högtalare.

### 2. Före seminariet

- Se till att du har en fast internetuppkoppling eller ett starkt trådlöst nätverk.
- Placera kameran så att den är riktad mot dig och i ögonhöjd – detta underlättar för personer med hörselnedsättning och läser läppar.

- Tänk igenom ljussättningen:
  - Ha mer ljus framför än bakom dig, annars framträder du mer som en mörk siluett.
  - Undvik att ha lysrör i bild som kan ge flimmar i bilden.
  - Undvik att ha ett fönster i bakgrunden.
- Ha en lugn, enhetlig bakgrund.
  - Undvik rörliga bilder och filter eller en vägg med röriga hyllor.
- Undvik att ha på dig finrutiga eller finrandiga kläder – det kan ge en så kallad moiréeffekt och resultera i ”hoppande” mönster.
- Sätt dig någonstans utan störande bakgrundsljud som skrapande stolar eller en fläkt.
- Kontrollera ljudnivån på mikrofoner – justera mikrofonens avstånd till munnen för att undvika för högt eller otydligt ljud.
- Se till att du inte har kläder som skrapar mot mikrofoner.
- Informera de som ska delta i seminariet om vikten av att:
  - Hålla tider.
  - Tala tydligt och i mikrofon.
  - Inte prata för fort.
  - Beskriva innehållet i bilder och videos – detta är viktigt för att inte exkludera personer med synnedsättning.
  - Presentera vem det är som talar, exempelvis ”Lena Andersson, en professor i mänskliga rättigheter”.

### 3. Under seminariet

- Gå in på seminariet senast 30 minuter innan seminariet är schemalagt att börja och gå igenom allt en sista gång – var beredd på att svara på frågor i chatten när check in öppnar.
- Avsätt tid i början av seminariet för att informera om seminariets struktur: livesänt och spelas in.
- Berätta vilka tillgänglighetsbehov som möts.
- Gå igenom hur och när man kan ställa frågor i chatten och när dessa kommer besvaras.
- Beskriv sammanhang, deltagare och upplägg på seminariet.
- Prata inte fortare än att teckenspråks- och/eller skrivtolkar hänger med, använd klarspråk.
- När du inte pratar, muta din mikrofon.
- Se till att moderatören sammanfattar diskussioner efter varje del i programmet.
- Syntolka! Beskriv alltid bilder, filmer och andra viktiga händelser.
  - Beskriv kort vad som syns på bilderna eller visades i filmen.
  - Berätta vem det är som talar.
  - Förklara även ”roliga” bilder i exempelvis PowerPoints – alla kanske inte förstår vad det roliga är.

# MÄNSKLIGA RÄTTIGHETSDAGARNA



- Använd energizers (korta pausövningar) för att hålla igång energin – rörelsepauser efter 20 minuter kan vara en bra idé: exempelvis rulla axlarna eller sträcka på sig.
- Använd visuellt material som komplement till det som sägs.
- Läs upp alla frågor som ställs i chatten och besvaras.