



Videomøde

FOR BORGERE OG PATIENTER

Et godt
videomøde kræver
en god
mødekultur.

Anbefalinger
til et vellykket
videomøde.

REGION SJÆLLAND
E-HOSPITAL



- vi er til for dig

Forberedelse

Du er inviteret til at deltage i et videomøde. Du skal give samtykke til, at mødet kan foregå via video.

Det er vigtigt, at du fortæller sundhedspersonen:

- Om du tidligere har deltaget i videomøder
- Om du har adgang til internettet og teknisk udstyr med kamera og lyd (fx PC, Mobiltelefon, Tablet)
- Om du skal have hjælp til at teste, om dit tekniske udstyr virker



Mødeindkaldelse. Før videomødet vil du modtage en mail med:

- Instruktion i, hvordan du deltager på videomødet
- Et telefonnummer, som du kan ringe til, hvis der opstår tekniske problemer før videomødet

Før videomødet

Det er vigtigt, at du, før videomødet, har skrevet de spørgsmål ned, som du ønsker svar på. På den måde kan I sammen sikre, at du får mest muligt ud af videomødet.

Start udstyret op (PC, Mobiltelefon, Tablet) **ca. 5 minutter** før mødestart. Følg instruktionen i den mail, som du har modtaget, og log på.

Hvis teknikken fejler, vil **DU blive ringet op** af sundhedspersonen, og I laver en ny aftale eller afholder mødet via telefonen.



Fem hurtige til mødet foran skærmen

Lyd. Tal langsomt og tydeligt. Vær opmærksom på, at lyd fra fx nøgler, kaffekop og klikkende kuglepenne kan forstyrre.

Lys. Skærm og kamera skal pege væk fra et vindue. Træk gardiner for ved sollys og brug kunstigt lys (fx lamper).

Ro i rummet. Det er vigtigt, at du ikke bliver forstyrret under videomødet. Sæt dig et sted, hvor du kan tale i fortrolighed.

Vær forberedt. Log på videomødet ca. 5 minutter før mødestart. Hav papir og blyant klar og skriv gerne ned undervejs.

Sid i centrum af billedet.

Hvis teknikken driller se bagsiden

Afhold mødet

Velkomst. På videomødet vil du blive budt velkommen af en sundhedsperson. Fortæl sundhedspersonen, om lyd og billedkvalitet er i orden. Altså kan du se og høre sundhedspersonen?

Sundhedspersonen vil spørge dig, om dit navn og cpr-nummer, og om du sidder alene og et sted, hvor du kan tale uforstyrret.

Rammen for videomødet. Formålet med videomødet gennemgår du og sundhedspersonen sammen. Fortæl om du har andre emner, som du ønsker at drøfte.

Hvis der er flere mødedeltagere fx din pårørende eller ven, aftales det, hvordan I får taletid fx ved at række hånden op

Mødeetik

Hold styr på tiden. Sundhedspersonen holder styr på tiden og fortæller, når der er 5 minutter tilbage af videomødet. Det giver dig mulighed for at stille spørgsmål, der endnu ikke er nået.

Øjenkontakt. Du og sundhedspersonen har øjenkontakt, når I kigger direkte ind i kameraet. Hvis I kigger ned, så er det fordi, at I kigger på hinanden på skærmen.

Noter undervejs. Hvis der opstår spørgsmål undervejs, så skriv dem ned. Det er vigtigt, at du får svar på alle dine spørgsmål, inden videomødet afsluttes.

Afslut samtalen godt. Du og sundhedspersonen vil sammen gennemgå de aftaler, der er indgået. Fortæl sundhedspersonen, hvordan du har oplevet at deltage på videomødet.

Hvis du har spørgsmål efter videomødet, vil du få at vide, hvor og til hvem du kan henvende dig.



Efter mødet

Hvis en anden sundhedsperson har siddet sammen med dig under videomødet, kan I med fordel runde mødet af, når kameraet er slukket.

VEL MØDT

Hvis teknikken driller...

Top 5 problemer

- 1.** Hovedregel nummer et: **“Gå ikke i panik”**. Tjek nedenstående.
- 2. Hakkende billede** – Tjek om du har adgang til internettet.
- 3. Kan ikke ringe op** – Tjek, om du har tastet den rette adresse ind
- 4. Ingen lyd** – Tjek lydindstillinger og bed sundhedspersonen om at gøre det samme.
- 5. Billede fryser** – Luk for videomødet og start forfra.

Hvis intet virker, ringer sundhedspersonen til dig og aftaler, hvordan mødet kan afholdes.

KONTAKTOPLYSNINGER: