

Nationell primärvårds- konferens 2019

Göteborg 1-2 oktober

Så här spelar du in ditt poddavsnitt:

1. Spela in podden med hjälp av mikrofon kopplad till dator eller direkt i din telefon med hjälp av tex "Röstmemo" eller någon annan röstinspelnings-app. Om du spelar in på telefonen, tänk på att prata nära mikrofonen som under ett vanligt telefonsamtal. Då blir volymen bra. I ljudinspelningssappar kan man även oftast pausa inspelningen om man behöver det. Innan du spelar in, gör ett ljudtest och spela in en kort snutt för att höra att det låter bra. Tänk på att sitta i en lugn miljö för att få ett bra ljud. En fördel är att rummet har gardiner och mattor eller textil som dämpar ljudet och att det inte finns ventilation som susar eller brummar i bakgrunden.

2. Om ni är flera personer, försök att hålla podden mer som ett samtal än att en person blir intervjuad. Högst tre personer medverkar. Om ni är tre brukar ljudet bli bäst om man lägger telefonen på ett bord och sitter nära så att alla kan prata nära mikrofonen, alternativt att någon håller i telefonen och räcker den mot den som pratar. Undvik att skicka runt telefonen eller att hålla i den om du har ringar eftersom det ofta kan bli skrapande ljud som stör lyssnaren.

3. Planera upplägget för avsnittet innan med stödord, men inte skriven text. Hellre ett samtal än att ni läser innantill. Det ska vara "pratspråk" och inte "skriftspråk" – det vill säga läs inte direkt ifrån ett manus. Tänk på att börja podden med något intresseväckande som får lyssnaren nyfiken på att vilja höra mer. Tänk på målgruppen, dvs. de som kommer att lyssna. Vad vill du att de ska få med sig? Inled gärna med en fråga.

4. Ert avsnitt ska ramas in så det passar ihop i serien av andra poddar på Primärvårdskonferensen. Börja och sluta därför som exemplet nedan i rosa.

(Ni kan spela in introt innan eller efteråt i separat fil om ni vill, så klipper vi ihop det sedan.)

INLEDNING:

Hej! Jag/vi heter.....och arbetar i.....(ort/enhet)

Med mig har jag.....(namn)

Vi ska prata om.....

För att.....

Detta är viktigt för våra patienter för att.....(om tillämbart)

AVSLUTNING:

Detta var allt från oss i.....(orten) (eller.....enheten)

Hoppas vi ses på Nationella primärvårdskonferensen i Göteborg! Framtiden är nu!

5. När ni är klara med inspelningen, ta ett foto på er som medverkat i podden och skicka med denna tillsammans med ljudfilen. Bilden kommer att användas i presentationen av er podd och användas på webbplatsen där podden finns att lyssna på. Genom att skicka in en bild godkänner ni att vi får publicera bilden tillsammans med podden.

6. Fyll i fullständig info om alla som är med i podden så att vi kan skriva med det i presentationen på webbplatsen. Använd formuläret nedan och maila in eller skriv in all info direkt i mailet tillsammans med ljudfilen och bilden.

Ljudfilen ni skickar in kan vara mellan 10–20 minuter. Vi lägger till musik i intro och outro, samt klipper om det behövs för att få ett bra flyt. Tänk på att ljudfiler som är långa kan bli för stora för att kunna mailas. Då får du först överföra ljudfilen från din telefon till din dator och sedan maila in den via t.ex. [sprend.com](https://www.spread.com) eller [wetransfer.com](https://www.wetransfer.com) där du kan skicka stora filer. Om du skickar in via någon av dessa tjänster, glöm inte skriva med ditt namn och uppgifter nedan som "meddelande" när du skickar så att vi vet vem filen kommer ifrån.

Medverkande:	
Person 1	<i>Namn, yrkestitel, enhet, organisation, ort, region</i>
Person 2	<i>Namn, yrkestitel, enhet, organisation, ort, region</i>
Ev. person 3	<i>Namn, yrkestitel, enhet, organisation, ort, region</i>
Titel på podden	<i>Titel på podden</i>
Namn på avsändare som mailar in filerna (om de skickas in separat)	<i>Namn på person som mailar in filerna</i>
Skickar med foto på medverkande	<i>Antal foton</i>
Kontaktuppgift	<i>Telefon till kontaktperson</i>
Spår	<input checked="" type="checkbox"/> Personcentrerat & jämlikt <i>Hur förverkligar vi god och nära vård för invånarna?</i>
	Nya behov & nya verktyg <i>Hur anpassar vi verksamhet och teknik till invånarnas nya behov?</i>
	Kvalitetsdrivet & hållbart <i>Hur utvecklar vi processer och arbetssätt som driver verksamheten framåt?</i>
	Välbemannat & lustfyllt <i>Hur skapar vi framtidens attraktiva arbetsplatser?</i>
	Kunskapsbaserat & i framkant <i>Hur använder vi forskning och utbildning till kunskap som driver utveckling?</i>

7. Mejla materialet till: narhalsan.nationell.primarvardskonferens2019@vgregion.se

När vi fått in din podd klipper vi ihop dem och lägger ut allt eftersom på nationellpvkonferens19.se och Soundcloud-appen, där många andra poddar finns. Du ansvarar för innehållet i din podd.

Frågor?

Kontakta Närhälsans kommunikationsavdelning karolina.chronholm@vgregion.se

0700-82 37 17

