

Tips för att hålla en inkluderande presentation

För att alla deltagare ska få möjlighet att ta del av innehållet under konferensen, vill vi gärna erbjuda några tips som kan bidra till att presentationerna blir så tillgängliga och inkluderande som möjligt. Det handlar om små justeringar som kan göra stor skillnad för deltagare med olika behov och bakgrunder. Använd gärna det som stöd – och hör av dig om du har frågor eller funderingar!

Teknik och ljud

- **Använd mikrofon**, oavsett salens storlek – det underlättar för alla att höra, särskilt för dem som använder hörselteknik.
-

Att presentera och uttrycka sig

- **Presentera personer på ett likvärdigt sätt**: nämn både för- och efternamn första gången, därefter kan du använda förnamn eller båda namnen (Schyst.se).
 - **Var konsekvent när du nämner geografiska områden**: välj antingen länder eller kontinenter, så att jämförelser blir tydliga.
 - **Använd inkluderande språk**: exempelvis forskare istället för vetenskapsman, talesperson istället för talesman, invånare istället för medborgare (Schyst.se).
 - **Låt alla presentatörer presentera sig själva** – det ger varje person möjlighet att ta plats och bli hörd.
-

Språkbruk

- **Använd ett tydligt och enkelt språk**, särskilt med tanke på att många har svenska eller engelska som andraspråk.
 - **Undvik idiomatiska uttryck** som kan vara svåra att förstå, t.ex. "lägga benen på ryggen" (Schyst.se).
 - **Välj ord som fungerar för alla**: exempelvis "ta rast" istället för "bensträckare" (Schyst.se).
-

Visuella presentationer

- **Undvik färgkombinationer som röd/grön**, då de kan vara svåra att urskilja för färgblinda.
- **Använd tydlig layout**: korta texter, stor teckenstorlek (18pt eller större), sans serif-typsnitt (t.ex. Calibri), och god kontrast mellan text och bakgrund (Microsoft).

- **Lämna luft i presentationen** – det gör det lättare att ta till sig innehållet, särskilt för personer med dyslexi (Microsoft).
-

Interaktion med publiken

- **Underlätta frågestunder** genom att utse någon som hjälper till att hålla koll på vilka som vill ställa frågor.
 - **Fördela uppmärksamheten jämnt** – försök att titta ut över hela publiken, så att alla känner sig inkluderade.
 - **Låt det vara frivilligt att ställa sig upp** – säg gärna: "Alla är välkomna att ställa frågor, på det sätt som känns bekvämt."
 - **Rör dig gärna i rummet** om det är möjligt – det kan hjälpa deltagare som sitter längre bak att känna sig mer delaktiga.
-

Källor

- Schyst: <https://regionvarmland.se/schyst>
- Microsoft support: "[Make your PowerPoint presentations accessible to people with disabilities](#)"