

Checklist sprekers

Met deze checklist kom je als (gezenderde) spreker goed beslagen ten ijs.

Vorbereiding

- ☐ Leer de technicus op locatie kennen
- ☐ Ga naar het toilet en eet vóór je gezenderd wordt
- ☐ Vraag een technicus je door het zenderproces heen te praten
- ☐ Check bij jezelf of de zender lekker zit en je vrij kunt bewegen
- ☐ Vraag extra tijd op het toneel om te wennen aan je stem met zender
- ☐ Vraag of er water voor je geregeld is (liever geen bruis)

Tijdens de presentatie

- ☐ Krab niet aan je gezicht en ga niet door je haar. Dat stoort je zender
- ☐ Blijf de gehele presentatie spreken alsof je de achterste rij in de zaal persoonlijk benadert
- ☐ Als je voor jouw gevoel langzaam praat, heb je het juiste tempo te pakken

Na afloop

- ☐ Wacht met bespreken voordat je zeker weet dat je zender uit is
- ☐ Haal niet zelf je zender eruit. Laat een technicus dat doen

Kleding en eten

- ☐ Vermijd (wijde) rokken, jurkjes en kilten
- ☐ Vermijd hangoorbellen en grote kettingen
- ☐ Liever niet eten en make-uppen met zender op