



Union Interparlementaire

Pour la démocratie. Pour tous.

### Une connexion internet stable

Pour assurer la meilleure qualité possible, assurez-vous que vous disposez d'un débit montant et descendant d'au moins 4Mbps. Le câble Ethernet (LAN) est fortement recommandé – le Wi-Fi provoque souvent des ruptures lors de la transmission du son, ce qui pourrait entraîner une faible qualité du son et perdre des parties du discours pour les autres participants.



Si vous utilisez le Wi-Fi cela peut affecter la qualité de votre son, ce qui aggravera l'expérience pour tous les autres participants.

### Casque USB avec micro

Cela idéalement avec suppression de bruit, pour éviter que le son provenant des écouteurs ne soit capté par le microphone.



### Caméra et lumière

Accordez de l'attention à la position de votre caméra : elle doit être dirigée directement vers l'intervenant. Il doit y avoir suffisamment de lumière pour qu'il puisse être clairement vu par les autres participants en ligne et par les interprètes, mais il ne doit pas y avoir de lumière orientée directement vers l'objectif de la caméra.



### Espace de travail silencieux

Choisissez judicieusement votre espace de travail. Ce doit être un espace calme, aussi insonorisé que possible. Voici quelques éléments à garder à l'esprit lors du choix de l'espace de travail parfait :

1. Fermez toutes les fenêtres – éliminez les sons extérieurs comme les bruits de la circulation, les klaxonnements, aboiements, etc.
2. Soyez attentif aux bruits que vous créez – bruits de papier, sonneries de téléphone, bruits du clavier, déplacement du fauteuil, couper le micro si vous ne prenez pas la parole.
3. Appareils électroménagers - Si vous avez un appareil bruyant, assurez-vous qu'il est éteint ! (en particulier les ventilateurs et équipements de climatisation)

