

WHO CARED

Checkliste für Zuhause

- ☐ **Termin finden:** Nehmt euch zwei Stunden Zeit, damit ihr genügend Puffer habt.
- ☐ **Gesprächsort festlegen:** Identifiziert einen Ort, der geräuscharm und möglichst hell ist.
- ☐ **Gespräch vorbereiten:** Hast du dir Fragen überlegt? Schau dafür auch in unseren [Fragen-Guide](#).
- ☐ **Technik bereitlegen:** Hast du genügend Speicherplatz auf deinem Handy, ein Stativ? Ist unsere Technikbox angekommen? Mache dich mit allem vertraut, was du brauchst.
- ☐ **Kleidung wählen:** Grelle Farben und Muster wirken vor der Kamera ablenkend. Bitte dein:e Gesprächspartner:in etwas Neutrales zu tragen, in dem sich die Person wohlfühlt.
- ☐ **Dokumente drucken:** Halte beide Einverständniserklärungen bereit, stelle dir deine Fragenliste zusammen und bringe beides am besten in ausgedruckter Form mit.
- ☐ **Raum vorbereiten:** Wähle einen möglichst neutralen Hintergrund oder entferne ablenkende Objekte.
- ☐ **Einverständniserklärung:** Habt ihr dazu alles geklärt und unterschrieben?
- ☐ **Sorge für gutes Licht:** Setze die Person vor eine weiche Lichtquelle (z. B. Fenster oder Lampe) und achte auf gleichmäßige Ausleuchtung des Gesichts.
- ☐ **Richte deine Kamera ein:** Nutze ein Stativ, positioniere die Kamera auf Augenhöhe, filme im Querformat und wähle die höchste verfügbare Videoqualität (HD oder 4K). Dein:e Gesprächspartner:in schaut knapp an der Kamera vorbei zu dir.
- ☐ **Richte den Ton ein:** Falls du ein Mikrofon benutzt, positioniere es möglichst nah an der Person. Lass sie leise und laut sprechen und mach eine Probeaufnahme.
- ☐ **Kontrolliere** zwischendurch, ob Kamera und Ton noch laufen.
- ☐ **Sichere deine Dateien:** Fotografiere die Einverständniserklärung und speicher alles ab.
- ☐ Macht ein **gemeinsames Selfie** – Für euch, aber auch für uns!
- ☐ **Schick uns zuerst die unterschriebene Einverständniserklärung** und zwar hier: www.who-cared.com/upload. Wir senden dir dann den Upload-Link für das Video und weitere Dateien.
- ☐ Hast du **unsere Tool-Box** geliehen? Dann pack alles zusammen und schick sie mit dem Retouren-Etikett an uns zurück.