

ALMOND ACADEMY WEBINARS 101

I webinar sono delle sessioni informative che permettono di comunicare una grande varietà di informazioni, dalle ultime scoperte scientifiche sull'alimentazione alla condivisione di una valutazione dei bisogni comunitari. I webinar (o "web seminar") permettono una condivisione efficace di contenuti (in varie forme) e rendono possibile aggiungere diverse componenti interattive per comunicare col pubblico.



IL WEBINAR È LA SOLUZIONE GIUSTA?

Prima di considerare l'idea di tenere un webinar, è importante fare un passo indietro e capire se questa sia la soluzione migliore per raggiungere il tuo obiettivo. Ecco cosa ti puoi chiedere:

- **Ho le giuste competenze per trasmettere queste informazioni?**
- **Devo raggiungere tante persone geograficamente distanti?**
- **Il contenuto può essere veicolato in breve tempo** (non oltre i 60 minuti).
- **Ho i visual giusti per illustrare i miei punti in maniera chiara?**
- **Questo webinar è coordinato e promosso da un partner stimato e affidabile?**
- **Il compenso ricevuto per questo webinar è corretto?**
(Se sei pagato per presentarlo) o se ricevi un rimborso per il tempo - anche se ciò significa maggiore esposizione per te come esperto? (Ci vogliono ore per preparare un webinar, quindi assicurati di avere calcolato bene il tempo necessario).
- **Ha senso presentarlo insieme a un altro relatore?**
- **Mi sento a mio agio a parlare da solo senza ricevere feedback dal pubblico?**
(che tipo di relatore sei).
- **Il contenuto della mia presentazione rispetta il codice etico professionale?**

DAR VITA AL TUO WEBINAR

ARGOMENTO! ARGOMENTO! ARGOMENTO!

Il successo del tuo webinar dipende dall'argomento che scegli e dalla tua capacità in quanto esperto di trasmettere i contenuti. Come professionista della salute e della nutrizione, puoi dare consigli alimentari sulla base di prove scientifiche, ma è utile considerare l'argomento con occhio critico. L'argomento o il tema dovrebbero essere di rilevanza attuale o aiutare a colmare una lacuna nella conoscenza.

Dovresti anche valutare se il contenuto è importante per il tuo pubblico. Se l'argomento è troppo ristretto o specialistico e non c'è pubblico il webinar potrebbe non essere il modo più adatto per condividere le tue informazioni. Se il tuo pubblico è fatto di consumatori, usa un linguaggio che sia chiaro per loro. Se ti rivolgi a colleghi scegli un'area di interesse sia per gli studenti sia per nutrizionisti e dietisti già affermati.

Inoltre, chiediti anche qual è il tuo livello di interesse per l'argomento. Se hai una passione per quell'argomento o una storia personale da raccontare, riesci a creare vero entusiasmo!

CONOSCI IL TUO PUBBLICO

Mentre delinei il contenuto da diffondere, un primo passo importante è quello di studiare il tuo pubblico.

- **QUALI SONO LE LORO CONOSCENZE DI BASE?**
Capiscono la terminologia complessa? Sanno interpretare uno studio pubblicato?
- **QUALI SONO LE LORO PREOCCUPAZIONI IN QUANTO PROFESSIONISTI DELLA SALUTE O DELLA NUTRIZIONE?**
Cosa devono comunicare al meglio?
- **COSA VOGLIONO IMPARARE DA TE?**
- **QUALI SONO LE ASPETTATIVE SUL CONTENUTO FORNITO DA UN PROFESSIONISTA DELLA NUTRIZIONE?**
Usa fonti credibili e fai citazioni quando possibile.



RACCOMANDAZIONI SULLA PRESENTAZIONE DEL CONTENUTO

MUST HAVE

BIO: includi credenziali e affiliazioni

- Metti una foto in primo piano

CREA UNA DECLARATIONS PAGE (se necessario)

- Indica se si tratta di un webinar sponsorizzato
- Dichiarare se hai ricevuto un sostegno finanziario
- Queste informazioni potrebbero essere inserite in una slide a inizio presentazione

SLIDE DI GESTIONE WEBINAR

- Nel caso in cui il webinar venga registrato comunicalo
- Spiega che il microfono dei partecipanti è silenziato, ma possono fare domande nella chat Q&A (se ce n'è una)
- Metti in evidenza se è possibile ottenere dei crediti formativi (se hai fatto richiesta di accreditamento)

SLIDE DEI CONTENUTI O AGENDA:

È un'ottima bussola: alla gente piace sapere di cosa si parlerà oltre ad aiutarli a mantenere il focus

SLIDE DI RINGRAZIAMENTO: al partner del webinar e al tuo pubblico

- Lascia le informazioni necessarie per restare in contatto

NICE TO HAVE

RIASSUNTO E/O LA PRESENTAZIONE STESSA

FAI UN RIASSUNTO DEL WEBINAR

- Ciò ti permette di riassumere il contenuto in punti chiave con una pagina per la bibliografia
- Questo materiale è molto apprezzato dai partecipanti e li aiuta a conservare le informazioni
- Potresti anche fornire un pdf protetto di tutta la presentazione come materiale a fine webinar. Assicurati che sia un pdf in modo che le slide non possano essere copiate

- * Creare del materiale ha un duplice scopo. Permette ai partecipanti di rilassarsi e ascoltare il contenuto senza dover prendere appunti. Aiuta a creare un ambiente ideale che permette al pubblico di godersi la sessione e concentrarsi sui messaggi.

GUIDA POWERPOINT

CREA IL GIUSTO LAYOUT PER LE TUE SLIDE

- Innanzitutto, verifica se il tuo partner utilizza già un formato standard
- Altrimenti usa un formato che includa il tuo logo personale o aziendale o l'associazione universitaria

EVITA DI CAMBIARE CONTINUAMENTE SLIDE!

Limita la presentazione a 40-50 slide

INSERISCI IN OGNI SLIDE LA GIUSTA QUANTITA' DI CONTENUTO

(3-5 punti sono ragionevoli) con un visual come una foto o una grafica

LA COERENZA E' IMPORTANTE

Assicurati di usare colori adatti allo stile; puoi impostarli come tema su Power Point.

PERSONALIZZA LE DIMENSIONI DELLA SLIDE

16:9 è la dimensione perfetta per gli schermi di tv e monitor

QUANDO AGGIUNGI IMMAGINI, CAMBIANE LE DIMENSIONI USANDO SHIFT + TASTI FRECCA.

Stai attento a non cambiare le proporzioni!

SEMPLICITA' E' LA PAROLA CHIAVE

Evita paragrafi lunghi e lascia degli spazi bianchi.

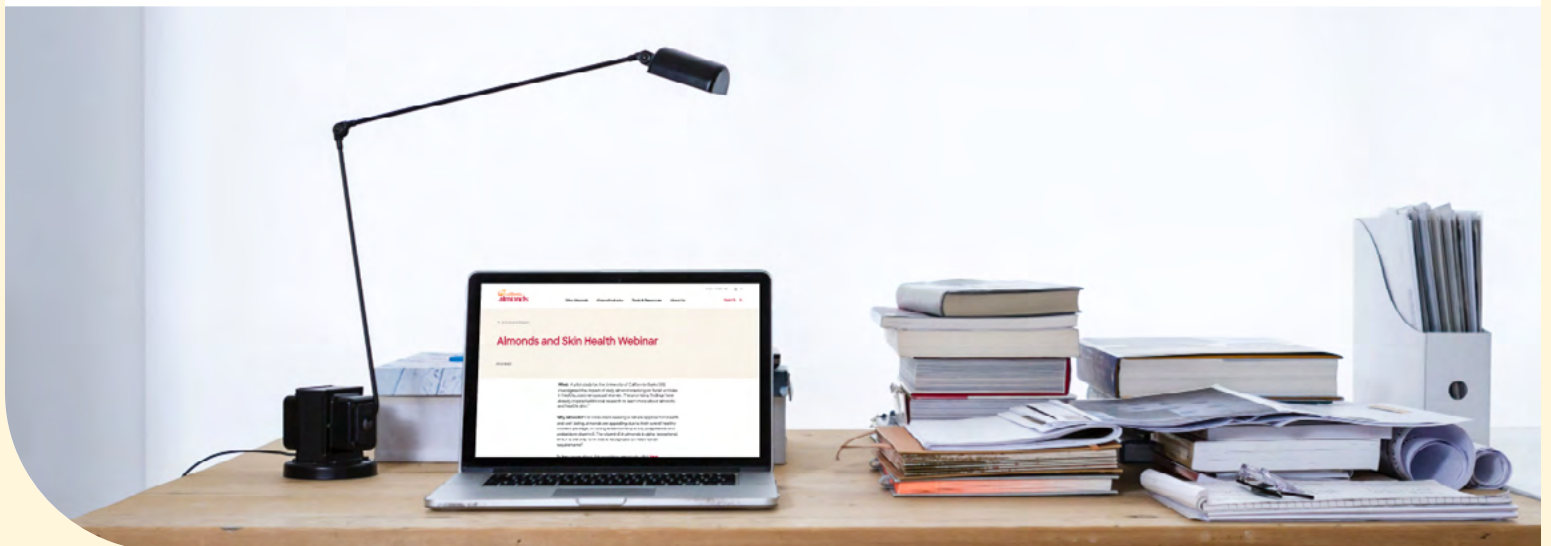
- Le slide servono a dare forza al tuo contenuto, non devono essere una distrazione

USA I FONT DI SISTEMA O, SE USI FONT DIVERSI, ASSICURATI CHE SIANO INTEGRATI TRA I FONT

ASSICURATI DI AVERE IL PERMESSO DI USARE LE IMMAGINI NELLA PRESENTAZIONE

QUANDO FAI CITAZIONI DELLA RICERCA USA UNO STILE COERENTE

(APA o MLA)



COME FARE UN BUON WEBINAR

Un webinar efficace ha una struttura facile da seguire per chi ascolta. Per un webinar sulla ricerca scientifica o nutrizionale è particolarmente utile fornire una cronologia degli eventi quando si condivide la situazione attuale, quando si presentano le nuove ricerche e quando si contestualizza come la scienza si inserisca in un quadro più ampio. Assicurati sempre di presentare i risultati della ricerca in maniera diretta, spiega le limitazioni e non ingigantire i risultati.

Per una presentazione mirata allo sviluppo di abilità è utile iniziare con un quiz per valutare il livello di conoscenza del pubblico prima di evidenziare come il contenuto aggiungerà valore alla loro conoscenza. Fornire ulteriori risorse o un sito utile per approfondire lo studio sono modi efficaci per concludere il tuo webinar. Per ulteriori consigli su come sviluppare uno stile narrativo, dai un'occhiata alle nostre risorse [su Almond Academy: Enlisting Emotive Language and Powerful Imagery.](#)

CONSIGLI PREZIOSI

- **CADENZA:** usa un tono di voce normale e ricordati di non correre. In genere la gente presenta a un ritmo più veloce di quanto crede, quindi tienilo in mente.
- **PROVE:** programma del tempo per provare il webinar almeno due volte prima della presentazione vera. Tieni sempre un copione di ciò di cui vuoi parlare e prendi il tempo per assicurarti di esporre tutto il contenuto senza dover affrettarti alla fine.
- **PRE-REGISTRAZIONE:** quando possibile, pre registrare il webinar aiuta a creare una sessione senza errori (dato che puoi reregistrare se hai qualche esitazione sul contenuto della slide) o problemi legati all'audio o ai visual. Puoi usare un webinar registrato e aggiungere un momento live di Q&A.
- **APPARECCHIATURA:** usa una cuffia di alta qualità con microfono, o usa un microfono separato per la registrazione. Questo darà un'ottima qualità audio e eliminerà tutti i rumori esterni.
- **LUOGO:** assicurati di registrare o presentare il tuo webinar in una stanza silenziosa senza distrazioni. Assicurati di spegnere tutte le applicazioni che hanno delle notifiche o emettono suoni e silenzia tutti i telefoni in casa o in ufficio.

COME FARE UN BUON WEBINAR

COMPONENTI INTERATTIVE DA CONSIDERARE

- **QUIZ:** usane uno molto breve, anche solo una domanda, per verificare la conoscenza e ottieni l'attenzione del pubblico dimostrando che il contenuto che fornirai è utile per la loro attività.
- **VOTAZIONE:** in un webinar live fai una votazione per chiedere al pubblico un'opinione sul materiale presentato.
- **CHAT:** crea una chat per avere feedback in tempo reale. Se la chat ti distrae, riducila a icona e controllala solo alla fine durante la sessione di Q&A. Se il tuo webinar ha un moderatore, questo può filtrare le domande e passarti quelle a cui rispondere.
- **QUESTIONARIO A FINE WEBINAR:** richiedi un feedback sulla sessione per capire se ha soddisfatto i bisogni di apprendimento e come è stata percepita.

PIATTAFORME DISPONIBILI



GOTO WEBINAR: Questa app ha a disposizione diversi template fra cui scegliere oltre ad avere funzioni quali una iscrizione personalizzata, sondaggi e questionari e la registrazione. Fornisce un'analisi dell'evento per tracciare il coinvolgimento e la performance e ha diverse opzioni di prezzo per soddisfare diverse esigenze.



MICROSOFT TEAMS: L'opzione "live event" di Microsoft Teams ti permette di creare dei meeting online in stile webinar. Il relatore di un evento può ospitare partecipanti che possono vedere il contenuto senza condividere audio o video. Teams ha funzioni come Q&A, possibilità di registrazione e report sul coinvolgimento dei partecipanti.



ZOOM: A seconda del piano che usi, Zoom ti permette di avere fino a 100 partecipanti che possono interagire e fino a 10.000 partecipanti in sola modalità visione. In qualità di relatore, puoi controllare tutti gli aspetti del webinar include le funzionalità visive e di audio. Offre anche una reportistica di fine evento su presenza e coinvolgimento.



DEMIO: Demio offre un processo di iscrizione interamente personalizzabile con vari template e l'opzione di raccogliere qualsiasi informazione necessaria sui partecipanti. Le funzionalità per i webinar includono sondaggi e Q&A oltre alla possibilità di usare un mix di segmenti live e pre-registrati. Sono disponibili anche informazioni utili sulla tua performance.



ADOBE CONNECT: Adobe Connect offre varie funzionalità di branding per il tuo webinar, con l'opzione di personalizzare la "stanza" con un tema specifico. Ha anche le funzionalità sondaggio, quiz e breakout rooms, oltre a una "host area" dove puoi vedere la lista dei partecipanti, l'agenda e una dashboard per coinvolgere.



WEBEX EVENTS (LIMITE DI 3,000 PERSONE): WebEx Events ti offre tante funzionalità di branding, dal webinar stesso agli inviti e le pagine per l'iscrizione. Include opzioni per registrare il webinar, fare una sessione di prova pre-evento e usare la funzione sondaggio. Ci sono anche funzionalità di analisi post-evento che considerano i dati di iscrizione e di frequenza.

ATTIRARE L'ATTENZIONE SUL TUO WEBINAR

Se hai una buona idea per un webinar, ci sono vari modi per trovare un partner disposto a promuovere la sessione. Contatta i responsabili della tua associazione di riferimento professionale, i programmi universitari di nutrizione e le autorità del SSN. Puoi anche contattare qualche testata di settore per vedere se la tua sessione rientra in qualche serie di webinar già programmati. Un'altra possibilità è quella di contattare un brand o un'azienda alimentare per chiedere se sono interessati a sponsorizzare la tua sessione. Una volta che hai programmato un webinar, ricordati di promuoverlo sui tuoi canali social.

UN ESEMPIO PRATICO

Almond Board di recente ha tenuto un webinar sulla ricerca nutrizionale sulle mandorle e la salute della pelle, che trovi qui. Troverai anche come hanno preso vita alcune delle best practice in questo webinar.

Webinar Guidelines

- During this webinar, all attendees will be muted.
- If at any time you have technical issues, please access the help screens at the top of your attendee control panel.
- If you have questions, please type them into the Q&A Box (NOT the chat box) and they will be answered at the end of the presentation (time permitting).
- The session will be recorded and available in 3 days time for self-study.

Follow us!

@almonds @CaliforniaAlmonds @CaliforniaAlmonds

THE HUMAN MICROBIOME

- 25 SPECIES in the mouth
- 500-1,000 SPECIES in the gut
- 600+ SPECIES in the skin
- 1,000 SPECIES in the nose
- 60 SPECIES in the vagina

Where it all began: The first almond study (NOT ABC funded)

Aim
To assess the effect of almond consumption on cholesterol levels.

Design
A randomized, controlled, parallel, 12-week study.

Results
The almond group showed a significant decrease in total cholesterol and LDL cholesterol compared to the control group.

Key Message
Almond consumption can help improve cholesterol levels.

Overall Results

- Wrinkles were improved in the almond supplementation group
- Not due to change in sebum production or change in skin barrier function
- Lipids in the blood stream did not change