

Verktøy og hjelpemidler til sosiale medier

Sist oppdatert: 19.10.23

Verktøy og hjelpemidler i arbeid med sosiale medier. Dette er kun noen forslag, finnes mange andre gode verktøy.

Planlegging / forhåndspublisering

Det er mulig å publisere fra instagram.com på PC (Ikke forhåndsplanlegging, kun direkte publisering).

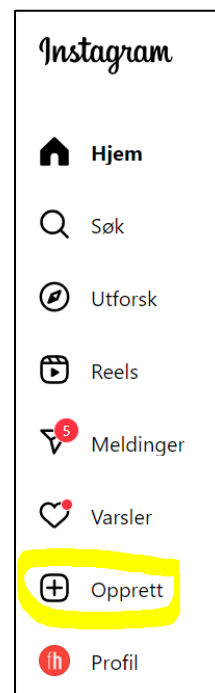
Meta Business Suite

Gratis. Til publisering av Facebook og Instagram-innhold.

Facebook – lag kladder og forhåndsplanlegg innlegg, reels og stories til Facebook-siden deres med tekst, bilder, lenker og video. Deles automatisk til planlagt tidspunkt.

Instagram – Innlegg, reels og stories kan forhåndsplanlegges og legges ut automatisk.

[Les mer om Meta Business Suite her.](#)



Later

Gratisversjon der du kan planlegge 5 innlegg til Instagram, Facebook, Twitter/X, Pinterest, TikTok og LinkedIn i måneden.

Instagram - du kan legge klar stories, reels og innlegg til manuell og automatisk publisering.

Flere kan bruke appen, noe som er praktisk om dere har flere som rullerer på sosiale medier-vakt på ettermiddagene og helgene.

Alternativer:

- [Planoly](#)
- [Preview](#)
- [Iconosquare](#)
- [Hootsuite](#)
- [SproutSocial](#)

Det finnes mange flere, søk «social media scheduler» på Google.

Excel / Google Sheets

I IF bruker vi et delt Excel-dokument for å planlegge uke for uke. Hver uke på nytt regneark.

Si ifra hvis skolen vil ha tilsendt et eksempel på et slikt skjema.

Produksjon av grafisk materiale

Canva

Enkel grafisk design og filmredigering. Maler til det meste. Gratisversjon man kommer veldig langt med. [Folkehøgskoler kan søke om gratislisens.](#)

I IF bruker vi Canva til ting som stories, forsidebilder på videoer, diverse grafikk på Facebook-arrangementer og -grupper. Kan også brukes til enkel videoproduksjon.

Betalt versjon med flere funksjoner. Kan laste opp egne fonter og får mer grafikk, mm.

Er også en app der du kan laste ned det du har laget rett på mobilen (for å f.eks. legge det ut på story). Supert alternativ til Adobe Illustrator og Adobe InDesign, brukervennlig for nybegynnere.

Ellers lager vi de fleste storyene våre rett i Instagram-appen.

[Se vårt eget webinar med en innføring i Canva \(for nybegynnere\) her.](#)

Videoredigeringsverktøy

Du kan trimme ned filmklipp rett i bildegalleriet på telefonen. På Reels og TikTok kan du sette sammen flere ulike klipp, men om du vil redigere en film utenom finnes det mange verktøy. Her er noen forslag:

CapCut

CapCut er en nybegynnervennlig redigeringsapp til mobil og desktop. Du får mange gode funksjoner i gratisversjonen, denne er tilstrekkelig for de fleste.

Vær oppmerksom på at denne appen er eid av samme kinesiske selskap som eier TikTok. Hvis skolen har en policy på å ikke ha TikTok installert på sine enheter, er nok CapCut også uegnet. Dette er en beslutning hver enkelt skole må ta selv.

Et alternativ på mobil er appen InShot (iOS + Android). Koster ca. 50 kr å ta vekk vannmerket / logoen til InShot.

Rett i TikTok eller Reels

Gratis og brukervennlig. Lar deg klippe og redigere små snutter, legge på voiceover og tekstbokser og annet.

Du kan lagre filmen rett i kamerarullen, uten å publisere den, og uten at det kommer vannmerke (om du lagrer den etter den er publisert, kommer vannmerket med). Ikke legg på musikk, da kommer ikke lyden med.

[Adobe Premiere Rush](#)

[Adobe Premiere Rush Tutorial](#)

Light-versjonen av Adobe Premiere Pro. Det finnes en gratis og betalt variant. Om skolen har tilgang til Adobe Creative Cloud er dette trolig inkludert. Brukervennlig app og desktop-app. Du kan åpne det du har jobbet med på mobilen på PC og vice versa.

[Adobe Premiere Pro](#)

Mer avansert videoeditoringsprogram til PC. Om skolen har tilgang til Adobe Creative Cloud er det trolig inkludert.

Teksting av video

Teksting av video, også til sosiale medier, er et krav under universell utforming.

Det er mulig å legge på tekstbokser før publisering, i både TikTok, Instagram Reels, Snapchat og YouTube shorts. Om det er mye som skal tekstes, kan dette bli omfattende. Det kan derfor være lurt å tekste via et annet verktøy.

På mobil – MixCaptions

- En av få apper som transkriberer (tolker tale og gir deg teksten) på norsk.
- Legger teksten automatisk på videoen.
- Du kan rette opp i skrivefeil og endre plasseringen, fonten, fargen ol.
- Finnes en gratis versjon, men veldig begrenset hvor mye du kan transkribere.
- For 115,- i måneden kan du transkribere mer, opp til 10 min lange videoer, fjerne vannmerket/logoen og eksportere SRT-fil (kun teksten) til bruk på f.eks. YouTube og Facebook.

På PC – rett i Premiere Pro

Om skolen redigerer video i Premiere Pro, tilbyr nå dette programmet transkribering på norsk. Fungerer greit for de som kan bruke programmet, ellers fremstår det kanskje litt knotete.

[Les mer om Text to speech i Premiere Pro her \(artikkel på engelsk\).](#)

På PC – mygoodtape.com

Om skolen redigerer video i Premiere Pro eller liknende, kan også transkriberingstjenesten My Good Tape benyttes. Denne transkriberer norsk godt, få skrivefeil, fungerer bra med ulike dialekter. Gir deg en SRT-fil, som du kan legge inn i redigeringsprogrammet.

Kan transkribere 3 videoer gratis i måneden, må stå mer i kø. Abonnement koster 15 euro i måneden, skipper køen, ubegrenset lengde på video, ubegrenset antall videoer.

Bilredigering

Det finnes mange måter å redigere bilder på telefonen. Her er noen forslag:

Redigere rett i bildegalleriet på telefonen

De fleste telefoner tilbyr bilredigering rett i bildegalleriet, den er ofte tilstrekkelig. Still på lysstyrke og kontrast, rett opp skjeve horisonter.

[Se her for gode tips til bilredigering rett i kamerarullen på iPhone](#) (7 min video).

Redigere rett i Instagram

Instagram har mange av de mest nødvendige funksjonene, man kommer langt med det. Still på lysstyrke og kontrast, rett opp skjeve horisonter.

Lightroom

Litt flere funksjoner, noe mer avansert. Kan f.eks. redigere deler av bildet. En light versjon av Photoshop og Lightroom, on the go.

Å lage høydepunktforsider til Instagram

Det finnes flere apper for dette. De fleste har betalte versjoner som gir litt flere muligheter, [se eksempler på noen her](#).

Vi bruker Adobe Illustrator. Canva er også et godt alternativ. Den enkleste måten å lage høydepunktforsider, er å lage de i en story du ikke publiserer, bare lagrer i kamerarullen. Bruk f.eks. emojis, tekstbokser og ulike bakgrunnsfarger som matcher profilen deres.

Nyttige YouTube-filmer

- [Adobe Premiere Rush Tutorial](#)
- [Canva tutorial for beginners \(2023\)](#)
- [Redigere bilder rett i kamerarullen på iPhone](#)

Våre webinarer om sosiale medier

Vi på Folkehøgskolekontoret har tidligere laget noen webinarer om Sosiale medier, de finner du her:

- [Instagram Stories](#) (fra 2020)
- [TikTok](#) (fra 2021)
- [Produsere innhold til YouTube](#) (fra 2021)
- [Drifte og optimalisere skolens YouTube-kanal](#) (fra 2020)
- [Innføring i Canva](#) (fra 2022)

Merk at detaljer i webinarene kan være utdaterte, da mye endrer seg på sosiale medier på kort tid. En del av hovedtrekkene vil fremdeles være relevante.