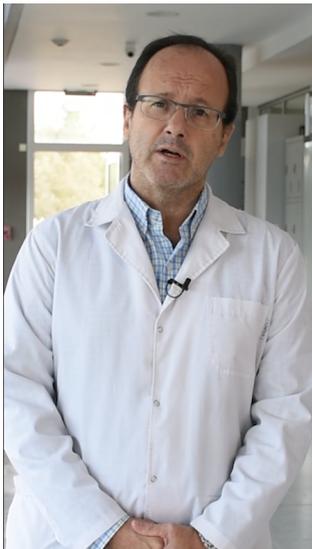




GUÍA PARA GRABAR SU VIDEO:

1. Ubicación + composición de la imagen:

- Escoger un espacio cerrado, sin ruidos.
- Seleccionar un fondo limpio como una pared blanca, o si hay algo de profundidad es lo ideal, puede haber muebles pero que sea lo menos distrayente posible.
- Colocar la cámara del dispositivo de forma fija, en forma vertical, sobre un trípode y/o base fija.
- En relación al plano: tomar hasta la cintura u ombligo. Es importante que se aseguren que quede un poco de espacio sobre la cabeza, tal y como se visualiza en las imágenes a continuación:



- Mirar directo a la cámara y acomodarse en el medio de la imagen.
- Filmar en la mejor calidad de video que su dispositivo ofrezca.

2. Iluminación:

Evitar fuentes de luz que vengan de atrás, si hay una ventana en la habitación, por favor evitarla, es mejor que quede a un costado o mirar directo a la ventana (que quede de frente y asegurarse que el sol no brille directamente en la cara). Que se vea bien el rostro.



3. Recomendaciones vestimenta:

No usar ropa rayada y si es posible usar ropa que contraste con el fondo (por ejemplo un color o negro sobre una pared blanca).

4. Contenido

Se debe responder en un 1 minuto, a la pregunta ¿qué medidas aplicamos para proteger a nuestro planeta y a nuestra salud?

Además se debe enviar, por correo electrónico, en el caso de no decirlo en el video, los siguientes datos: nombre del proyecto, instituciones u organizaciones involucradas.

También se pueden enviar fotos de las actividades realizadas, para incluirlas en el video.