

# CONSEJOS PARA EL VIDEO

Una guía para los días virtuales de defensoría



Cuando grabe un video para que se use en las reuniones con legisladores o en testimonio público, límitelo a 2 o 3 minutos. ¡Si graba para las redes sociales, de 1 a 2 minutos es mejor!

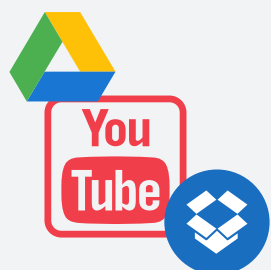
Si puede, grabe en un lugar tranquilo y privado. Asegúrese de estar lo suficientemente cerca al micrófono para que el audio sea claro.



Grabe su video con su teléfono en posición horizontal. Haga que alguien sostenga su teléfono o use una base para montarlo, si es posible.



Grabe frente a una pared blanca o con un fondo simple.



Su grabación posiblemente será demasiado pesada para enviarla por correo electrónico. Puede subirla a Google Drive, Dropbox o YouTube, y luego compartir el enlace.

¡También puede publicarlo en sus redes sociales y etiquetar a sus legisladores!  
¡Use el hashtag #OregonEC para ayudar a pasar la voz sobre el mensaje!

