

**Indicaciones para grabar el video**

**Al momento de grabar:**

1. Limpie el lente del celular o cámara
2. Grabe en sentido horizontal, hacia lo ancho, pues las pantallas tienen esta forma. Al grabar en sentido vertical, el video queda recortado.
3. En lo posible grabe en un espacio abierto, natural, pero donde no haya mucho ruido.
4. Pida ayuda a alguien para que la grabe. SI no es posible, intente dejar el celular o cámara en una mesa o lugar fijo.
5. Importante tener en cuenta que el video alcance a capturar desde la cintura hasta más arriba de la cabeza, esto permite que no se vaya a cortar la imagen.
6. Al finalizar la grabación, manténgase 5 segundos mirando fijamente la cámara antes de finalizar el video.

**Durante la grabación:**

1. Es importante iniciar con una presentación (nombre, edad, lugar de nacimiento, comunidad indígena a la que pertenece, resguardo etc.)
2. Puede continuar contando cuál es el trabajo que desarrolla, quienes participan, cómo lo llevan a cabo y el cual inscribió en la convocatoria, mencionando el impacto que genera en la conservación de la Amazonía, en la comunidad y en las mujeres del territorio.
3. Luego puede contar por qué se postuló a la beca y qué emociones le dejó el saber que fue una de las ganadoras
4. Por último, puede contar cuáles son las aspiraciones, sueños, metas y logros que espera alcanzar siendo parte del Programa de Fomento a Mujeres Lideresas de la Amazonía 2023 – 2024 y qué espera recibir de los aliados (Conservación Internacional y COICA)