



## BONNES PRATIQUES ENVIRONNEMENTALES

### Comment se filmer ?

#### 1. La trame de la vidéo

- Se présenter : Nom, prénom, fonction, entreprise et région.
- En quelques mots, expliquer votre sujet d'intervention (la problématique environnementale que vous avez rencontrée) et pourquoi vous avez voulu mettre en place une action dans votre entreprise.
- Quelles solutions avez-vous mises en place ?
- Quel est le résultat ?
- Conclure avec un call-to-action : « Je vous invite à cliquer sur le lien ci-dessous pour en savoir plus sur les engagements des industries mécaniques en faveur de l'environnement »
- N'oubliez pas d'utiliser quelques mots-clés de la liste fournie

→ **Durée maximale pour la vidéo : 1 minute**

#### 2. Le matériel

- Un smartphone avec une bonne qualité vidéo (batterie chargée à 100%)
- Vérifiez que le son et l'image fonctionnent bien
- Mémoire libre
- Mettre en mode avion pour ne pas être dérangé

#### 3. Le lieu

- Calme et isolé du bruit – mais sans résonance
- Pièce lumineuse : lumière naturelle - face à une fenêtre, pas de contre-jour
- Attention aux ombres asymétriques sur le visage
- Arrière-plan : couleur claire
- Un endroit rangé avec un décor neutre
- Tenue sobre

#### 4. Installer le matériel

- Tenir votre smartphone dans vos mains sans trembler (aidez-vous d'un support pour poser votre coude, ce sera moins fatiguant), ou demander à quelqu'un de vous filmer
- Réaliser en mode vertical
- Se tenir debout
- Face caméra
- Cadrage à hauteur des yeux (pas incliné vers le haut ni le bas)
- Regarder l'objectif (et non vous-même si vous êtes en mode selfie)

#### 5. On se détend et on prend son temps pour se filmer

- Ne pas bouger (surtout pas les pieds)
- Ne pas lire son texte (ça se voit)
- Bien articuler
- Faire plusieurs prises si nécessaire
- Faire des phrases courtes

## 6. A qui envoyez-vous la vidéo et quand ?

Merci d'envoyer vos vidéos au plus tard le mardi 25 mai 2021. Utilisez la plateforme WeTransfer pour envoyer les vidéos aux deux personnes mentionnées ci-dessous :

### **Chinmayee NAIK**

Email : [cnaik@fimeca.org](mailto:cnaik@fimeca.org)

Tél portable : 07 55 58 00 66

### **Marion BOUCHE**

Email : [mbouche@fimeca.org](mailto:mbouche@fimeca.org)

Tél portable : 06 49 66 57 93

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter !

Voici une tuto vidéo pour vous aider à vous filmer : [https://fimeca-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/cnaik\\_fimeca\\_org/EQhMnG4BxcpHmhmhBOOYCi6wBn8TCcIU1uVBCKic3sH5xxw?e=XRZdVZ](https://fimeca-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/cnaik_fimeca_org/EQhMnG4BxcpHmhmhBOOYCi6wBn8TCcIU1uVBCKic3sH5xxw?e=XRZdVZ)