

# #MocniejsiRazem

Jesteś gotów pomagać? Pokaż to! Zostań ambasadorem akcji i zainspiruj innych w swoich social mediach. Nagraj filmik, wykorzystując zaproponowany przez nas tekst.

Dodaj film na swój profil w social mediach.

Nie zapomnij oznaczyć posta hasztagiem **#MocniejsiRazem** oraz dodać linku do strony [www.dkms.pl/mocniejsi-razem](http://www.dkms.pl/mocniejsi-razem)

Zainspiruj innych do włączenia się w akcję!

## Kilka wskazówek technicznych

Postaraj się, żeby bluza, bluzka czy koszula, którą masz na sobie, nie miała żadnych znaków towarowych – logotypów. Unikaj pasków, kratki

i koloru białego – kamera tego nie lubi! 😊

Stań na tle białej ściany albo na neutralnym tle bez wyraźnych wzorów, by nie odciągać uwagi od ważnych słów, które za chwilę wypowiesz.

Ustaw się pośrodku kadru - najdalej od pasa w górę, najbliżej – w portrecie.

Jeśli to możliwe, unieruchom telefon, żeby nie ruszał się podczas nagrania.

Bardzo ważna kwestia: nagrywaj w poziomie.

Podczas nagrania patrz w kamerę telefonu – dzięki temu widzowie będą widzieli, że mówisz do nich.

Tekst możesz nagrywać fragmentami (2-3 linijki) – nie musisz zapamiętać wszystkiego.

Prześlij odbiorcom dobrą energię i szczery uśmiech – nagranie zobaczą osoby, które czekają na Twoje wsparcie! Dzięki Tobie będą wiedzieli, że nie są sami w walce z chorobą

I na koniec, pamiętaj o odpowiednim formacie wideo: quicktime lub mp4 w poziomie, full HD

A teraz – kamera I akcja! 😊

## Propozycja tekstu

A gdybyś mógł podarować komuś... życie...

A gdybyś mogła podarować komuś... życie...

Jesteśmy kompletnie różni, a możemy być do siebie podobni.

Bliźniaczo podobni.

I to podobieństwo może uratować komuś życie.

To takie proste, to nie boli, to ważne.

Wystarczy kilka kroków, by dać szansę na życie chorym potrzebującym przeszczepienia szpiku.

Więc tak jak ja pokaż, że jesteś i zarejestruj się jako dawca szpiku już dziś.

