

GUIDE POUR LA PLATEFORME VIDÉO INSPIRING GIRL



www.videohub.inspiring-girls.com

Pour commencer :

Tout d'abord, un grand merci d'avance pour votre participation. Et ne vous inquiétez pas, vous n'avez pas besoin d'être Spielberg pour filmer une vidéo pour nous. Vous avez juste besoin de votre téléphone, d'un endroit calme et d'un peu de temps pour réfléchir. Notre objectif est de renforcer la confiance des filles âgées de 10 à 15 ans dans le monde entier et de les inciter à en apprendre davantage sur les différentes possibilités de carrière grâce à des vidéos comme la vôtre. Pour vous aider à démarrer, nous avons mis au point un guide ci-dessous. Nous vous conseillons de prendre un peu de temps pour préparer vos réponses avant de commencer à filmer (ne vous inquiétez pas s'il vous faut quelques prises pour vous mettre dans le bain).

Comment structurer votre discours :



Présentez-vous :

Commencez par nous dire votre nom, votre fonction actuelle et votre secteur d'activité



Choisissez vos questions :

Choisissez 1 ou 2 questions dans chaque bloc, ou utilisez-les comme inspiration



Pour plus de clarté, commencez vos réponses par une phrase d'introduction, par exemple - vous pourriez dire, "La meilleure partie de mon travail est qu'il n'y a pas deux jours identiques."

BLOCK 1

Que faites-vous ?

- Décrivez une journée type dans votre travail.
- Quelle est la meilleure partie de votre travail ?
- Avez-vous toujours voulu avoir le poste que vous occupez aujourd'hui ?

BLOCK 2

Comment en êtes-vous arrivé à ce point dans votre carrière ?

- Quel a été votre premier emploi et qu'en avez-vous tiré comme leçon ?
- Y a-t-il une personne qui vous a inspiré pour devenir ce que vous êtes ?
- Racontez-nous un moment clé de votre parcours professionnel.
- Quelle a été votre plus grande réussite professionnelle ?

BLOCK 3

Quels conseils donneriez-vous aux jeunes filles ?

- Comment avez-vous développé votre confiance en vous ?
- Avez-vous fait face à des "non" dans votre carrière ? Que vous ont-ils appris ?
- Quel est le meilleur conseil qu'on vous ait jamais donné ?
- Quels sont les trois traits de caractère les plus importants qui vous ont permis d'arriver là où vous êtes aujourd'hui ?

Conseils pratiques pour vous filmer :

- Nous vous recommandons de filmer votre exposé en continu pendant environ 2 à 3 minutes.
- Veuillez placer ou tenir votre appareil horizontalement pour filmer en paysage et à la ligne de vos yeux.
- Trouvez un endroit bien éclairé (la lumière du jour est la meilleure), calme et sans musique.
- Vérifiez le fond de la vidéo et retirez tout ce qui contient des informations personnelles que vous ne souhaitez pas partager publiquement.
- Rien ne presse, prenez votre temps pour exprimer clairement vos idées.
- Parlez dans l'objectif du téléphone. C'est bien d'utiliser des messages écrits, mais essayez de les garder hors caméra et dans votre champ de vision, pour éviter de trop regarder vers le bas.
- Faites-vous aider ! Filmer avec un ami est beaucoup plus facile - non seulement il peut agir comme un trépied humain, mais vous pouvez aussi vous sentir plus à l'aise en dirigeant votre conversation vers un visage amical.
- Vérifiez votre vidéo pour vous assurer que la qualité du son est claire. Une fois que vous êtes satisfait, [cliquez ici pour la télécharger](#).

Pour Finir ...

Amusez-vous et soyez vous-même ! Quelles que soient les questions auxquelles vous répondez, quelle que soit la façon dont vous y répondez, votre histoire est importante. Partagez-la !

Pour consulter les conditions générales complètes, [cliquez ici](#)

Suivez-vous sur nos réseaux sociaux !

