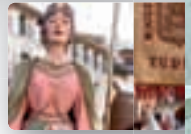
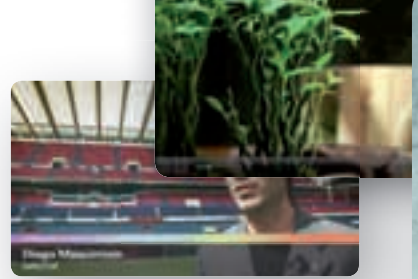


# CUENTA TU HISTORIA EN TVCAN



**Si quieres dar visibilidad a tus proyectos, en tv.can.es te explicamos cómo hacer y subir tus propios vídeos a la red en cuatro sencillos pasos.**

“Quiero agradecer en nombre del Centro Hospitalario Monkole el apoyo de los más de 3.000 clientes de Caja Navarra que han elegido este proyecto, una ampliación de las instalaciones del hospital de referencia en Kinshasa (capital de la República Democrática del Congo) que tiene previsto abrir sus puertas a finales de este año con 150 nuevas camas”. Es el mensaje que lanza la Organización navarra para la ayuda entre los pueblos (Onay) mientras muestran imágenes de su proyecto a la comunidad de la Banca Cívica en un vídeo cocinado y servido por ellos mismos. En Tarifa, Cádiz, el Colectivo Ornitológico Cigüeña Negra

(una oenegé que ha impulsado el primer centro de voluntariado ambiental de Andalucía), también ha creado y subido su vídeo a TvCan; en él narra cómo una pareja de extranjeros entrega un gavián herido en sus alas y el esfuerzo que se realiza para salvarlo.

**Tú también puedes dirigir y colgar tu historia** en este nuevo canal de televisión de Caja Navarra. ¿Cómo? Entra en <http://tv.can.es> y pincha en ‘Haz o sube tu vídeo’. Ahí encontrarás cuatro pasos: la idea, el proceso, la sal y sube tu vídeo. En cada uno de ellos, unos sencillos tutoriales te ayudarán a grabar, editar y subir a la red tu pieza audiovisual. Si necesitas música, puedes descargarla directamente de manera legal desde la ‘librería’ de TvCan; si tienes



## 6.000 euros para el mejor vídeo social

cámara web, puedes grabar tu mensaje y hacer tu vídeo sin moverte del ordenador. Aprenderás principios, reglas y normas, pero podrás participar y contar tu historia como quieras.

**Por si te pica la curiosidad, ahí van unos pequeños trucos** o consejos que pueden serte útiles: escribe en una lista el tema del vídeo, la duración, el lugar donde se grabará y el público al que irá dirigido; si haces entrevistas, prepara con antelación las preguntas y presenta a los protagonistas; sujeta bien la cámara y mantenla en una posición estable; aprovecha los puntos de luz y no mezcles sol y sombra; intenta grabar en una zona tranquila, mantenerte cerca de la fuente de sonido y si puedes, usa un micrófono externo para ganar en calidad de audio; y sobre todo, ten orden a la hora de planificar, rodar y montar. Si necesitas más consejos, ayuda, resolver dudas o quieres solucionar algún problema técnico puedes escribir un correo electrónico a esta dirección [tvcan@cajanavarra.es](mailto:tvcan@cajanavarra.es). ¡Así de fácil! ✘

“Cuéntanos tu proyecto social y cómo te ayuda la Banca Cívica a llevarlo a cabo”. Ése es el lema del primer concurso de vídeos organizado por el canal de televisión de Caja Navarra. Los vídeos que se presenten tienen que ser originales e inéditos, de una duración no superior a tres minutos, y su contenido debe referirse a un proyecto social relacionado con la iniciativa ‘Tú eliges: tú decides’.

Las piezas audiovisuales podrán presentarse hasta el **18 de junio a las 12 del mediodía a través de tv.can.es**. Un jurado de Caja Navarra elegirá 20 finalistas basándose en la

originalidad, calidad técnica y la transmisión de valores de la Banca Cívica.

Esos veinte vídeos se colgarán en la red social Facebook para que sean los ciudadanos quienes elijan a su favorito.

**El vídeo ganador se llevará una cámara de vídeo Flip Mino HD para el concursante y 6.000 euros para la entidad a la que representa.** Quienes queden en segunda, tercera, cuarta y quinta posición también recibirán una Flip Mino HD.

