



**Representante
dos empregados no
Conselho de Administração**

Vídeo do Candidato(a)

Sugestões para gravação





Representante dos empregados no Conselho de Administração

1. Elabore um roteiro

A concisão é uma regra fundamental para a gravação de vídeos.

Construa um roteiro com as mensagens-chave que você quer transmitir para o espectador. Seja claro e objetivo em sua exposição.

Lembre-se do papel do conselheiro e do Conselho de Administração, e defenda suas propostas considerando as atribuições do cargo.

No seu texto, evite vícios de linguagem. Palavras e expressões repetitivas são ruins para a comunicação. Evite expressões clichês, e busque usar uma linguagem clara e direta.





**Representante
dos empregados no
Conselho de Administração**

2. Ensaie e cronometre

Você terá 1 minuto para passar sua mensagem. Ensaie e cronometre o tempo do seu texto.

O ensaio é importante para que você ganhe confiança, verifique sua postura e treine a dinâmica da sua fala. Se possível, grave e assista a sua apresentação para verificar possíveis pontos de melhoria.

Utilizar o teleprompter também é uma possibilidade, desde que o texto esteja bem ensaiado e você consiga lê-lo com naturalidade.





Representante dos empregados no Conselho de Administração

3. Programe a sua vestimenta

Evite roupas listradas, quadriculadas ou estampadas. Opte por cores únicas e mais neutras.

Para as mulheres, recomenda-se moderação nos adereços e na maquiagem e que se evite decotes exagerados.

Lembre-se que o visual também reflete a sua essência. Seja autêntico.





Representante dos empregados no Conselho de Administração

4. Fale com calma

Fale com calma e de forma clara. Isso te ajudará se o vídeo precisar ser editado.

Fique atento à entonação e volume da voz.

Demonstre segurança. Ensaie o que vai dizer.





Representante dos empregados no Conselho de Administração

5. Postura

Haja naturalmente:

- Mantenha a postura ereta, sem ser dura.
- Gesticule moderadamente.
- Evite colocar as mãos nos bolsos ou nas costas.

Luz, câmera, ação.

Chegou a hora de gravar, boa sorte!



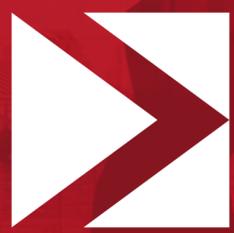


**Representante
dos empregados no
Conselho de Administração**

6. Fatores de recusa que devem ser considerados

A Comissão Eleitoral acompanhará a gravação dos vídeos com intuito de avaliar os conteúdos considerando o Regulamento para eleição e demais normas vinculadas. Com isso, podem ser motivos para recusa dos conteúdos:

1. A divulgação de informações falsas no vídeo;
2. Ofensas, injúrias e difamações, seja direcionado à Prodemge, aos demais candidatos, ou quaisquer pessoas ligadas à Prodemge;
3. A divulgação de informação que deve ser tratada de forma sigilosa ou reservada;
4. A divulgação de informação privilegiada;
5. Apresentar-se no vídeo com vestimentas inadequadas ao ambiente de trabalho;
6. Apresentar promessas incompatíveis com as atribuições do cargo de Conselheiro que atua como representante dos empregados.



prodemge