

WORLD
EVIDENCE-BASED
HEALTHCARE DAY
20 OCTOBER
ebhc



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ, ОСНОВАННОГО НА ДОКАЗАТЕЛЬСТВАХ (ЗОД)

Рекомендации по
ведению **VLOG**

ЗДОРОВЬЕ И НЕ ТОЛЬКО: ОТ ДОКАЗАТЕЛЬСТВ К ДЕЙСТВИЯМ

Мы приглашаем вас [рассказать свою историю](#) о *Здоровье и Не только: От доказательств к действию* " с помощью короткого видеоролика (1-3 минуты), который будет опубликован на [YouTube-канале Всемирного дня ЗОД - Здравоохранения, основанного на доказательствах](#) YouTube-канале, [на веб-сайте](#) и в социальных сетях. Влоги должны соответствовать Правилам ведения влогов, изложенным ниже. Вопросы приведены только в качестве руководства, вы можете представить любую историю, связанную с одним или несколькими из трех столпов или общей темой.

Пожалуйста, обратите внимание: Ваш видеоролик может быть представлен на любом языке.

Если вы хотите получить помощь в съёмке видеоролика, например, провести Зум-встречу с одним из членов руководящего комитета Всемирного дня ЗОД в вашем регионе, пожалуйста, свяжитесь с info@worlderbhcdav.org.

Истории убедительны, личны (персонализированы) и очеловечивают наш опыт. Мы будем рады услышать ваши рассказы на тему *Здоровье и не только: От доказательств к действию* или один из перечисленных ниже столпов, особенно истории людей с пережитым опытом. Более подробную информацию о теме кампании можно найти на [сайте Всемирного дня ЗОД](#).

Пожалуйста, поделитесь историей о том, когда или как:

Столп 1: Межсекторальные действия в интересах здоровья

- a. Доказательства были использованы для стимулирования эффективных межсекторальных действий.
- b. Несколько секторов могут или должны работать вместе для решения проблем здоровья
- c. Вы сталкивались с трудностями в работе между секторами, а также примеры или идеи, как их преодолеть
- d. Когда межсекторальные усилия не сработали так, как планировалось, и что удалось узнать?

Столп 2: Новые и старые технологии и коммуникационные инновации

- d. Использование социальных сетей для продвижения надёжной достоверной информации о здоровье и борьбы с дезинформацией
- e. Системы знаний коренных народов были интегрированы в инновации в области цифрового здравоохранения и/или улучшены
- f. Творческие пути обеспечения прозрачности и достоверности медицинской информации с использованием новых технологий
- g. ИИ или машинное обучение позволили улучшить политику, практику или результаты/исходы в области здравоохранения и не только, ИЛИ там, где ИИ мог потерпеть неудачу

Столп 3: Переосмысление людей, политики и власти

- h. Инновационные подходы, которые вы использовали для вовлечения политиков в цикл доказательств
- i. Участие общественности в разработке политики в области здравоохранения привело к позитивным изменениям в вашем сообществе
- j. Вы принимали участие в усилиях по деколонизации исследований в области здравоохранения и их влиянии на результаты/исходы или процессы
- k. Уникальный(е) способ(ы), с помощью которого(ых) вы решаете проблему асимметрии власти в исследованиях или политике в здравоохранении
- l. Вы вовлекали граждан в совместную разработку доказательств и вмешательств (в сфере: здоровье и не только)

для вдохновения, как поделиться своей историей с помощью видеоролика, пожалуйста, [кликните здесь](#).

Рекомендации по ведению Влога (Vlog)

- Видеоролики должны быть продолжительностью 1 - 3 минуты (видео продолжительностью более трех (3) минут не будут приняты)
- Видеоролики должны быть сняты в **альбомном** (16:9), **а не** в портретном или квадратном формате
- Допускается один из следующих форматов: .mov, .mpg, .avi или .mp4 (предпочтительнее .mp4)
- HD: минимум = 1280p x 720p; максимум = 1920p x 1080p
- Руководство по проведению съемок в домашних условиях см. в Приложении 1



Процесс представления влога (vLog) - видеоролика

- [Отправьте Влог](#) до воскресенья 13^{го} октября 2024
- Подтверждение о подаче заявки будет выслана на зарегистрированный адрес электронной почты
- Комитет по проведению Всемирного дня ЗОД рассмотрит вашу заявку в течение 7 рабочих дней и сообщит вам о результатах.
- Если ваш Влог будет принят, вы получите уведомление о том, что он опубликован на YouTube и на сайте Всемирного дня ЗОД.

СТАТЬ ПРОВОДНИКОМ ДОКАЗАТЕЛЬСТВ

Успешно опубликовав влог, вы получаете право стать проводником доказательств Всемирного дня ЗОД- [узнать больше](#).

По всем вопросам обращайтесь по электронной почте info@worlddebhcday.org

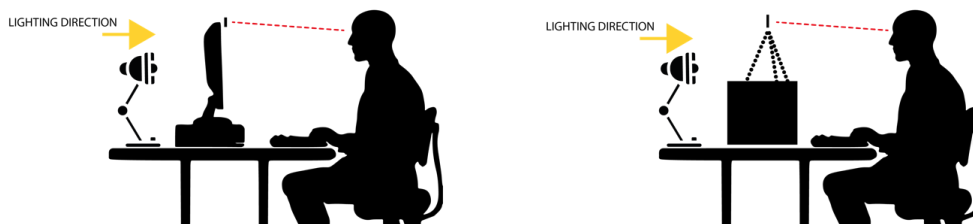
ПРИЛОЖЕНИЕ 1: СЪЁМКА В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Камера

Вы можете использовать веб-камеру с компьютера, смартфона, фотоаппарата или видеокамеры, если она у вас есть. Если подготовиться к съёмке, используя приведённые ниже рекомендации, то все эти камеры могут обеспечить хорошее качество результатов. Качество веб-камер обычно намного ниже, чем у смартфонов, поэтому, если у вас есть возможность, используйте **камеру заднего вида** на смартфоне (качество передней камеры экрана также ниже).

Освещение

Если вы можете снимать при естественном освещении из окна, расположите компьютер/камеру/телефон так, чтобы оказаться лицом к окну. Не допускайте, чтобы позади Вас находился оконный свет или любой другой источник света, так как это может сделать лицо слишком темным. Верхний свет лучше, чем никакого, однако такое освещение не всегда оптимально и иногда может оставлять тени на лице. Лучшее решение - установить одну или две лампы по обе стороны от компьютера/камеры/телефона, светящие в сторону лица, чтобы обеспечить мягкий, равномерный свет.



Аудиозапись

Перед началом съемки проверьте качество звука. Постарайтесь найти тихую комнату, избегайте кондиционеров и любого другого шума внешних источников, например, движения транспорта, лифтов, хлопанья дверей, разговоров людей и т.д.

Только пейзажное видео

Компьютерные мониторы, телевизоры, даже веб-сайты - все они имеют дисплеи альбомной ориентации.

Пожалуйста, поверните телефон на бок и снимайте видео в альбомной (горизонтальной) ориентации - никогда не снимайте в портретной (вертикальной) ориентации.



Если есть возможность, используйте штатив

Использование штатива для стабилизации отснятого материала имеет решающее значение для создания профессионального видео. Если у вас нет штатива, используйте книги, чтобы держать камеру устойчиво.

Поднимите камеру на уровень глаз

Старайтесь не снимать себя, глядя вниз. Решение заключается в том, чтобы поднять камеру на уровень глаз или даже чуть выше. Попробуйте положить несколько книг под ноутбук/телефон/камеру или опустить стул.

Упрощение фона

Сохраняйте фон как можно более простым и незагромождённым. Выберите чистую, светлую стену. Приведите в порядок книжные полки или стены, чтобы они не отвлекали внимание. Закройте все двери, которые могут находиться на заднем плане.

Помните

- Всегда снимать в альбомном (горизонтальном) режиме
- Убедитесь, что фон не загромождён
- Поднимите камеру на уровень глаз или чуть выше
- Убедитесь, что на лицо (ни в коем случае не за спину) падает хороший источник света (естественный или лампа)
- Протестируйте звук, найдите тихое место без кондиционера, уличного шума и т.д.
- Если есть возможность, используйте камеру заднего вида на смартфоне
- По возможности используйте штатив или прикрепите телефон/камеру к устойчивому предмету.