



Organizzazione delle Nazioni
Unite per l'Alimentazione
e l'Agricoltura



16 ottobre 2024

Giornata Mondiale dell'Alimentazione

Un invito speciale rivolto ai giovani!

Sei uno studente? Ti invitiamo a realizzare un breve video di 30 secondi, nel quale illustri il tuo concetto di diritto al CIBO. Nel video puoi parlare in prima persona e/o coinvolgere i tuoi compagni di classe: potrebbe essere pubblicato sul sito web della Giornata Mondiale dell'Alimentazione e durante l'assemblea del 17 ottobre, in occasione della [Giornata Mondiale dell'Alimentazione per i Giovani](#). L'iniziativa globale mira a sensibilizzare l'opinione pubblica sull'importanza dell'alimentazione diversificata, nutriente, alla portata di tutti, sicura e sostenibile, e a rimarcare che nei nostri campi, nelle reti da pesca, nei mercati e sulle nostre tavole dovrebbe essere disponibile una maggiore varietà di cibi nutrienti, affinché tutti possano trarne beneficio. Il termine per la partecipazione è il 13 settembre 2024

Alcune idee per il tuo video:

leggi il Libro di Attività [Il diritto al cibo](#) per approfondire l'argomento. Dopo averlo letto, potresti:

- spiegare cosa significa per te il diritto al CIBO - magari tu o un gruppetto di compagni di classe potreste dire una o due parole a testa
- illustrarci la tua pietanza o ricetta preferita e dirci cosa rappresenta per te
- lanciare una delle iniziative a favore del cibo suggerite nel nostro Libro di Attività e comunicarci come ti impegnerai a realizzarla.
- riprendere te stesso o la tua classe alle prese con i disegni per il Concorso Poster per la Giornata Mondiale dell'Alimentazione.

Desideriamo ricevere video di giovani mentre condividono le loro opinioni da un paese all'altro, creando un dialogo globale su cosa significhi "diritto al cibo per una vita e un futuro migliori" per loro, per la loro comunità e per il pianeta. È facilissimo!



#GiornataMondialeAlimentazione
#EroiDellaAlimentazione
fao.org/world-food-day



1. **Prendi spunto da questi consigli per il tuo video**
2. **Lingua** - parla nella tua lingua preferita. Per aiutarci a inserire i sottotitoli, ti invitiamo a fornirci il testo del video.
3. **Chiedi a un amico di registrare un video di 20-30 secondi (ripresa orizzontale)** - dai uno sguardo ai nostri suggerimenti qui di seguito.
4. **Carica il video** su Google Drive / Dropbox / WeTransfer. **Ti preghiamo di non condividerlo su WhatsApp o via e-mail perché la qualità delle immagini ne risentirebbe.**
5. **Fai firmare la liberatoria a un adulto** e inviala all'indirizzo world-food-day@fao.org indicando il link del video, il tuo nome e il tuo paese di origine

Non dimenticare la liberatoria e di inviare tutto entro il 13 settembre 2024!

Fai del tuo video un capolavoro seguendo questi semplici consigli su come realizzare riprese di qualità professionale con il tuo smartphone.

Location - puoi registrare il video dove preferisci ma, se puoi, trova uno spazio verde da usare come sfondo, per esempio un bel parco, una masseria, un orto scolastico o un giardino.

Illuminazione - evita le ombre eccessive sui volti posizionandoti in modo che il sole sia dietro alla fotocamera. L'ideale sarebbe effettuare le riprese durante le "golden hour" (la mattina presto o nel tardo pomeriggio), quando la luce naturale è "soft" e gradevole.

Stabilità - mantieni il telefono stabile e non scuoterlo! Se non disponi di un treppiede, prova a poggiare il telefono su una superficie solida oppure [realizzalo in un attimo con un bicchiere di carta!](#)

Se usi il telefono per le riprese...



Composizione - assicurati che il telefono sia in orizzontale (modalità paesaggio) per ottenere un'inquadratura più ampia.

Cerca di mantenere gli occhi degli studenti all'altezza della parte superiore dell'inquadratura: seguire [la regola dei terzi](#) tornerà molto utile.

Frequenza dei fotogrammi e risoluzione - Imposta il video del tuo telefono sulla frequenza fotogrammi più alta possibile (per esempio **50fps, 60fps o superiore, se disponibile**). In questo modo i movimenti risulteranno più fluidi, con una migliore qualità del video. Se il tuo cellulare può riprendere ad alta risoluzione, impostalo sulla qualità **4K**, se disponibile.

Se per le riprese usi una telecamera professionale...

- **Esposizione e bilanciamento del bianco** - regola le impostazioni della fotocamera per ottenere l'esposizione e il bilanciamento del bianco corretti. Cerca un'esposizione bilanciata, né troppo luminosa né troppo scura. Imposta il bilanciamento del bianco secondo le condizioni di illuminazione per ottenere colori precisi.
- **Ripresa in LOG (Opzionale)** - se la tua fotocamera è dotata di profilo LOG, questa è la modalità consigliata. Il LOG cattura una gamma dinamica più ampia, che consente maggiore flessibilità nella gradazione del colore nella fase di post-produzione.

Fai alcune prove - invita gli studenti a provare movimenti ed espressioni prima di riprendere: li aiuterà a sentirsi più sicuri e a loro agio davanti alla telecamera.

Riprese multiple - fai più riprese per assicurarti di avere materiale sufficiente da scegliere durante la fase di montaggio.

Tempo e durata - mantieni il segmento video breve e dinamico, circa 20-30 secondi. Mostrati entusiasta e pieno di energia

Invio - Il video originale deve essere caricato su Google Drive / Dropbox / WeTransfer. Se invii il video via WhatsApp o e-mail, la qualità ne risentirà notevolmente e le riprese non saranno utilizzabili. Inviaci un'e-mail con il link alla tua domanda d'iscrizione e la liberatoria firmata da un adulto o da un tutore. Se hai domande, invia un'e-mail all'indirizzo world-food-day@fao.org

La scadenza per l'invio dei filmati è il 13 settembre 2024



Organizzazione delle Nazioni
Unite per l'Alimentazione
e l'Agricoltura



16 ottobre 2024

**Giornata Mondiale
dell'Alimentazione**

Non dimenticare che non potremo utilizzare il tuo video se non invii la liberatoria firmata da un adulto!



#GiornataMondialeAlimentazione
#EroiDellaAlimentazione
fao.org/world-food-day