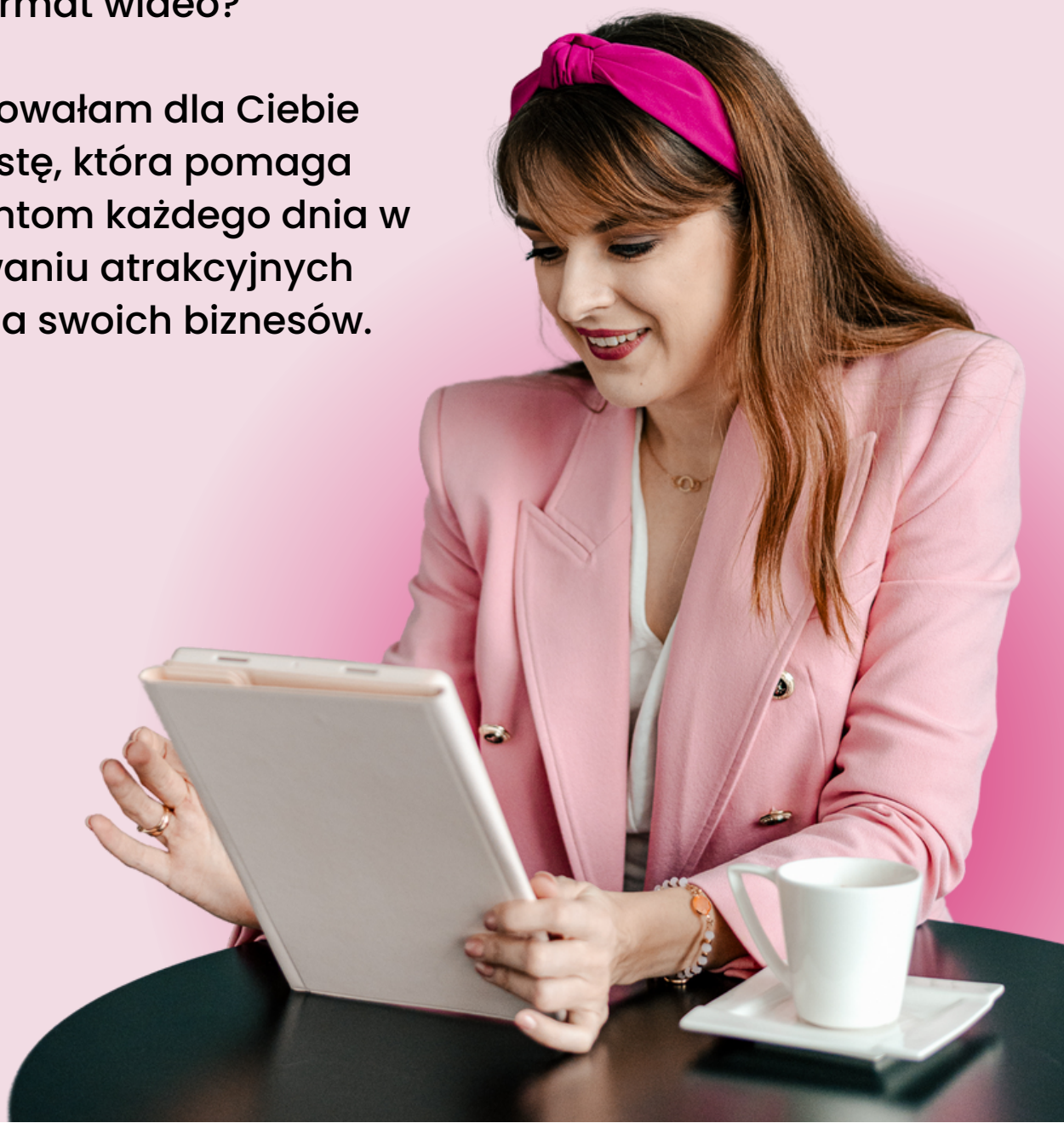


# CHECKLISTA

## "Przed nagrywaniem reels"

Potrzebujesz wsparcia w budowaniu swojej marki, zasięgów i sprzedaży przez format wideo?

Przygotowałam dla Ciebie checklistę, która pomaga moim klientom każdego dnia w nagrywaniu atrakcyjnych wideo dla swoich biznesów.



## CHECKLISTA przed nagrywaniem reels

Przygotuj bank pomysłów na rolki – zapisz sobie wcześniej inspirację oraz muzykę do której będziesz nagrywała.

Wybierz stylizację podkreślającą Twoją profesję, markę lub zgodną z Twoją identyfikacją wizualną. Zadbaj o wizerunek makijaż i fryzurę.

Wyłącz rozpraszacze dźwięku (pralkę, zmywarkę, mikrofalówkę, telewizor)

Wytrzyj czystą bawełnianą szmatką aparat, którego używasz. Polecam używać tego z tyłu, zazwyczaj ma lepszą jakość.

Ustabilizuj telefon – trzymanie w ręku powoduje drganie i jakość wideo jest gorsza. Możesz użyć statywu lub oprzeć o coś telefon.

Ustaw światło. Stań na wprost okna w pochmurny dzień lub ustaw sztuczne źródło światła o barwie neutralnej 5500V

Zrób próbę. Zobacz jak wyglądasz na wideo. Sprawdź czy Twoja stylizacja, makijaż lub fryzura wygląda dobrze.

Zrób próbę. Sprawdź czy tło za Tobą jest atrakcyjne, zgodne z Twoją marką, kolorami. Zwróć uwagę czy nie ma zbędnych rzeczy np. kosz na śmieci.

Zrób próbę. Sprawdź czy na nagraniu jest miejsce na napisy (jeśli planujesz je dodać).



**Jako autorka tej checklisty zostawię o sobie kilka słów :)**

Więcej możesz przeczytać także w dedykowanym poście na Instagramie "poznamy się". Zostaw pod nim komentarz chętnie Cię poznam i odwiedzę Twój profil.

**przechodzę do posta**  
**poznamy się!**



**Patrycja Burzawa-Toczony**

**kreatorka atrakcyjnych marek osobistych online**

marketing | wizerunek | marka osobista | wideo dla biznesu



@stylowastronabiznesu

Pomagam kobietom w budowaniu  
Atrakcyjnych Marek Osobistych w sieci.

Od 5 lat zajmuję się wizerunkiem kobiet,  
od 7 lat marketingiem bezpośrednim.  
Już 2 lata działam w przestrzeni online i  
pomagam moim klientkom stać się  
bardziej widocznymi i  
charakterystycznymi markami.  
Mocny nacisk kładę na strategiczne  
działania i rozwój marki z wideo.

W projekcie Stylowa Strona Biznesu  
łączę marketing i pracę nad  
wizerunkiem. Wspieram rozwój  
przedsiębiorczych kobiet w sieci  
i uczę jak przyciągać uwagę klientów  
każdego dnia.



[stylowastronabiznesu](#)