



PARTICIPA CON TUS VIDEOS EN LA CAMPAÑA “YO TAMBIÉN ESTOY CONTRA EL ESTIGMA”



Basta con la cámara de tu móvil.

Envíanos tu grabación y nosotros la editamos, añadimos la música de la campaña y la publicamos en nuestra página web: www.proyechoamberlin.org En este enlace encontrarás muchas razones para unirse contra el estigma asociado a los Trastornos Mentales.

Informa a tus amigos, compañeros, familiares... y grábalos. Aquí tenéis algunos ejemplos:





Os pedimos mensajes directos y breves. Mensajes como:

- “Porque *todos tenemos derecho a una vida digna y con oportunidades...* YO TAMBIÉN ESTOY CONTRA EL ESTIGMA”
- “En mi ciudad, necesitamos más centros de rehabilitación para estas personas. YO TAMBIEN ESTOY CONTRA EL ESTIGMA.
- “¡YO TAMBIÉN ESTOY CONTRA EL ESTIGMA!”
- “Yo he sentido los efectos del prejuicio. Tengo muchas razones para luchar contra la discriminación. ¡YO TAMBIÉN ESTOY CONTRA EL ESTIGMA!”

En este enlace encontraréis otros ejemplos.

Junto al vídeo, indícanos en archivo adjunto o en el cuerpo de texto del mail, el nombre y apellido de las personas que aparecen en tu grabación, y el nombre de la ciudad. Si nos envías una grabación desde fuera de España, incluye también el país de procedencia. También puedes incluir el nombre de asociación, centro, grupo, equipo, colegio, etc., al que pertenezcan las personas que se suman al movimiento contra el estigma.

Una vez que tengas listo el vídeo, puedes enviarlo por:

- **correo:** chamberlin@proyectochamberlin.org

- **twitter:** [@Chamberlin09](https://twitter.com/Chamberlin09)

- **Facebook:** www.facebook.com/contralestigma

- **youtube:** Cuélgalo y mándanos el enlace a tu video.