

Guia per a Marta – Xarxes Socials del Cor de Portbou

9 cantants · 3 instrumentistes · assaig cada dissabte a les 16:00 al Centre Cívic de Portbou.
Pensa en 3 moments: **abans** de l’assaig, **durant** l’assaig, **després** de l’assaig.

1. Inici ràpid (què fer cada setmana)

Dijous / Divendres

Recordatori d’assaig

- Publica un recordatori de l’assaig de dissabte a Facebook i Instagram.
- Afegeix lloc: Centre Cívic de Portbou.
- Convida gent nova a venir a escoltar o cantar.

Es pot fer des del mòbil en 5 minuts.

Dissabte 16:00-18:00

Fer fotos i vídeos

- 1 foto de grup o de l’ambient de l’assaig.
- 1 vídeo curt (10–30s) cantant o assajant.
- 1 foto “entre bastidors” (partitures, instruments, sala).

Tot amb el teu telèfon, sense editar gaire.

Diumenge / Dilluns

Resum de l’assaig

- Tria la millor foto o vídeo.
- Escriu un petit text explicant com va anar l’assaig.
- Posa etiquetes com #Portbou #CostaBrava #coro #coral.

Publica a Facebook i Instagram. Demana al grup que ho comparteixi.

2. Configuració inicial (una sola vegada)

2.1 Crear la pàgina de Facebook

- Obre l’app de Facebook al mòbil.
- Al menú, busca “Pàgines” i toca “Crear”.
- Nom de la pàgina: **Cor de Portbou** (o com preferiu).
- Categoria: “Músic/grup de música” o “Art i entreteniment”.
- Foto de perfil: foto del grup o un logotip senzill.
- Foto de portada: una foto del Centre Cívic o de Portbou.
- Descripció curta (la pots copiar d’aquí):

Cor de Portbou – Cor comunitari amb 9 cantants i 3 instrumentistes. Assagem cada dissabte a les 16:00 al Centre Cívic de Portbou. Obert a persones que vulguin cantar o escoltar música en directe al nostre poble.

2.2 Crear el compte d’Instagram

2.3 Repartiment de tasques

3. Rutina setmanal en detall

3.1 Dijous / Divendres – Recordatori

Objectiu: recordar l’assaig i convidar gent nova.

- Obre Facebook i ves a la pàgina del cor.
- Toca “Publica” i afegeix una foto (per exemple, d’un assaig anterior).
- Enganxa o adapta el text de “Plantilla 1 – Recordatori” (més avall).
- Afegeix la ubicació: “Portbou” o “Centre Cívic de Portbou”.

3.2 Dissabte – Durant l’assaig

Objectiu: crear material visual fàcil d’usar.

- Abans de començar, fes una foto de grup o de la sala amb el cor.
- A mig assaig, grava un vídeo curt (10–30 segons) d’una cançó.
- Cap al final, fes una foto “entre bastidors” (partitures, instruments, etc.).
- Comprova que les imatges han quedat clares; si cal repeteix-ne alguna.

3.3 Diumenge / Dilluns – Resum

Objectiu: ensenyar la vida del cor i convidar a sumar-se.

- Tria la millor foto o el millor vídeo de dissabte.
- Obre Facebook, ves a la pàgina i crea una nova publicació.
- Enganxa o adapta el text de “Plantilla 2 – Resum assaig”.

5. Publica i després fes el mateix a Instagram.	5. Guarda-ho tot en una carpeta d'àlbum al mòbil: “Cor Portbou”.	4. Publica també a Instagram amb el mateix contingut.
Opcional: comparteix el post a grups locals de Facebook (Portbou, Alt Empordà, etc.).	Pregunta una vegada al grup si tothom està d’acord en aparèixer a les fotos/vídeos.	5. Demana als 9 cantants i 3 instrumentistes que donin “m’agrada”, comentin i comparteixin.
		Com més interacció hi hagi del vostre propi grup, més gent veurà les publicacions.

4. Plantilles de text per copiar i enganxar

Pots copiar aquests textos directament des del mòbil i enganxar-los a Facebook i Instagram. Canvia el dia, la data o els detalls quan sigui necessari.

4.1 Plantilla 1 – Recordatori d’assaig (dijous o divendres)

CATALÀ Aquest dissabte a les 16:00 ens tornem a trobar al Centre Cívic de Portbou per assajar amb el nostre cor: 9 cantants i 3 instrumentistes que estimem la música en viu. Si t’agrada cantar o simplement vols escoltar-nos, vine a saludar-nos! Assaig obert i ambient familiar. Centre Cívic de Portbou #Portbou #CostaBrava #AltEmpordà #coro #coral CASTELLANO Este sábado a las 16:00 volvemos a reunirnos en el Centro Cívico de Portbou para ensayar con nuestro coro: 9 cantantes y 3 instrumentistas que amamos la música en directo. Si te gusta cantar o simplemente quieres escucharnos, ¡ven a saludarnos! Ensayo abierto y ambiente familiar. Centro Cívico de Portbou #Portbou #CostaBrava #AltEmpordà #coro #coral

4.2 Plantilla 2 – Resum de l’assaig (diumenge o dilluns)

CATALÀ Ahir vam omplir un cop més el Centre Cívic de Portbou de música Som 9 cantants i 3 instrumentistes preparant nous temes per compartir amb el poble. Vols formar part del cor o venir a escoltar-nos? Assagem cada dissabte a les 16:00 al Centre Cívic de Portbou. Escriu-nos un missatge! Portbou #Portbou #CostaBrava #AltEmpordà #coro #coral #músicaenviu CASTELLANO Ayer volvimos a llenar de música el Centro Cívico de Portbou Somos 9 cantantes y 3 instrumentistas preparando nuevos temas para compartir con el pueblo. ¿Quieres formar parte del coro o venir a escucharnos? Ensayamos todos los sábados a las 16:00 en el Centro Cívico de Portbou. ¡Escríbenos un mensaje! Portbou #Portbou #CostaBrava #AltEmpordà #coro #coral #músicaenvivo

4.3 Plantilla 3 – Presentar un membre (1 cop al mes)

CATALÀ Avui us presentem la [Nom], una de les veus del nostre cor de Portbou. La seva cançó preferida per cantar amb nosaltres és [Títol] i diu que el millor del cor és “compartir música amb els veïns i amigues del poble”. Vols cantar amb nosaltres? Assagem cada dissabte a les 16:00 al Centre Cívic de Portbou. CASTELLANO Hoy os presentamos a [Nombre], una de las voces de nuestro coro de Portbou. Su canción favorita para cantar con nosotros es [Título] y dice que lo mejor del coro es “compartir música con los vecinos y amigas del pueblo”. ¿Quieres cantar con nosotros? Ensayamos cada sábado a las 16:00 en el Centro Cívico de Portbou.

5. Trucs ràpids per al mòbil

- Guarda aquesta pàgina a “Afegeix a l’inici” del teu navegador per tenir-la com una app.
- Crea un àlbum al teu telèfon anomenat “Cor Portbou” per tenir totes les fotos juntes.
- Quan pengis un vídeo, és millor que sigui curt (10–30 segons) perquè es vegi fàcilment.
- Respon sempre que algú et deixi un comentari o t’escrigui un missatge privat.
- Si un dia tens poca energia, només fes 1 post a la setmana; la constància és més important que la perfecció.