

День Карьеры 2016

Почему ЗОЖ — не всегда хорош?

Как мотивировать людей
относиться к экспериментам со своим здоровьем
серьезнее?

Павел Шнейдер,
студент 3 курса
Реклама и связи с общественностью
Санкт-Петербургский государственный университет

Проблема



Все больше людей становятся приверженцами ЗОЖ. Но зачастую они идут в спортзал или соблюдают диету, не проконсультировавшись с врачом и не проработав стратегию, которая подойдет именно им. У каждого человека свои особенности. Правила ЗОЖ не универсальны.

Цели и задачи



Цель проекта: убедить общественность в необходимости консультации с врачом перед физическими нагрузками и диетами.

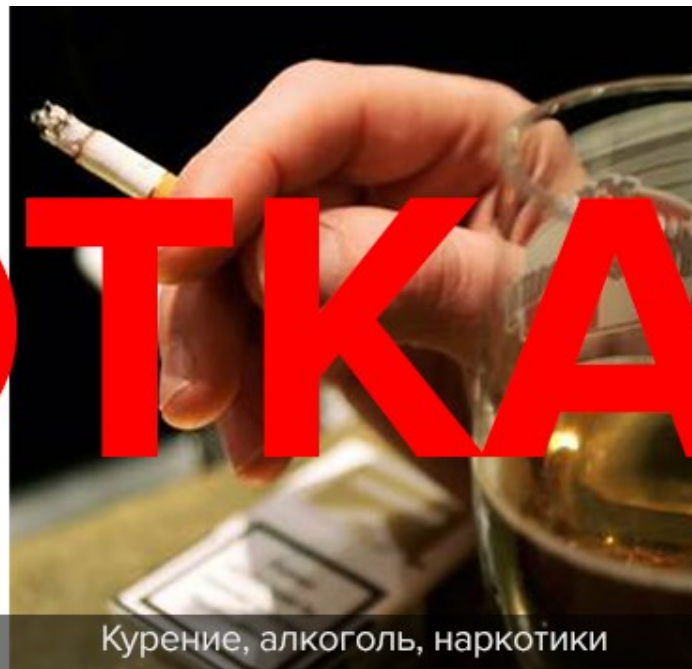
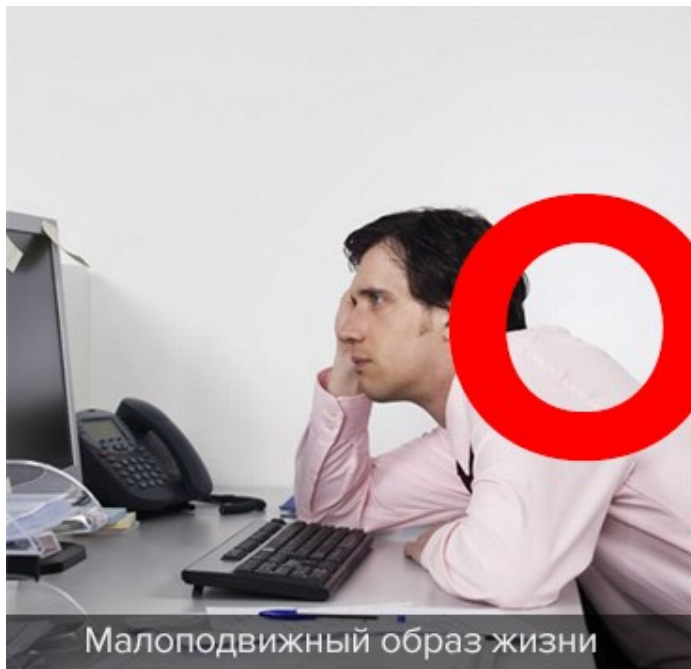
Задача проекта: мотивировать людей относиться к любым экспериментам со здоровьем более серьезно.

Месседж: Перед тем, как идти в спортзал, начинать питаться только белковой пищей или, наоборот, исключать из рациона мясо, покупать модные кроссовки для бега и мчаться в ближайший парк на пробежку и в холод, и в жару, сходите к врачу! Узнайте, что вам можно и чего нельзя.

Разберемся с понятиями



Что такое здоровый образ жизни?



Рекомендация врача не нужна

Чем еще является ЗОЖ?



ЗОЖ — это маркетинг? Серьезно?

Стремление быть похожим на рекламный образ:



- Растущая популярность фитнес-залов.
- Огромный ассортимент спортивного питания, добавок.
- Спортивная одежда, обувь, аксессуары, датчики движения.
- Популярность различных диет, возникновение новых.



Что требует больших физических усилий



Необходимы рекомендации врача

С какой аудиторией работаем?



1

ЗОЖ как отказ от ненужного, вредного, соблюдение правил гигиены — профилактика болезней и укрепление здоровья.

Без консультации с врачом.

2

Необходимость в ЗОЖ в случае серьезных проблем со здоровьем: ожирение, проблем с эндокринной системой, наследственной предрасположенности.

В таких случаях, **нет необходимости напоминать о походе к врачу.**

3

ЗОЖ как тренд. Включает в себя не только отказ от ненужного, но и серьезные занятия спортом, диету, стиль одежды, манеру поведения и пр.

Вердикт: нужна рекомендация врача!

С какой аудиторией работаем?

1

ЗОЖ как отказ от ненужного, вредного, соблюдение правил гигиены — профилактика болезней и укрепление здоровья.

Без консультации с врачом.

2

Необходимость в ЗОЖ в случае серьезных проблем со здоровьем: ожирение, проблем с эндокринной системой, наследственной предрасположенности.

В таких случаях, **нет необходимости напоминать о походе к врачу.**

3

ЗОЖ как тренд. Включает в себя не только отказ от ненужного, но и серьезные занятия спортом, диету, стиль одежды, манеры поведения и пр.

Вердикт: нужна рекомендация врача!

Законодательная инициатива



Предупреждающая этикетка

на упаковках со спортивным питанием

Имеются индивидуальные противопоказания.
Перед применением обратитесь к врачу.



Предупреждающая надпись

на рекламе спортивного питания

РЕЦЕПТ ПОБЕДЫ!

Гарантированно мышечной массы

КУПИ СВОЙ БЫСТРЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

- известные ведущие бренды
- 100% качество
- лучшие цены
- оригинал

ИМЕЮТСЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ

ИМЕЮТСЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ

Что плохого в спортивном питании?

- Спортивное питание можно употреблять только при **достаточных** нагрузках. Иначе проблемы – лишний вес, проблемы с почками и печенью.
- *«Три компании — Multipower, Vikonika Sports и Sponser — легально завозят в Россию спортивные добавки и сертифицируют их здесь. **Остальное – серый ввоз**», — директор ФГУП «Антидопинговый центр» Григорий Родченков.*
- **Непредсказуемая реакция организма** на химический состав спортивного питания.



Преимущества идеи

- ✔ В сообщении содержится призыв к действию.
- ✔ Напоминание о том, что спортивные добавки – это не панацея.
- ✔ PR для министерства здравоохранения — беспокойство о здоровье граждан Российской Федерации.
- ✔ Для потребителя этикетка – индикатор, по которому можно отличить сертифицированный товар.

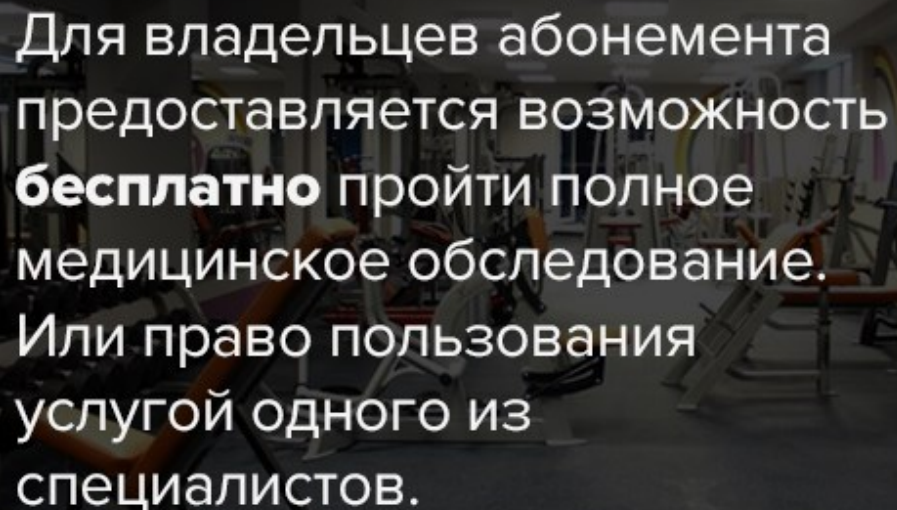
Партнерство



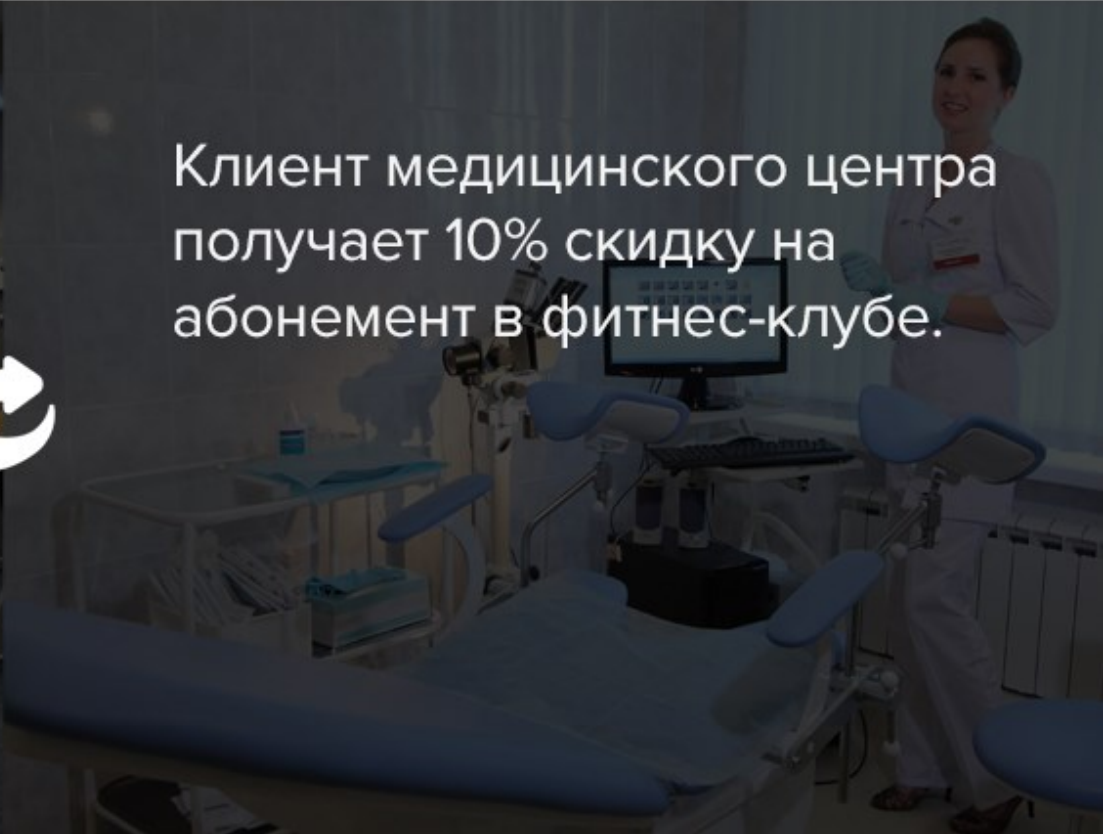
Фитнес-клуб + медицинский центр

Фитнес-клуб

Медицинский центр

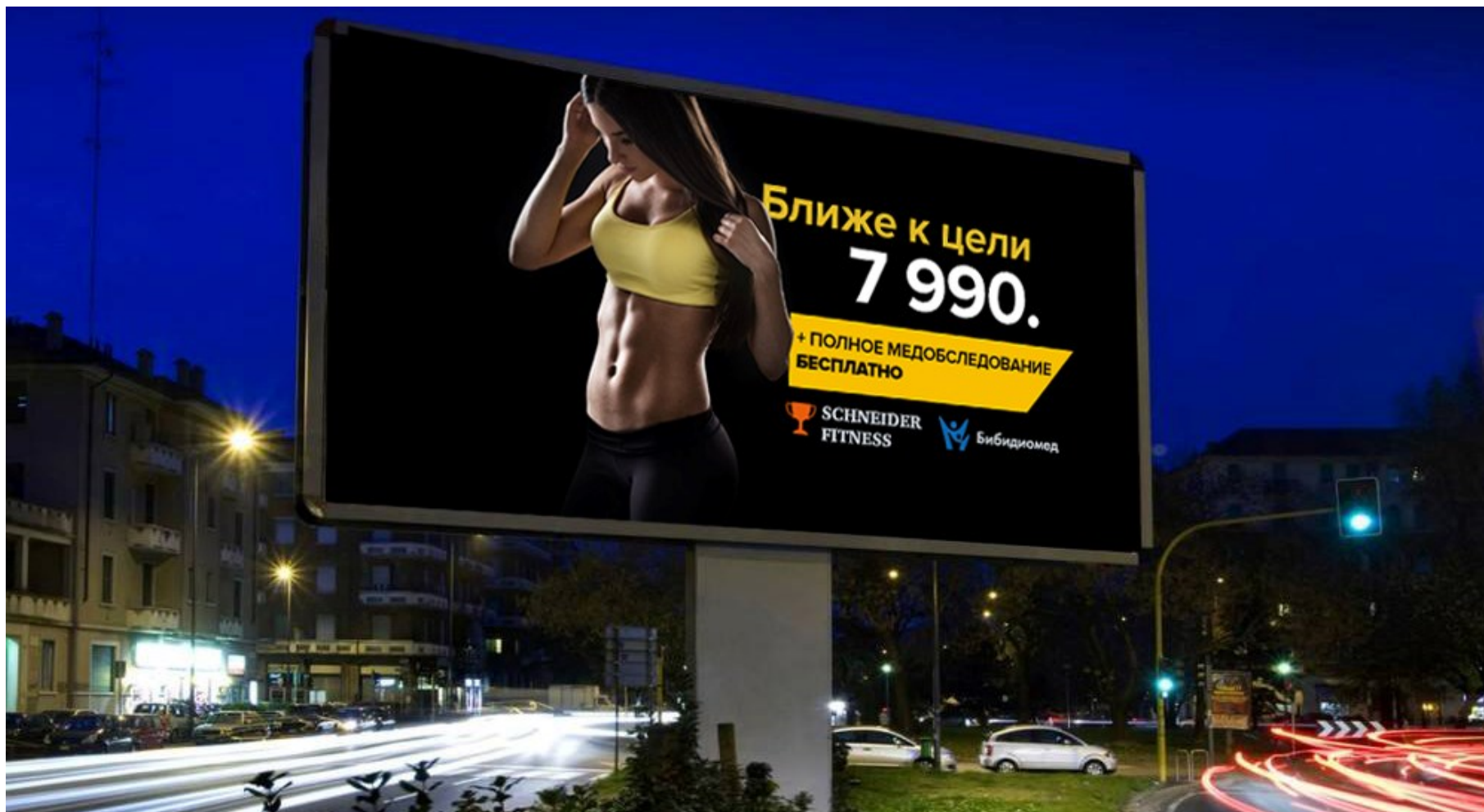


Для владельцев абонеента предоставляется возможность **бесплатно** пройти полное медицинское обследование. Или право пользования услугой одного из специалистов.

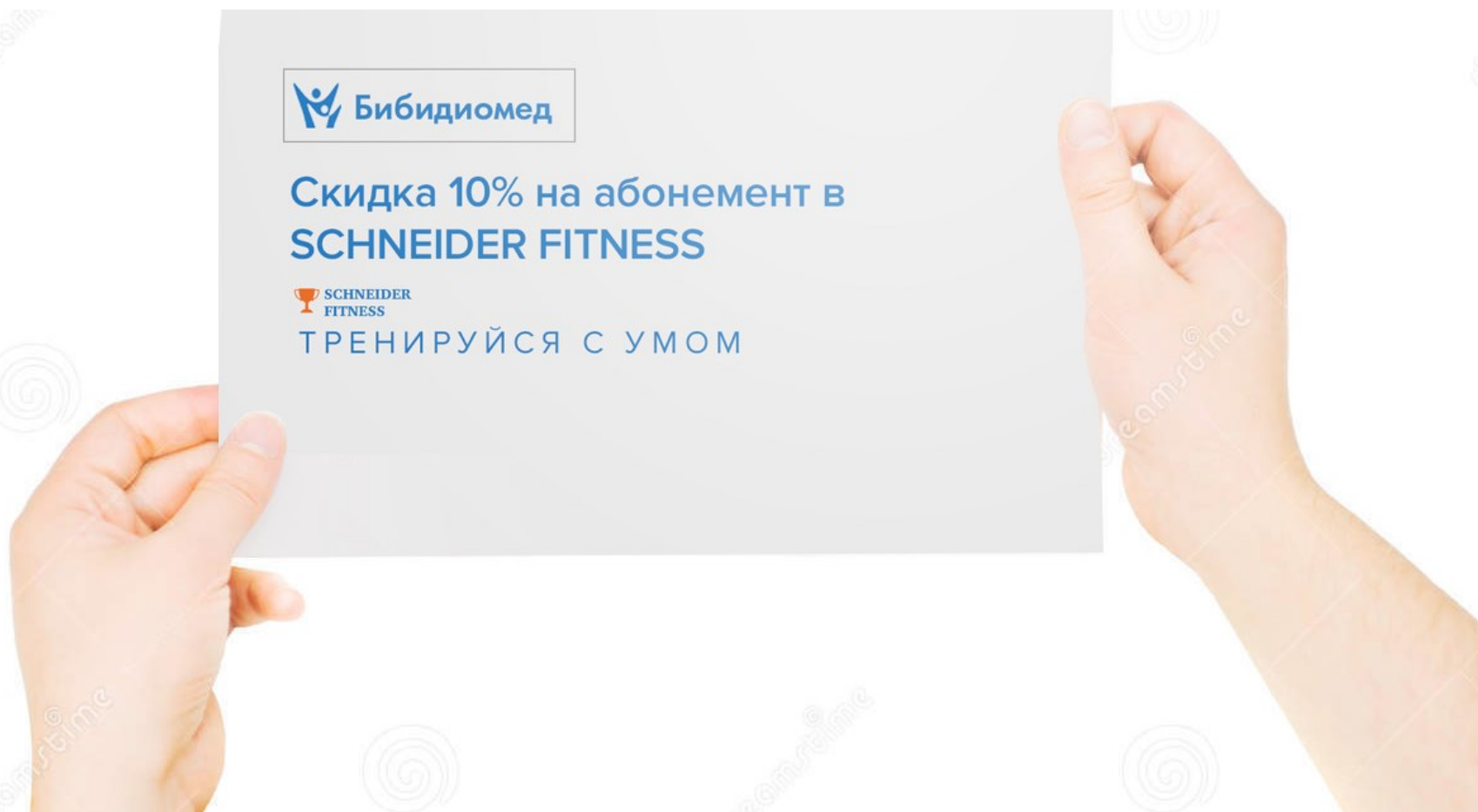


Клиент медицинского центра получает 10% скидку на абонемент в фитнес-клубе.

Реализация



Реализация



Преимущества идеи

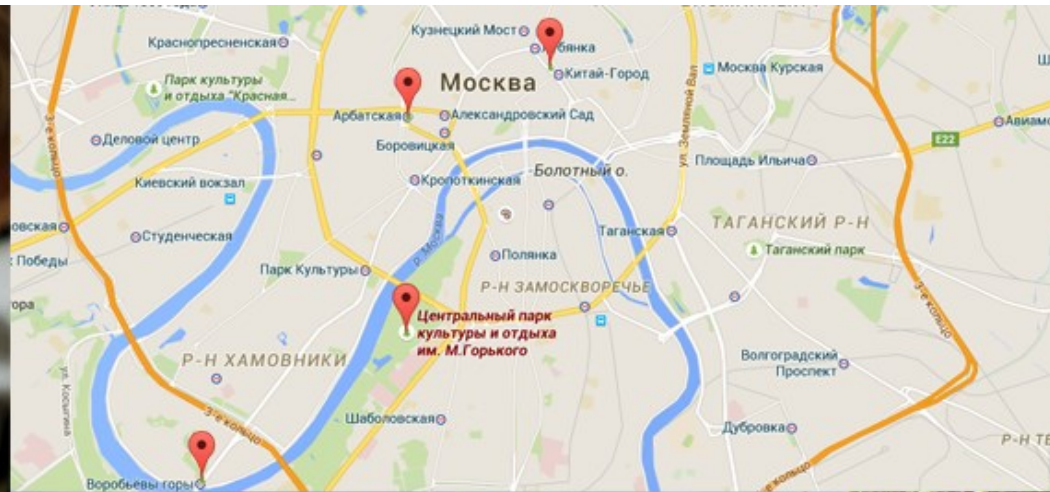
- ✔ Большинство фитнес-клубов имеют в своем штате медицинский персонал. Однако полное медицинское обследование затруднительно.
- ✔ Минимальные затраты на рекламу.
- ✔ Выгодное предложение для клиентов.
- ✔ Возможность сотрудничества сразу с несколькими организациями.

PR-акции



Медицинский шатер

21 июня — День медицинского работника



Медицинский шатер

Что делаем?

Повод: День медицинского работника.

Что делаем: Организуем медицинские шатры — места, где можно бесплатно пройти медицинское обследование в упрощенной форме (измерение роста/веса, давления, зрения и др.), а также получить советы от студентов-старшеклассников ведущих медицинских вузов Москвы. Каждому участнику организаторы советуют не экспериментировать со здоровьем и помнить, что не все правила ЗОЖ универсальны.

Место: Парк Горького, Воробьевы Горы, Старый Арбат и Красная Площадь.

Как принять участие: Обязательное условие — быть в спортивной форме.

Медицинский шатер

Бонус

Организация массового флэш-моба студентов-медиков Москвы в честь Дня медицинского работника.

Что делаем:

Праздник медиков – праздник здорового образа жизни.

- Утренняя зарядка в парках Москвы.
- Призыв граждан принять участие в бесплатном медицинском обследовании.
- Танцы и гуляния по центру Москвы в белых футболках с символикой медицинских университетов.



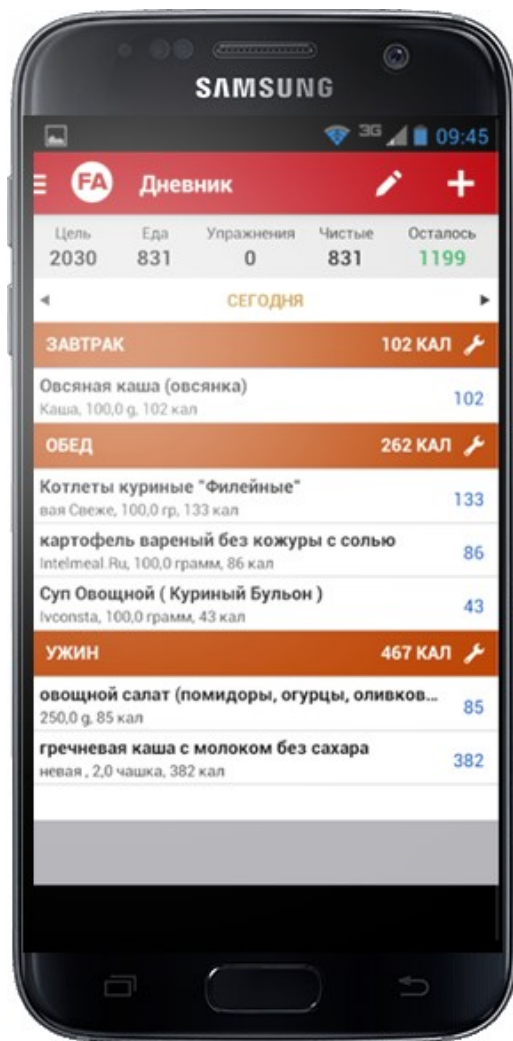
Преимущества идеи

- ✔ Массовость мероприятия;
- ✔ Значимый инфоповод;
- ✔ Низкие затраты на организацию мероприятия;
- ✔ Популяризация не только профессии врача, но и здорового образа жизни, в целом.

Digital



Мобильное приложение — FitsApp



FitsApp



Мобильное приложение — FitsApp



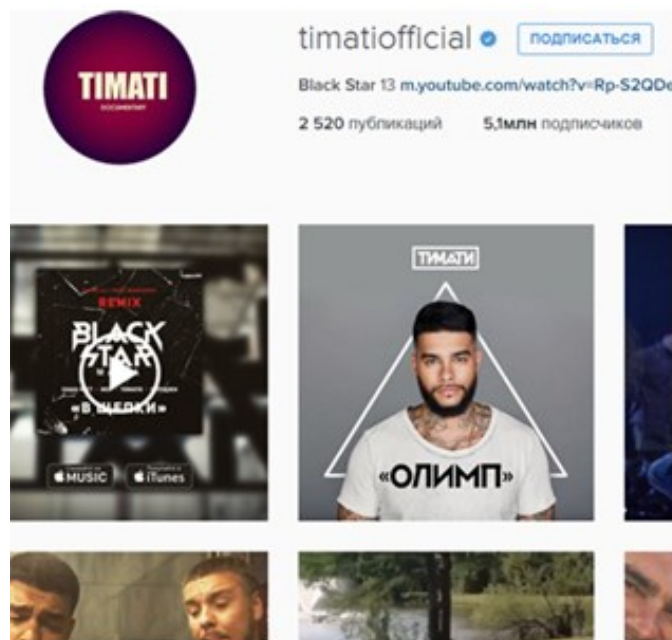
Окей. Врач посоветовал диету. Как ее контролировать?

- В приложение встроен счетчик калорий, позволяющий нормализовать питание в соответствии с рекомендациями врачей.
- Пищевая база данных содержит более чем 3 000 000 наименований.
- **Настраиваемые приемы пищи.**
- **Встроенный сканер штрих-кода.**

Преимущества идеи

- ✔ Приложение всегда с собой. Данные не потеряются.
- ✔ Рост популярности смартфонов. Расчет на большее число пользователей.
- ✔ Приложение позволяет с точностью выполнять указания врачей.

Использование лидеров мнений Instagram

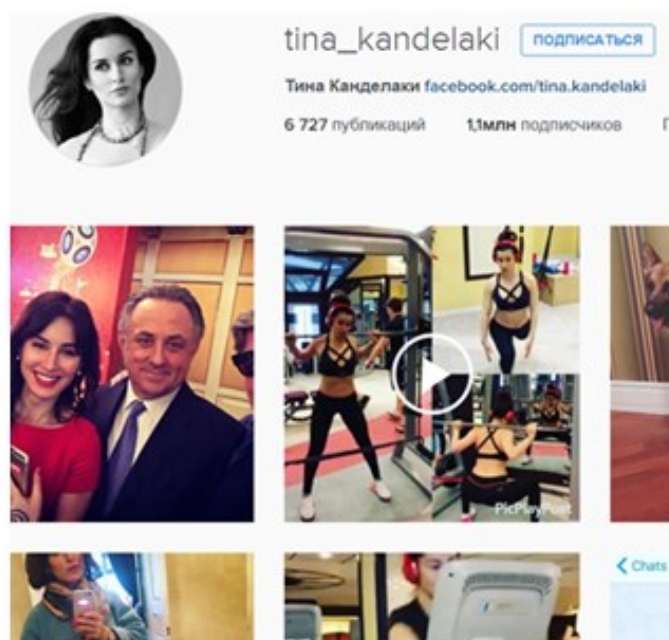


timatioofficial ПОДПИСАТЬСЯ

Black Star 13 m.youtube.com/watch?v=Rp-S2QDe

2 520 публикаций 5,1млн подписчиков

Grid of posts: 1. Album cover for 'BLACK STAR' by ТИМАТИ. 2. Photo of ТИМАТИ with 'ОЛИМП' text. 3. Video thumbnail. 4. Photo of two men. 5. Nature landscape. 6. Photo of a man's face.

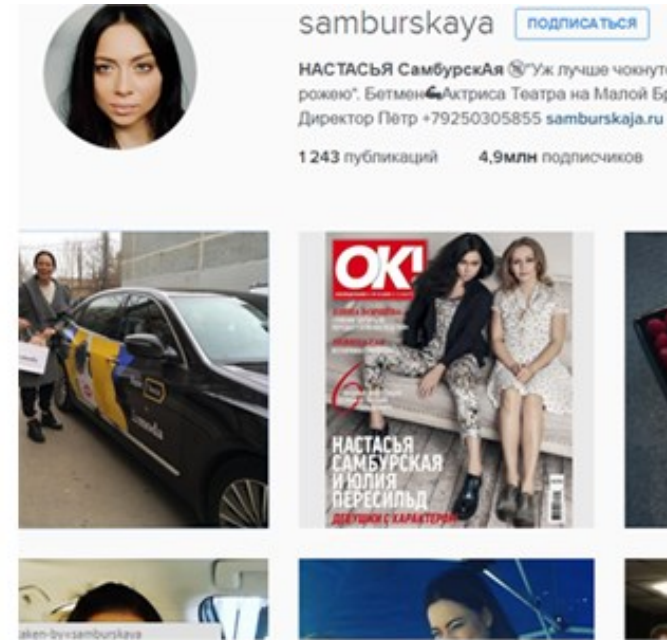


tina_kandelaki ПОДПИСАТЬСЯ

Тина Канделаки facebook.com/tina.kandelaki

6 727 публикаций 1,1млн подписчиков

Grid of posts: 1. Photo of Tina Kandelaki and a man. 2. Video thumbnail of a woman in a gym. 3. Photo of a woman. 4. Photo of a woman. 5. Photo of a woman. 6. Photo of a woman.



samburskaya ПОДПИСАТЬСЯ

НАСТАСЬЯ Самбурская Уж лучше чокнутой рожею. Бетмен Актриса Театра на Малой Бродской
Директор Пётр +79250305855 samburskaja.ru

1 243 публикаций 4,9млн подписчиков

Grid of posts: 1. Photo of a car. 2. Magazine cover for 'OK!' featuring Настасья Самбурская and Юлия Пересильд. 3. Photo of a woman. 4. Photo of a woman. 5. Photo of a woman. 6. Photo of a woman.

Использование лидеров мнений Instagram

Суммарный охват аудитории Тимати, Тины Канделаки и Настасьи Самбурской составляет **11 миллионов** пользователей.

Наши лидеры мнений ведут здоровый образ жизни, занимаются фитнесом и соблюдают диету.

Месседж видеопослания/описания к фото: «Дорогие друзья. Не пытайтесь повторить то же самое, что делаю я. У каждого человека свои особенности, и не все правила универсальны. Узнайте у вашего врача, какие упражнения вам будут полезны, а какие — нет. Про диету спросите тоже. И тогда посмотрим кто кого круче! 😊»

Видео



Работа с видеоблогерами



Соня Есьман. 20 лет,

(www.youtube.com/user/classisinternal)

- бьюти-блогер.
- 1,6 млн. подписчиков.
- Аудитория: женщины, от 15 до 30 лет.
 - Ведет спортивный образ жизни.

У Сони личный диетолог и фитнес-тренер. В видео она будет советовать, как при оптимальной нагрузке получать наибольший результат.

Работа с видеоблогерами



Юрий Хованский. 26 лет,

(www.youtube.com/user/russianstandup/videos)

- позиционирует себя как стенд-ап комик, и алкоголик-раздолбай.
- 1 миллион подписчиков.
- Мужчины, от 15 до 25 лет.
- Имеет вредные привычки: курит, пьет, предпочитает фаст-фуд, некоторые проблемы с лишним весом. Часто выступает критиком общепринятых норм и ценностей.

Работа с видеоблогерами



Легенда для новых серий видеоблога Юрия Хованского:

- В одной из стычек на окраине Санкт-Петербурга Хованского сильно избили.
- Блогер жалеет, что не смог постоять за себя.
- Он записывается в фитнес-клуб, секцию карате и начинает соблюдать диету.
- Каждый свой шаг согласует с врачами: «Мне наплевать, что тут говорят в интернете. Вам бы лишь попиариться».
- Так как Хованский одним из первых в интернете начал делать обзоры на дешевые продукты, он не изменит себе и в этот раз. Появится несколько обзоров на полезную и дешевую еду.

Цель легенды: через полгода Хованский выпускает рэп-альбом, он должен выглядеть брутально. И найти тех, кто его обидел. А потом дать сдачи.

Видео — социальный эксперимент



- **Длительность:** 1 часть — 4 минуты
- **Проблема:** большинство людей берут информацию в интернете, забывая, что у каждого свои особенности строения организма.
- **Сценарий:** Главные герои — два полных мужчины, которые согласились на социальный эксперимент. Их задача: за 8 месяцев привести себя в форму. Важное условие: стратегия участников должна отличаться.

Участник №1: берет информацию в интернете, советуется с друзьями, затем приступает к тренировкам.

Участник №2: советуется с врачом-диетологом, проходит полное медицинское обследование и только потом приступает к тренировкам.

Оба усердно тренируются. Однако Участнику №1 явно приходится тяжелее: из-за травм спины, которые он получил еще в детстве, он пропускает некоторые упражнения. Участник №2, пользуясь приложением FitsApp, полностью соблюдает режим питания и количество необходимых калорий. С упражнениями проблем нет, так как он знает свои слабые места.

По истечении 8 месяцев сравниваем результаты: участник №2 победил. Диета и консультация с врачом важны при занятии спортом.

Фильм о сборной России по футболу

Подготовка к Чемпионату Европы 2016



Фильм о сборной России по футболу

Подготовка к Чемпионату Европы 2016

Длительность: 60 мин.

О чем разговаривают игроки сборной в раздевалке? Как футболисты готовятся к важным играм? Каким образом Леонид Слуцкий настраивает своих подопечных? Ответы на все эти вопросы вы найдете в фильме: «Сборная 2016».

Цель:

- Показать серьезное отношение спортсменов к собственному здоровью (диета, консультации с врачом, равномерное распределение времени между отдыхом и тренировками).
- В фильме показаны короткие интервью футболистов на тему: «Насколько важно относиться к экспериментам со здоровьем более осознанно».

Спасибо за внимание!

