

Неправильный ЗОЖ:

кампания по решению проблемы

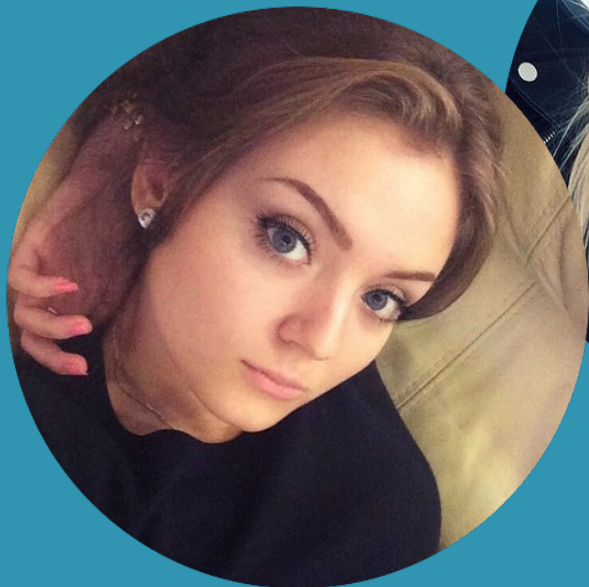


Минута славы

МАША ЮШКОВА

Отличница, сотрудник СПбГУ,
изучает французский,
пробовалась в группу SEREBRO

Спортивная
фитоняшка и
просто весёлая
Машка



КАТЯ КОЗЛОВА

Член Федерации бодибилдинга
Санкт-Петербурга, спортсменка,
свободно говорит на испанском,
ненавидит, когда люди чихают.

Ближе к делу

Проблема:

Безалаберное отношение к здоровью при переходе к ЗОЖ, отсутствие стратегии, нежелание обращаться к специалистам за помощью.

Задача:

Мотивировать людей относиться к любым экспериментам со здоровьем более серьезно.



ПОЧЕМУ?

1

Люди не осознают масштаб вреда, который могут себе нанести.

2

Доверяют лидерам мнений и социальным сетям.

3

Услуги специалистов такого профиля достаточно дорого стоят.

Целевая аудитория



Подростки, ученики
старших классов, студенты
первых курсов вуза



Молодежь до 30
лет

Собираются
стать
приверженцами
ЗОЖ.

Только стали
приверженцами
ЗОЖ.

Думают, что являются
ЗОЖниками, но на
самом деле просто
соблюдают некоторые
правила. Действуют
бессистемно.

Инсайт

Обратить внимание на проблему.
Не наставлять, а показать со стороны.

Донести идею, что консультации у специалиста - неотъемлимая часть здорового образа жизни.

Объяснить, что пожалев денег на врача сейчас, потом можно заплатить гораздо больше

Навести на мысль о серьёзности последствий.

Напомнить отличие ЗОЖ от диет и тяжелых физических тренировок до изнеможения

Напомнить, что каждый человек имеет свои индивидуальные особенности.



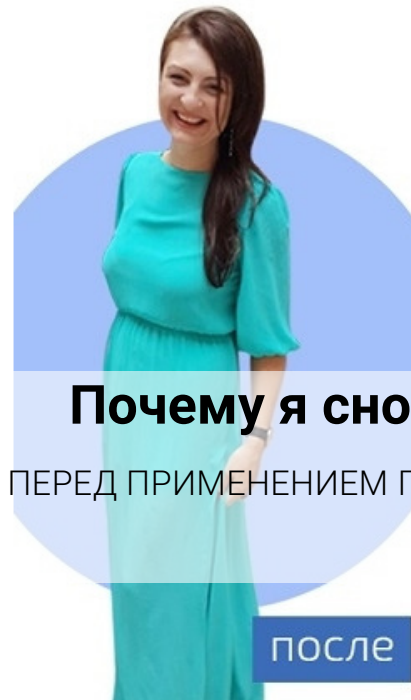
Идея

Социальная реклама

Разработка наружной рекламы для привлечения внимания целевой аудитории к проблеме. Представляем жизненные реалии, с которыми сталкивался почти каждый приверженец неправильного ЗОЖ. Все ситуации привязаны к необходимости обращаться к специалисту.

1

Девушка, которая якобы стала ЗОЖницей и похудела, в результате набрала еще больше, чем до диеты. Это произошло из-за неграмотной стратегии и отсутствия хорошего специалиста рядом.

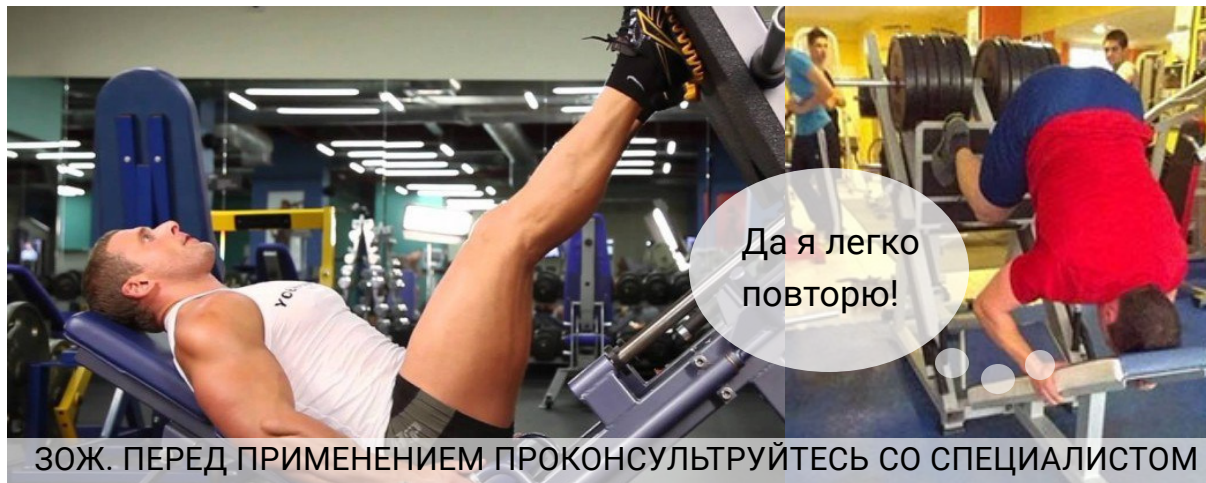


Почему я снова потолстела?

ЗОЖ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТРУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ

2

Новичок подглядывает за профессиональным спортсменом в спортзале, пытается повторить сложные упражнения, вместо того, чтобы самому обратиться к тренеру.



3

Изнеможённая физической нагрузкой девушка подавлена и не готова больше возвращаться к тренировкам. Она не получила ни малейшего удовольствия от спорта, потому что вовремя не обратился к специалисту и взяла слишком большую нагрузку.



Всё-таки спорт - не моё

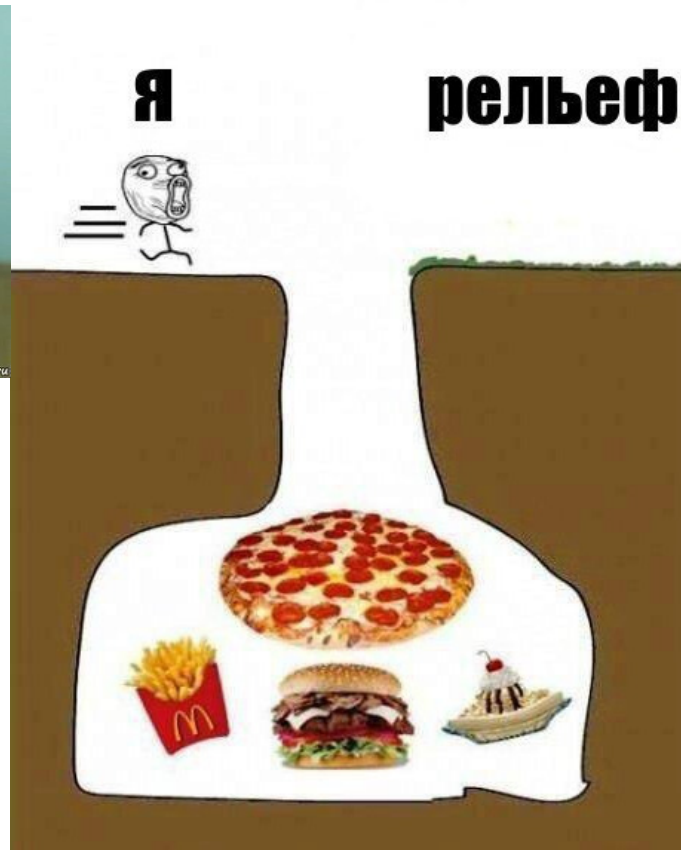
ЗОЖ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Идея

Серия вирусных роликов

Цель - привлечение внимания целевой аудитории к проблеме. В смешной, немного утрированной форме, представляем, как глупо выглядят псевдозожевцы с стороны. В какой-то мере каждый человек может узнать здесь себя и задуматься, всё ли он делает правильно.



1 ЗОЖ - когда не жрёшь

Сюжет

На кухне: дочь сидит за столом и ест проросшие бобы, мама у плиты – подогревает борщ. Ставит на стол полную тарелку супа.

Д (говорит с важным видом): Mam, я не буду это есть! Я теперь веган, сижу на ЗОЖ и вообще у меня всё пп.

М (в шоке): Чегооо?

Д: НУ, ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. Mam, ты как из села, сейчас все так живут. Я больше не буду есть мясо, рыбу, углеводы и, вообще, всё, что нужно моему организму, я получаю из проросших бобов.

М (молча закатывает глаза)

Прошел месяц на бобах. Дочь сидит на том же месте, проводит рукой по голове и снимает клочок волос. Смотрит взглядом, наполненным ужасом.

Последний кадр:

ЗОЖ. Перед применением



”

*Я теперь веган,
сижу на ЗОЖ и
вообще у меня
всё пп.*

Показать со стороны человека, который явно пропагандирует идею ЗОЖ и веганство со вчерашнего дня, абсолютно не разбираясь в этом.

Герои

- типичная мама среднего возраста, вкусно готовит обычную еду без изысков полуфабрикатов.

- дочь - молодая девушка, обычного телосложения, полжизни просидела в инстаграме и в паблике «40 кг». Никогда не увлекалась спортом, периодически сидела на диетах, чтобы влезть в платье.



2 ЗОЖ - когда от зала дрожь

Сюжет

МД 1: выполняет упражнение «мёртвая тяга», задействуя при этом заднюю поверхность бедра.

В конце подхода оставляет штангу с тяжелым весом, который тягала сама.

МД 2: ходит по беговой дорожке и внимательно наблюдает за МД1. После подходит к неразобранной штанге и начинает выполнять упражнения с данным весом, при этом скручиваясь от боли. Травмирует спину.

Следующий кадр: МД 2 сидит дома с перебинтованной спиной, продавая абонемент в зал на Авито (экран компьютера крупным планом)

Последний кадр:

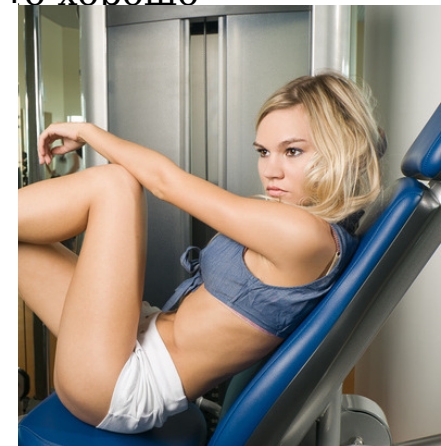
ЗОЖ. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.

Показать со стороны человека, отчаянно пытающегося повторить сложные упражнения за спортсменом. Ему жалко денег на консультацию со специалистом, он купил абонемент в зал и решил наблюдать за профессионалами, а затем попробовал повторить увиденное.

Герои

- молодая девушка 1- спортсменка, красавица, давно занимается в зале и хорошо знает технику упражнений, идеальная спортивная форма.

- молодая девушка 2- далеко не спортсменка, первый раз в жизни купила абонемент в зал и думает, что хорошо



3 ЗОЖ - когда не нужен Порш

Показать преимущества человека, который по совету специалиста перешел на ЗОЖ.

Сюжет

Сидят в баре, МД 1 пьёт пиво, МД 2 пьёт фреш из сельдерея.

МД 1: Я тут в зал пошел, но что-то у меня ничего не получается.

МД 2: Ты знаешь, я на самом деле тоже начал заниматься, к специалисту обратился, вот теперь за питанием слежу (поднимает фреш).

МД 1: На диете сидишь? Не мужик что ли? (смеется).

К столику, за которым сидят молодые люди, подходит сногшибательная красотка, смотрит на стол, обращает внимание на сельдереевый фреш и улыбается.

СК (обращается к МД2): Привет! Может угостишь меня свежевыжатым соком? (уходят вдвоём)

МД 1 (сидит в шоке, завистливо смотрит в след)

Последний кадр:

ЗОЖ - П

Герои

- молодой человек 1 - типичный мужик в обывательском понимании, пьёт пиво, не задумывается о здоровье и фигуре.

- молодой человек 2 ходит в зал, под руководством специалиста соблюдает диету.

- сногшибательная красотка

””

На диете сидишь? Не мужик что ли?



4 ЗОЖ - когда не врешь

Сюжет

Девушка снимает свой влог, здоровается: «Всем привет! С вами снова я Лера Бобова. Сегодня покажу, как приготовить вкусную и полезную еду...». Готовит варенную курицу под соусом. В процессе приготовления с важным видом рассказывает о полезных свойствах продукта, хвалит вкусовые качества блюда.

В конце, повествуя о том, насколько полезным является рецепт, заливает курицу толстым слоем майонеза. Так сказать, добавляет немного соуса для вкуса.

Последний кадр:
**ЗОЖ. Перед применением
проконсультируйтесь со специалистом.**

Показать, что лидеры мнений, блоггеры – не всегда являются специалистами.

Герой

- молодая девушка, популярный блоггер на Youtube, около 1 000 000 просмотров под видео, считает себя специалистом во многих сферах, в том числе по ЗОЖ и ПП.



Почему это будет работать?



1

Люди в какой-то мере узнают себя в рекламе.

2

Мы обращаем внимание на истоки неправильного ЗОЖ - отсутствие профессиональной помощи.

3

Мы показываем, что вести ЗОЖ не так сложно, если вовремя обратиться к специалисту за консультациями.

4

Мы напоминаем, что не стоит прислушиваться ко всем подряд по вопросам ЗОЖ, все имеют индивидуальные особенности.

5

Мы не говорим напрямую о вреде неправильного ЗОЖ, а показываем возможные последствия со стороны.

6

Призываем сходить к врачу, прежде чем переходить на ЗОЖ.



Результаты

- 1** Люди задумаются о существовании такой проблемы и узнают себя в рекламных посланиях.
- 2** Реалистично представленная угроза для здоровья заставит задуматься о последствиях неправильного ЗОЖ.
- 3** Увеличение количества обращений к диетологам, врачам, тренерам и другим специалистам.
- 4** Частичное развенчание мифов о ЗОЖ.
Разъяснение разницы между правильным и

Спасибо за внимание!