

Продвижение здорового образа жизни в соцсетях. Преимущества интерактива



**ЕВГЕНИЯ
ГРИБОВА**



Руководитель отдела продвижения
Центра управления регионом
Красноярского края
АНО «Диалог-регионы»



Аккредитованный спикер
Всероссийского центра компетенций
в сфере интернет-коммуникаций
АНО «Диалог»



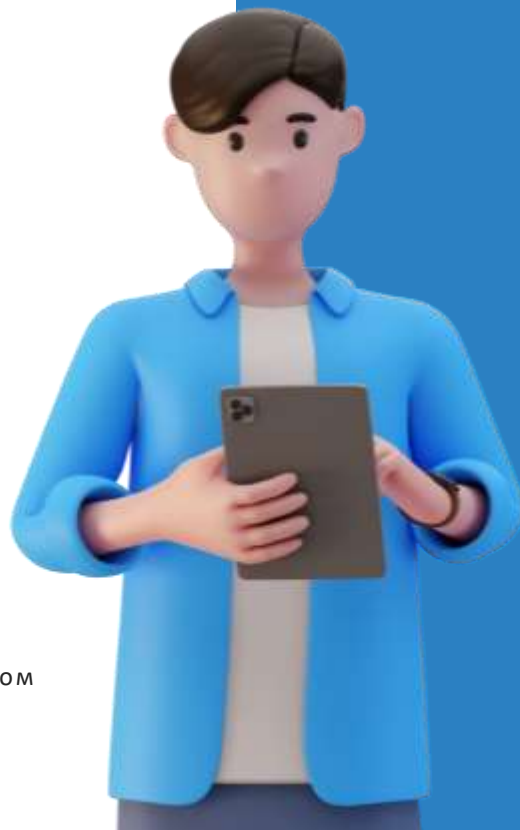
Аккредитованный эксперт
Мастерской новых медиа

Какое место ЗОЖ занимает в жизни россиян?

ЗОЖ: отношение к здоровью

56% россиян

заявили о своем
желании вести более
здоровый образ
жизни



3 ключевых компонента ЗОЖ, по мнению россиян:

- физические нагрузки и спорт
- правильное питание
- отказ от вредных привычек

«Вебер», март 2024

Изучение общественного мнения проводилось в сети методом
River Sampling среди 1 300 россиян старше 18 лет

ЗОЖ: отношение к здоровью

у **41%** россиян

ЗОЖ ассоциируется с
постоянными
ограничениями

«Вебер», март 2024

Изучение общественного мнения проводилось в сети методом
River Sampling среди 1 300 россиян старше 18 лет

Какие причины могут препятствовать соблюдению ЗОЖ:

50% – отсутствие денег

31% – отсутствие подходящих условий

28% – недостаток времени

25% – плотный график

24% – лень

23% – недостаточно силы воли

21% – не позволяет состояние
здоровья

17% – отсутствие мотивации

**Почему мы говорим о
продвижении ЗОЖ в соцсетях**

Аудитория интернета

103

млн человек

количество пользователей
интернета в месяц

85%

населения

количество пользователей
интернета в месяц

4.5

часа в день

время в интернете
на среднего россиянина

Крупнейшие интернет-активности

22%

видеоресурсы

20%

соцсети и блоги

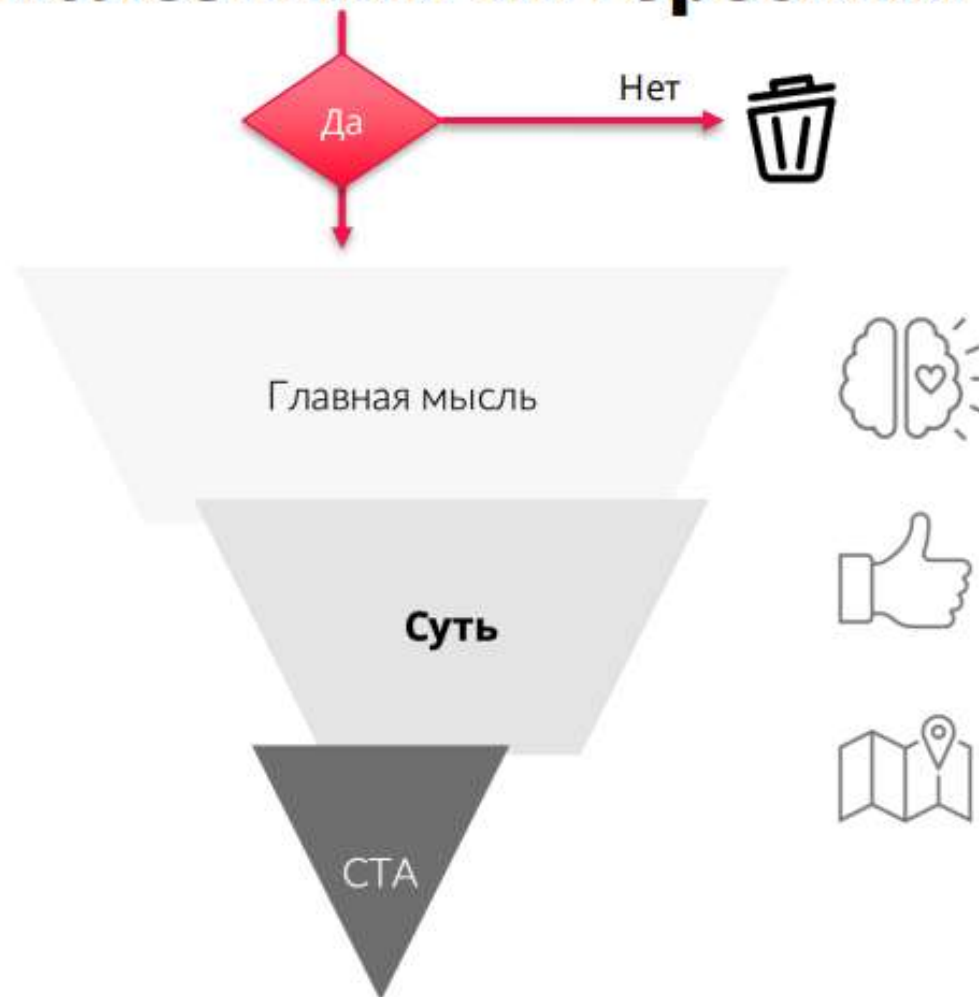
18%

мессенджеры



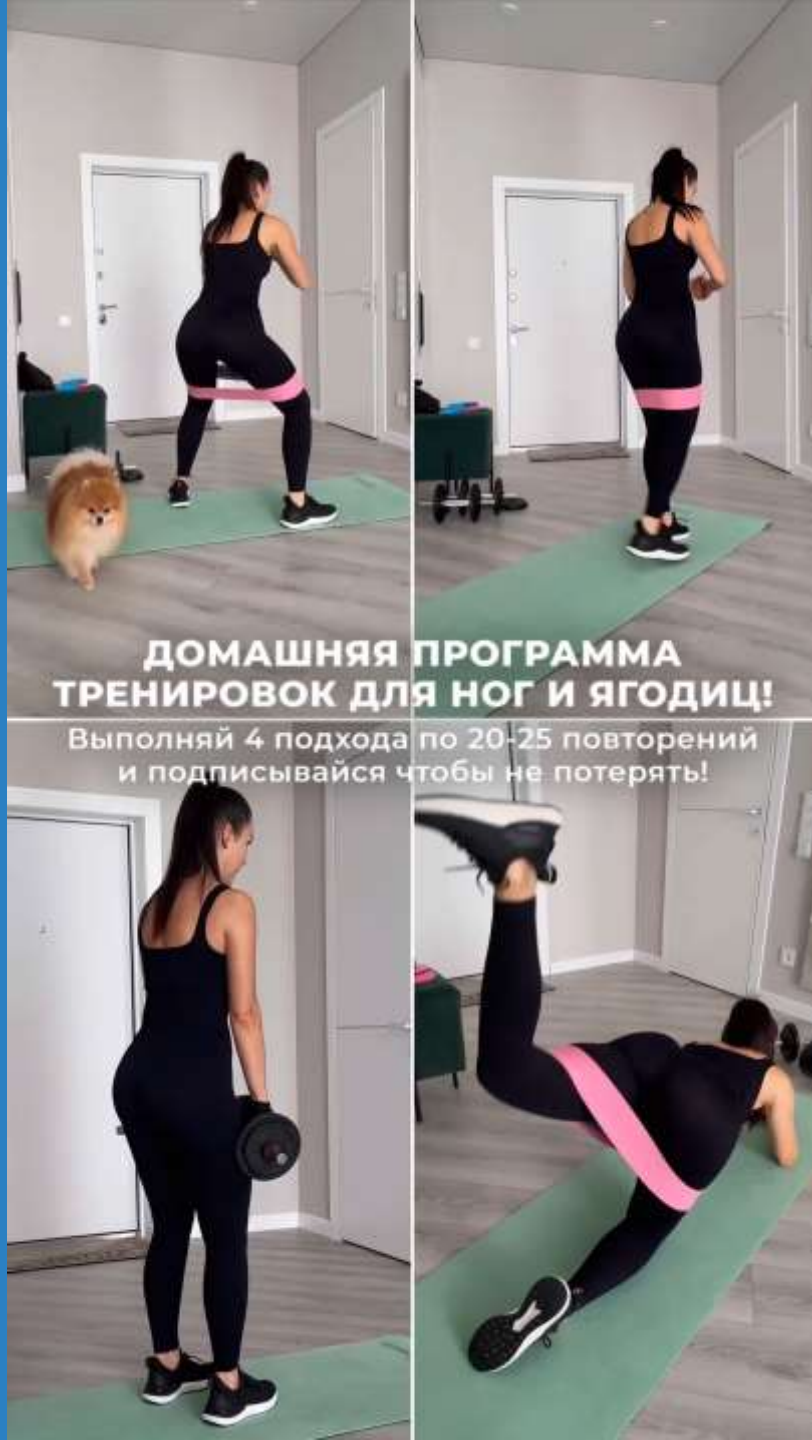
Битва за внимание

Полезный и интересный



Что вовлекает?

Польза



Что вовлекает?

Польза

Красота



Идея для
ужина

Что вовлекает?

Польза

Красота

Эмоция



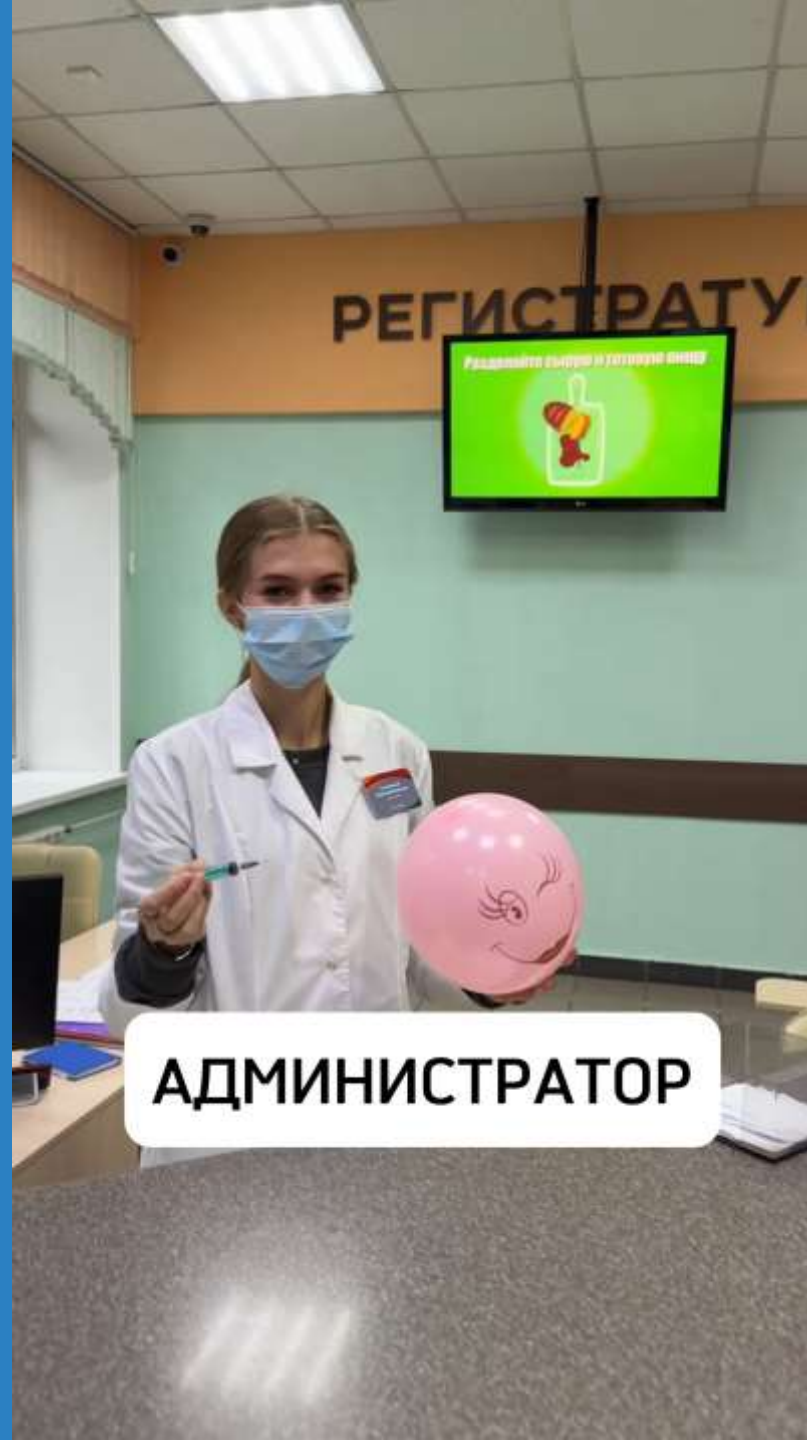
Что вовлекает?

Польза

Красота

Эмоция

Развлечение



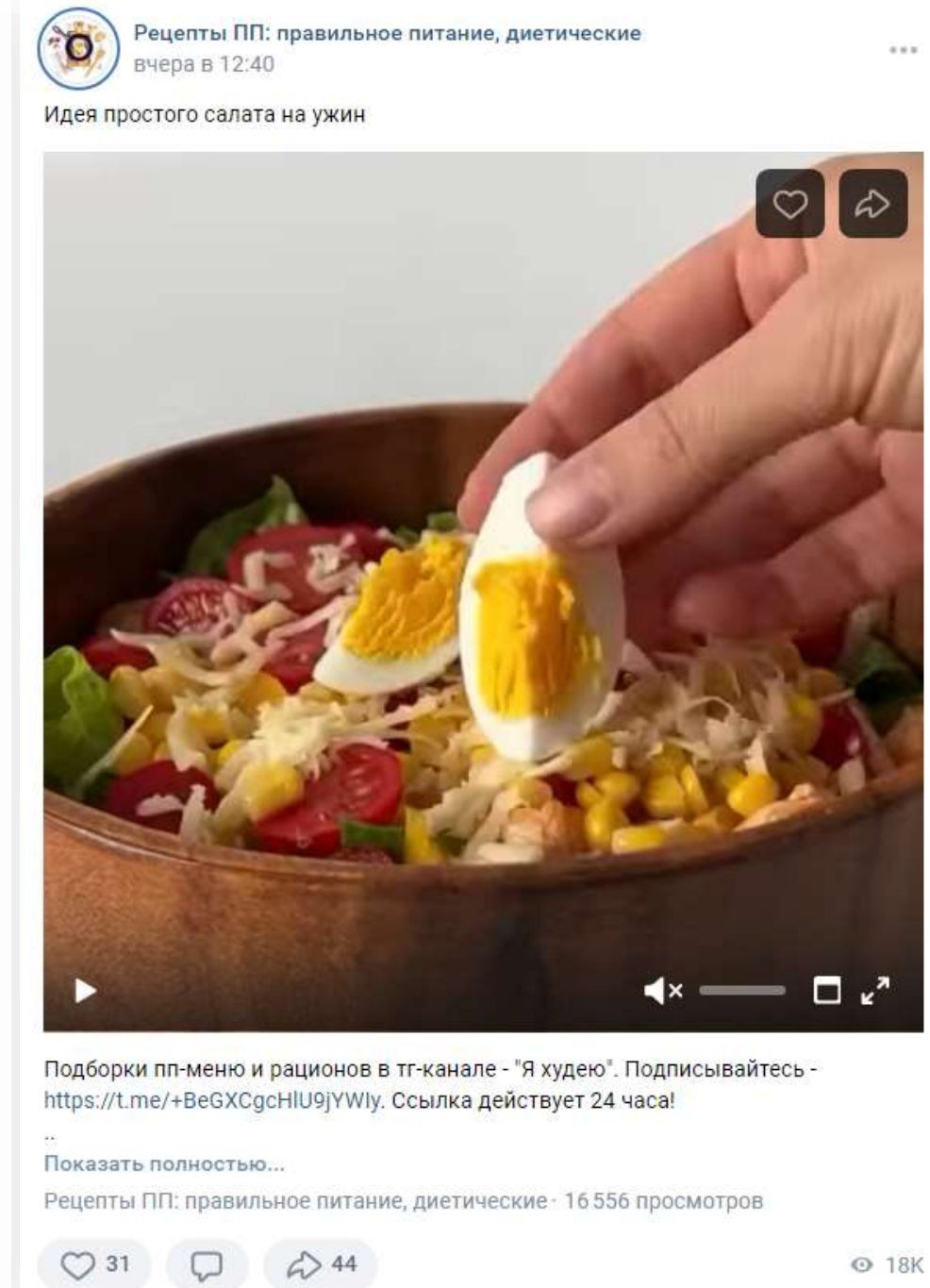
АДМИНИСТРАТОР

Тренд №1: короткий видеоконтент

Что снимать?

Возможные форматы:

- **экспертный контент**
- **«говорящая голова»**
- **занимательные факты**
- **развлекательные ролики**
- **интервью**



Переупаковка видео

Правило 3 секунд

Яркая фраза, главный кадр, без прелюдий

Каналы восприятия

Надписи, озвучка, видео, смена кадра раз в 2-3 секунды, клиповость

Вертикальный формат

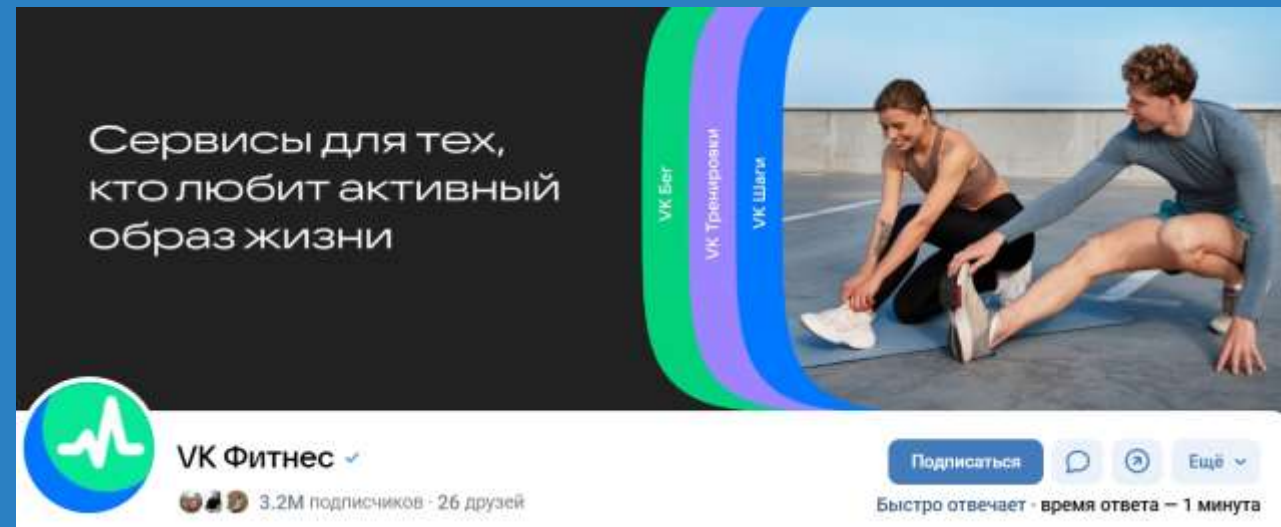
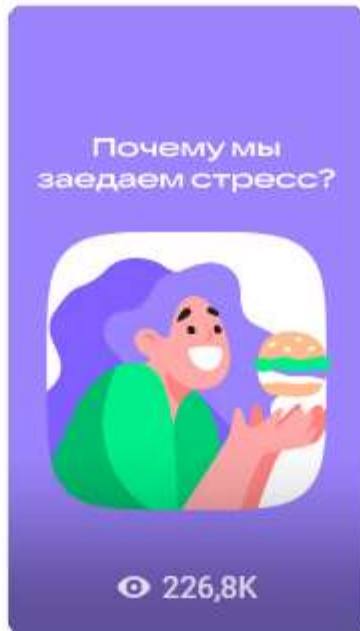
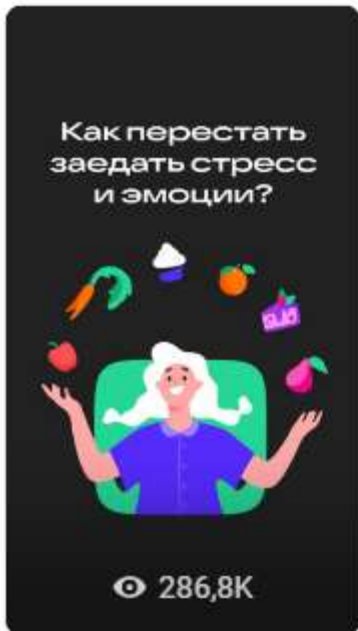
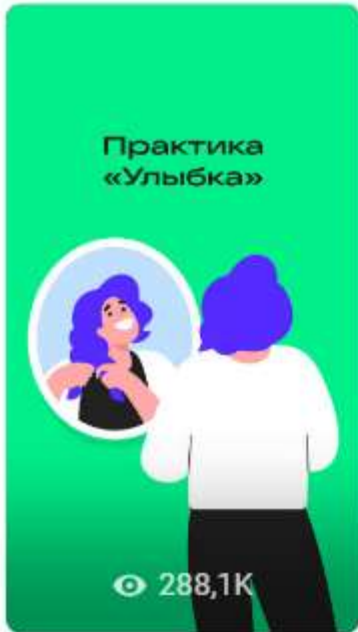
Вирусится в вертикальных лентах

Укорачиваем

Делаем не длиннее, а короче либо столько же, но более насыщенно, перемонтируем

ТРЕНИРУЙТЕ НАСМОТРЕННОСТЬ

Опыт/знания/идеи от процесса просмотра и анализа контента в разных источниках и у разных авторов



Тренд №2: использование возможностей искусственного интеллекта

- Дизайн
- Копирайтинг
- Виртуальный помощник
- Чат-бот
- Аналитика



Кузбасский Центр-СПИД

9 авг в 9:45 · Госорганизация

🐾 Если бы коты были врачами, они бы коготками и зубами делали массаж. Из своей мягкой шерстки - компрессы. А шикарные усы применяли для диагностики. И, конечно, они лечили бы нас мурчанием. Верите ли в целительный дар кошек? Делитесь в комментариях своим мнением, фото своих питомцев и фактами их лечения!



СО
ВСЕМИРНЫМ
ДНЕМ КОШЕК

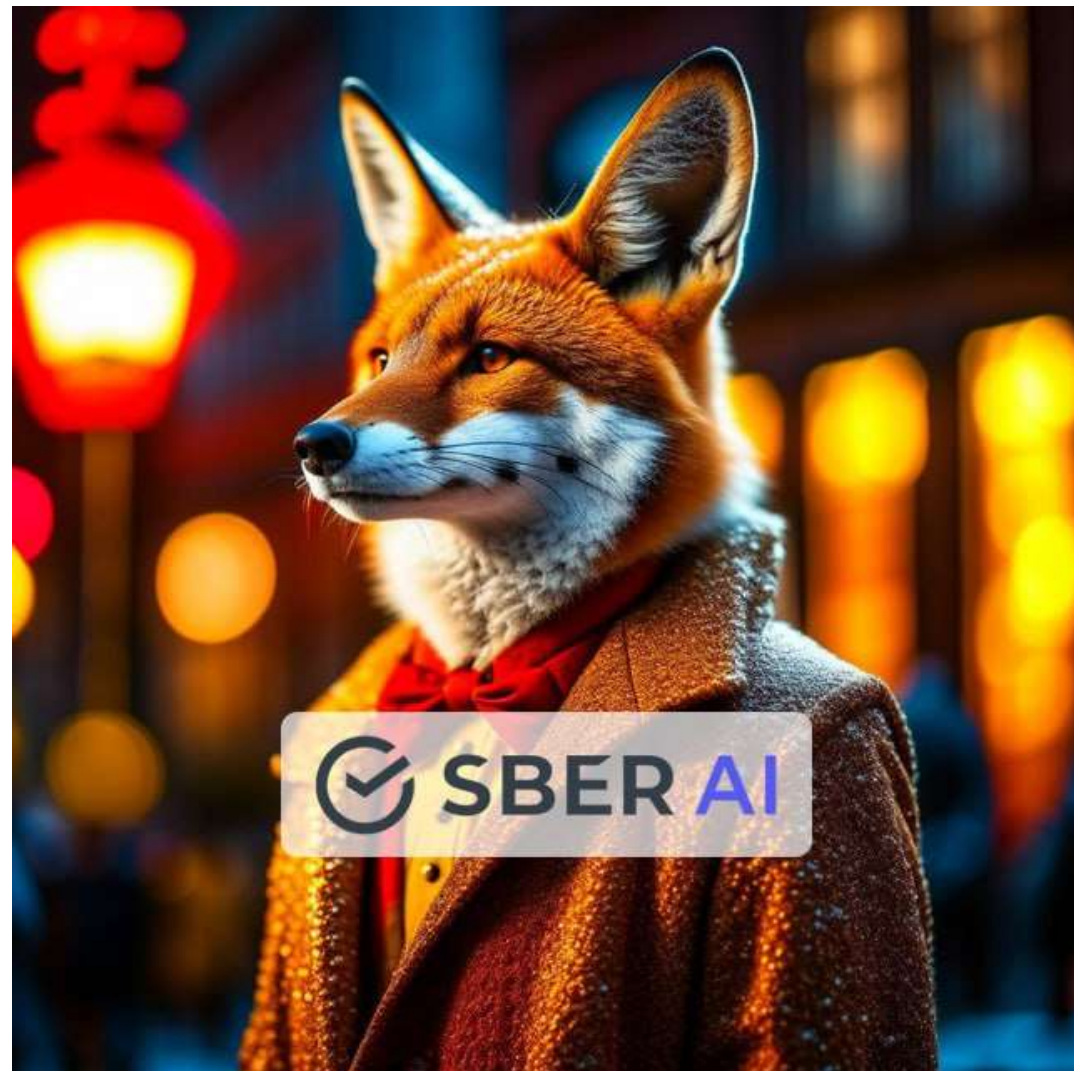


👁 482

Kandinsky

Возможности нейросети:

- генерация картинок из текста
- смешивание изображений
- создание стикеров



Как пользоваться?

1. **Перейти по ссылке**, ознакомиться с инструкцией и запустить процесс создания изображений
<https://www.sberbank.com/promo/kandinsky/>

2. **Написать запрос по формуле:**

объект + фон + стиль

Старайтесь избегать абстрактных понятий, всё должно быть детально и конкретно.

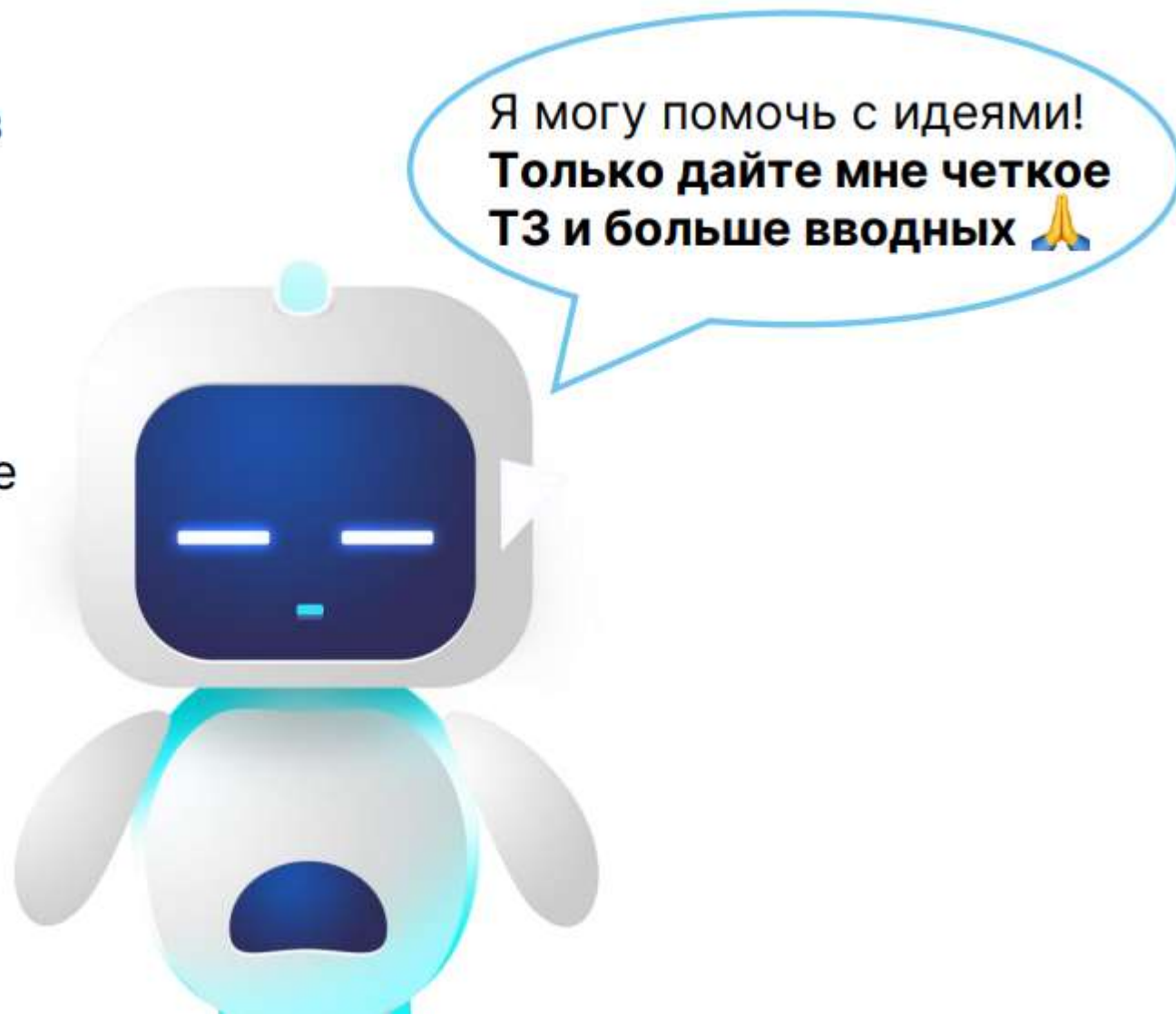


@KANDINSKY21_BOT

Искусственный интеллект

должен работать на вас

- Идеи для VK клипов
- Квиз
- Контент-план
- Опрос
- Сжатое содержание большого текста
- Текст для поста
- Идеи для историй
- Структура статьи
- И многое-многое другое



Тренд №3: интерактивность и геймификация

Задействование игровых
механик в соцсетях



Вах, какой пост!

Правила применения:

- Приземление
- Периодичность
- Поддержка
- Оценка эффективности

Вопросы от сообщества

Примеры вопросов:

- ***Поделитесь своими ПП-рецептами***
- ***Как регулярно тренируетесь?***
- ***Как регулярно посещаете...***
- ***Знаете, как быстро и бесплатно пройти обследование?***



Понятный призыв к действию

- «Наберём 50 реакций, сделаем пост ещё и про это»
- «Каждый лайк этому посту приближает лето»

Нельзя в лоб просить ставить лайк, сделать репост

В эти 15 минут модно...



Как же хочется лета, сухих тротуаров, тёплых вечеров на летниках и прогулок по любимому городу.

Каждый банан к этому посту приближает лето в Красноярск.

🍌 398

👁 2674 9:17

Филворд

Можно адаптировать и под любую сферу госпаблика.

Сделать филворд можно в онлайн-сервисе

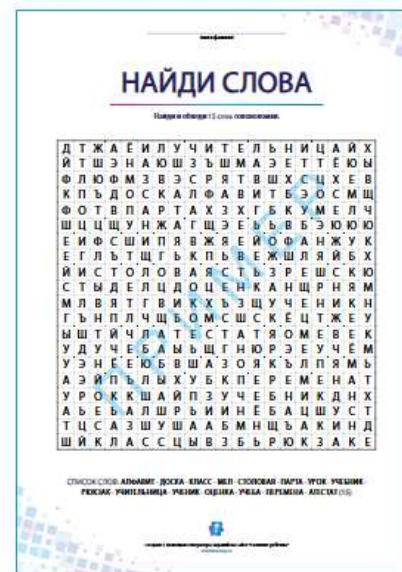
<https://childdevelop.info/generator/letters/puzzle.html>



Генератор головоломки «Найди слова»

Филворд – это разновидность головоломки. Он имеет вид сетки, заполненной буквами. Чтобы разгадать филворд, нужно найти и зачеркнуть или обвести все слова, которые предлагаются в задании. Данный генератор позволяет создать авторский филворд, заполняя сетку с буквами любыми словами или словами на определенную тему. Задание направлено на обогащение словарного запаса, закрепление знаний о написании отдельных слов, улучшение техники чтения. Созданные с помощью данного генератора филворды будут развивать у ребенка внимание, а также интерес к чтению.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ ПРОСМОТР:



НАЗВАНИЕ ЗАДАНИЯ:

НАЙДИ СЛОВА

ЯЗЫК:

- Русский
 Английский

РАЗМЕР ПОЛЯ:

20 × 20

НАПРАВЛЕНИЕ ТЕКСТА:

- Вправо →
 Вниз ↓
 Влево ←
 Вверх ↑

НАПИШИТЕ СЛОВА В СТОЛБИК ИЛИ ЧЕРЕЗ ЗАПЯТУЮ (max 15):

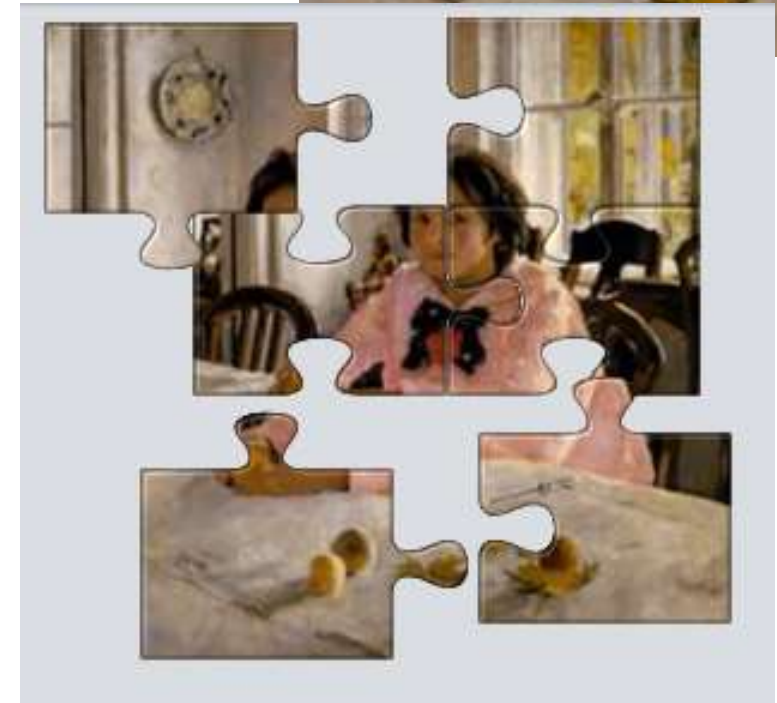
Собери пазл

Игра подходит для любой сферы. Например, для образовательного паблика можно загадать известных ученых, а для паблика культуры – популярные картины.

Сервис для генерации:

https://online-puzzle.ru/own_puzzle

Программы Photoshop,
PowerPoint



Соревнования



Шаги

VK Шаги — это сервис ВКонтакте для отслеживания своей активности. Он позволяет узнать, сколько шагов вы прошли за день, просматривать статистику и следить за своим прогрессом, соревноваться с друзьями и делиться с ними результатами

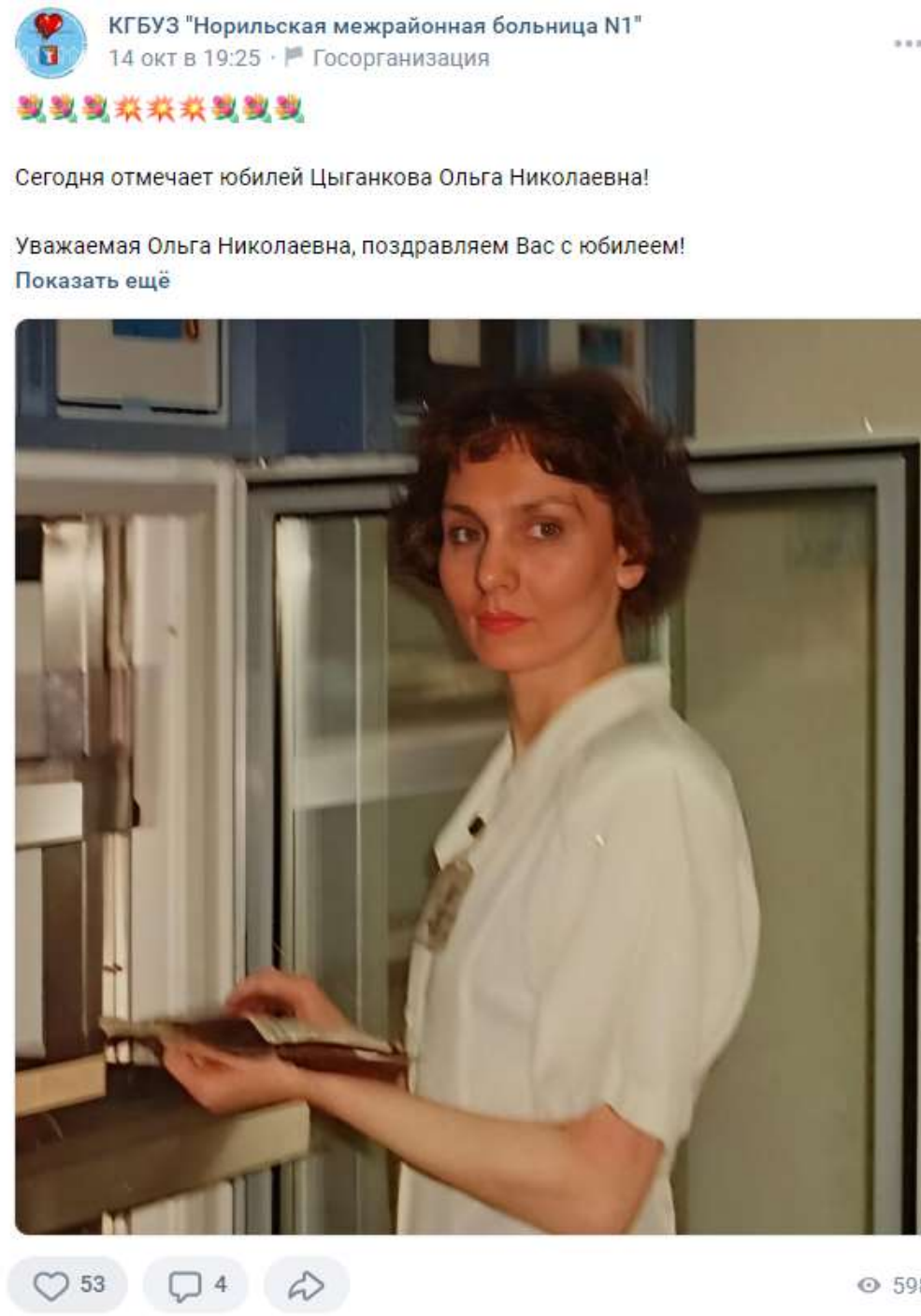
The screenshot shows the VK Steps app interface. At the top, there is a blue header with a back arrow, a heart icon, a share icon, and a settings icon. The main content area is divided into several sections:

- Шаги за сегодня**: Shows 2 285 steps with an upward arrow. Below this, it displays 1,6 км (km) and a goal of 38% with a fire icon and the number 4.
- Мистический сезон**: A dark-themed section with the text "Продолжайте шагать и выигрывайте призы" and "У вас 600 монет" next to a gold coin icon. A "Перейти" button is at the bottom.
- Вызовы**: A section with a "Показать все" link. It features a challenge titled "Обгоняем грипп" (Beating the flu) with the subtitle "Боремся с вирусом и укрепляем иммунитет на прогулках" (Fighting the virus and strengthening immunity on walks). Below the challenge, it shows "131 841 пройдено" (131,841 completed) and "157 000 цель" (157,000 goal).

At the bottom of the screen, there are five small dots indicating the current page in a sequence.

Тренд №4: истории о людях

Любую тему можно сделать
интересной через человеческий
опыт



Здравоохранение: 496 анкет

Кто подписан на паблик?



Какой контент нравится?

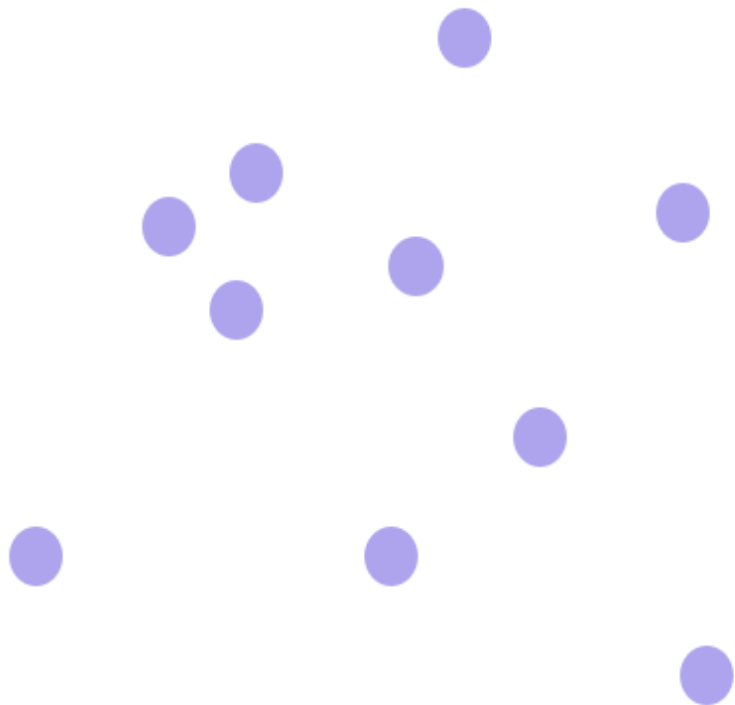


Тренд №5: ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИЙ КОНТЕНТ СТАНОВИТСЯ ИНФОПОВОДОМ

Механизм
распространения
контента в
социальных сетях



Развитие комьюнити



Подписчики без комьюнити



Подписчики с комьюнити

Бочиняйте



всякие
ДобРости

Мингазова, Рисуй©

Люди будут лучше вовлекаться в коммуникацию с нами, если:

- Им интересно, что мы пишем
- Для них есть польза от той информации, которую мы им даем
- Мы попадаем в их образ жизни — то есть мы показываем, что понимаем пользователя, его проблемы, чем он живет

Как понять, что вы угадали с трендом?

ИНТЕРЕС АУДИТОРИИ = ПОКАЗАТЕЛЬ ВОВЛЕЧЕННОСТИ

$$ER_{post} = \frac{\img alt="heart icon" data-bbox="188 625 225 680"} + \img alt="comment icon" data-bbox="255 625 295 680"} + \img alt="share icon" data-bbox="325 625 365 680"}{\img alt="eye icon" data-bbox="255 720 295 760"} \times 100\%$$

- Реализуйте идеи как можно скорее
- Критически оценивайте тренд, уместен ли он в вашем паблике
- «Приземляйте» тренды/идеи в вашем сообществе

**С контент-планом
ЛУЧШЕ И ЛЕГЧЕ**

Планирование



без списка



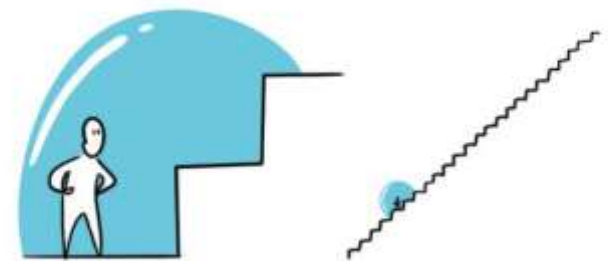
со списком дел

Мингазова, Рисуй©

Для формирования контент-плана, можно использовать **матричный метод**

- Выделяете **4-5 ключевых тем**
- Раскладываете на **подтемы**
- Подбираете **форматы**

Сосредоточьтесь
на ступеньке
перед собой



А НЕ СРАЗУ НА ВСЕЙ
ЛЕСТНИЦЕ

Мингазова, рисуй

ИСТОЧНИКИ ИДЕЙ

СОБЫТИЯ ИЗ ЖИЗНИ

Казусы

Приколы

Новости компании

СКИЛЛЫ

Показ талантов

Челленджи

Соревнования

ИНСТРУКЦИИ

Лайфхаки

Вредные советы

Тutorials

СОВЕТЫ

Что делать

Чем грозит

Идеи для...

ПОДБОРКИ

Рейтинги

Карточки

Типовые ошибки

КАЛЕНДАРЬ

Праздники

Круглые цифры

Обратный отсчёт

ОПРОСЫ

Отзывы

Тесты

Вопрос-ответ

РЕАКЦИИ

Ответ блогеру

Оценка слов
селебрити

Реакция на коммент

БАЗЫ

Возражения клиентов

FAQ

Комментарии к постам

АНАЛИТИКА

Исследования

Открытия

Факты

Тенденции

Последствия

Кто виноват



ПРАКТИКА

НА СВЯЗИ:



**Будем благодарны
за вашу **обратную
связь****

