



Promocija programa Skupaj za zdravje na različnih ravneh

Judita Kulovec (NIJZ)

Kranj, 9. november 2022



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje

Strategija in prenova podobe programa Skupaj za zdravje



Logotip programa Skupaj za zdravje za uporabo v tiskanih in spletnih medijih:

<https://www.skupajzazdravje.si/o-programu>

DOWNSTREAM

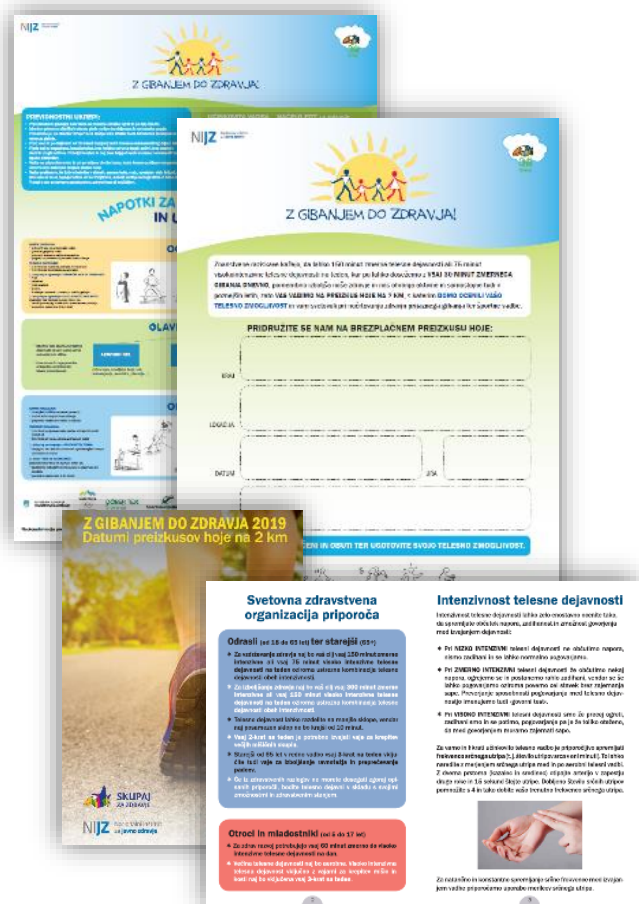
MIDSTREAM

UPSTREAM



Splošna javnost

Prenova gradiv, npr. Z gibanjem do zdravja 2020 („datumska knjižica“)



Z gibanjem do zdravja

Ker je naše telo ustvarjeno za gibanje.

Aktiven življenjski slog pomaga:

- vzdrževati zdravje
- izboljšati kakovost spanca
- vzdrževati zdravo telesno maso
- obvladovati stres
- izboljšati kakovost življenja

Z gibanjem zmanjšajte možnosti za nastanek:

- sladkorne bolezni tipa 2
- srčno-žilnih bolezni
- depresije
- padcev v starosti
- bolečin v hrbtu in drugih sklepih
- raka na debelem črevesu in dojkah

Vsaka minuta gibanja šteje.

Udeležite se brezplačnih aktivnosti za krepitev zdravja in izkoristite strokovno podporo v vašem zdravstvenem domu: www.skupajzazdravje.si

Začnem počasi in postopno napredujem.

Vsak teden poskrbim, da se gibam vsaj 150 minut.

NIJZ Inštitut za javno zdravje DOBER TEK Slovenija

Kakšna je moja telesna zmogljivost?

Udeležite se občinskega preizkusa hoje, kjer boste:

- pod strokovnim vodstvom opravili preizkus hoje za ugotavljanje telesne zmogljivosti.
- prejeli vam prilagojeno priporočilo za gibanje, s katerim boste lahko učinkovito okrepili in izboljšali vaše zdravje.

Preizkus je brezplačen.

Preizkus je brezplačen. !

Aktiven življenjski slog pomaga:

- vzdrževati zdravje
- izboljšati kakovost spanca
- vzdrževati zdravo telesno maso
- obvladovati stres
- izboljšati kakovost življenja

Z gibanjem zmanjšajte možnosti za nastanek:

- sladkorne bolezni tipa 2
- srčno-žilnih bolezni
- depresije
- padcev v starosti
- bolečin v hrbtu in drugih sklepih
- raka na debelem črevesu in dojkah

Vsaka minuta gibanja šteje.

Udeležite se brezplačnih aktivnosti za krepitev zdravja in izkoristite strokovno podporo v vašem zdravstvenem domu: www.skupajzazdravje.si

Začnem počasi in postopno napredujem.

Vsak teden poskrbim, da se gibam vsaj 150 minut.

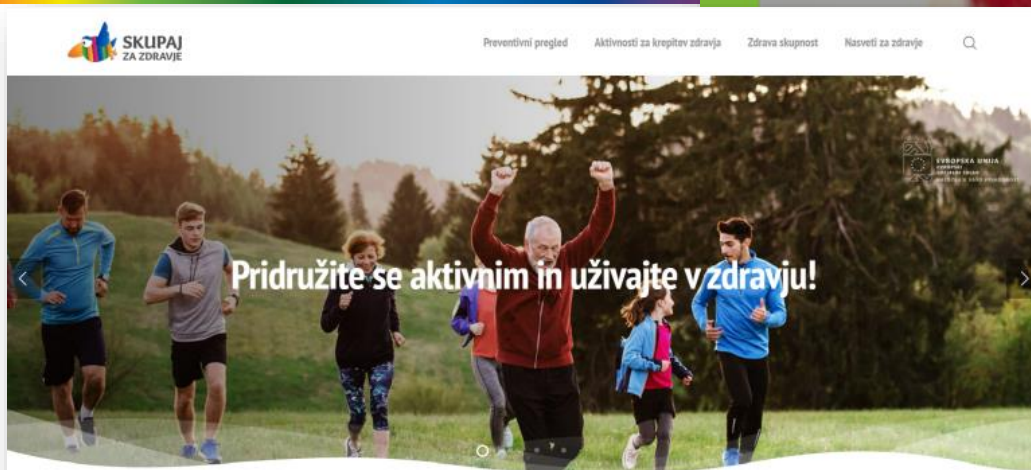
NIJZ Inštitut za javno zdravje DOBER TEK Slovenija

<https://www.skupajzazdravje.si/zdrava-skupnost/obcinski-preizkus-hoje/>



Splošna javnost

Skupajzazdravje.si



KAKO PA KAJ VAŠE ZDRAVJE?

Pri skrbi za vaše zdravje vam slovenski zdravstveni sistem nudi preventivni program Skupaj za zdravje. Udeležite se ga lahko brezplačno.



Vam je lažje v družbi?

Preverite, katere aktivnosti za krepitev zdravja in zmanjševanje neenakosti v zdravju so na voljo v vašem kraju.

Preverite dogajanja v lokalni skupnosti



Cenite svoje zdravje?

V današnjem hitrem tempu življenja pogosto pozabimo na svoje zdravje vse do trenutka, ko je za preventivo lahko že prepozno.

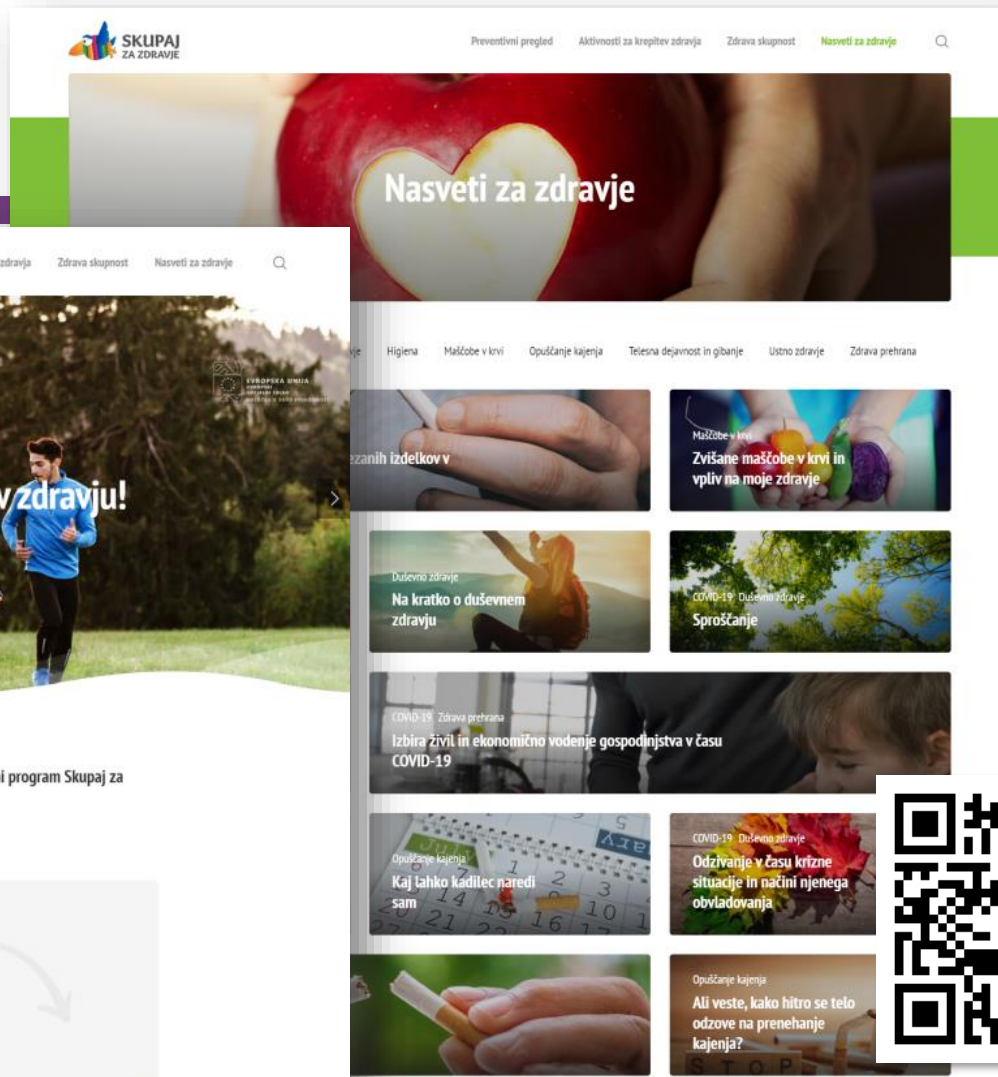
Priključite se preventivni pregled



Želite narediti nekaj za svoje zdravje?

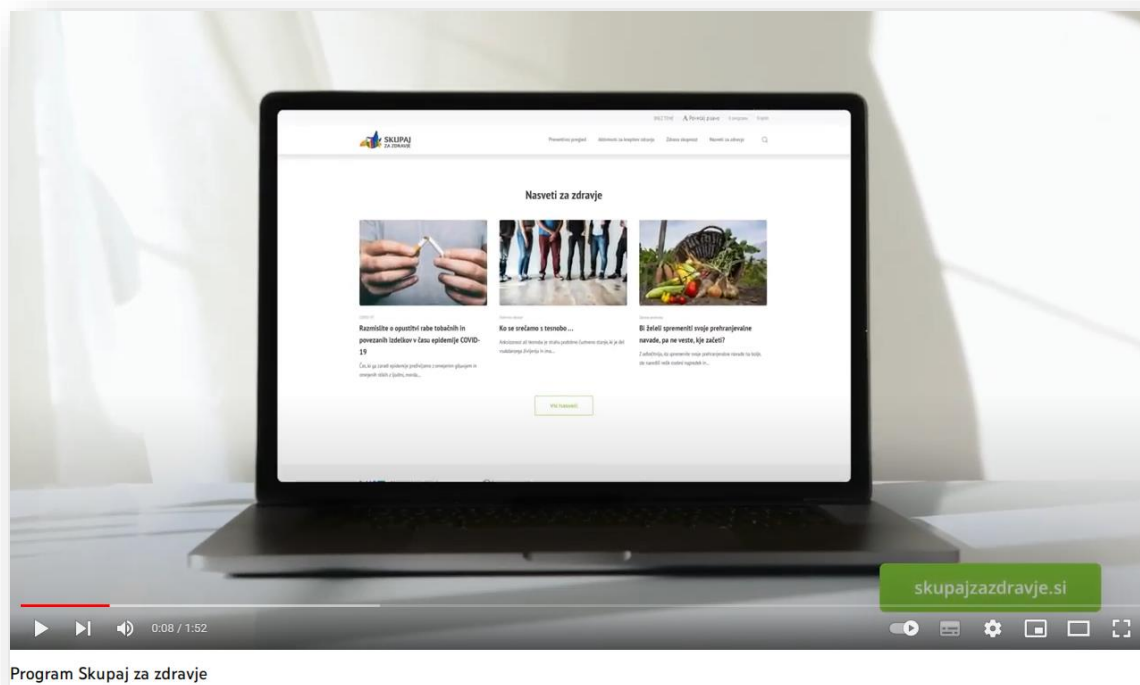
Aktivnosti, ki vam lahko pomagajo pri prvih korakih uvajanja pozitivnih sprememb na področju zdravja.

Udeležite se aktivnosti za krepitev zdravja



Primarno splošna javnost

Video predstavitev programa in spletne strani Skupaj za zdravje



- Za predvajanje na spletnih straneh, socialnih omrežjih, LCD zaslonih v ZD ...
- Dostopno na <https://www.youtube.com/watch?v=IOtEOz7w98s&t=1s>
- Lahko posredujemo tudi celo datoteko

NIJZ Youtube profil



Primarno strokovna javnost

VIDEO 20 LET PROGRAMA SKUPAJ ZA ZDRAVJE

- Daljša verzija za predstavitev preventive strokovni javnosti, predstavitev v lokalni skupnosti
- Krajša verzija za predvajanje na sestankih, predstavitev v lokalni skupnosti ...
- Dostopno na https://www.youtube.com/watch?v=HPLTwT_WM1U
- Lahko posredujemo tudi celo datoteko



Promocijska kampanja v medijih

Skupaj zmoremo. Skupaj za zdravje.



- TV in radio oglasi
- spletno oglaševanje
- verzija oglasa z MADŽ in ITA podnapisi ter kretanjem



NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Skupaj zmoremo. Skupaj za zdravje.

Časovnica kampanje: 15.11. do 31.12.



• TV oglas:

- od 15.11. (na POP TV in KANALU A),
- od 25.11.-23.12. (še na PLANET TV, SLO 1 in SLO 2)



• spletna kampanja

- Youtube - krajša verzija oglasa, Facebook in Instagram - več vsebin, slike, video, verjetno tudi nagradna igra
- vse to od 25. 11.-30. 12.



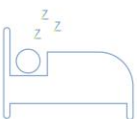
• radijska kampanja

- na VAL 202, RADIO ENA IN RADIO AKTUAL -> 3 najbolj poslušani radii
- 27.11.-16.12.



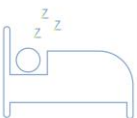
• zadki busov:

- po en bus v: Ljubljana in Maribor; Koper-Piran-Portorož; Kranj-Radovljica-Bled; Novo mesto-Brežice; Murska Sobota - Gornja Radgona - Lenart – Maribor; 6. Slovenj Gradec – Ravne na Koroškem – Črna na Koroškem, Celje – Laško; Ljubljana – Ajdovščina – Nova Gorica
- 19.11.-31.12.



Skupaj zmoremo.

Skupaj tudi v promociji za večjo učinkovitost kampanje



Zdrav življenjski slog • Telesna dejavnost za krepitev zdravja • Opuščanje pitja alkohola • Opuščanje kajenja
Krepitev duševnega zdravja in zdravih odnosov • Zdravo prehranjevanje • Zdravo hujšanje • Sladkorna bolezen tipa 2

NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje



- Plakati v formatu za A4 tiskanje za čakalnice itd., predvajanje na LCD zaslonih ...
- Kampanja usmerja na skupajzazdravje.si & v ZD – nujno o kampanji **informirat vse vstopne točke v ZD**

Večkrat kot vidimo oglas – lažje si zapomnimo informacije!



Hvala!

judita.kulovec@nijz.si

