



МОСКОВСКОЕ  
долголетие

Проект Мэра

# SOCIAL MEDIA MOSCOW

Как подружить социальные сети и социальные услуги?

# ТОЧКА «А»



МОСКОВСКОЕ  
ДОЛГОЛЕТИЕ

Проект Мэра

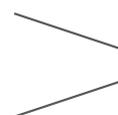
**164**  
сообщества

**<100**  
подписчиков  
в 39 группах

**<500**  
подписчиков  
в 112 группах



Общее количество  
подписчиков



**103 000 ЧЕЛ.**

# ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ



Несвоевременное обновление данных

---



Несоответствие контента требованиям социальной сети

---



Невнимательное отношение к текстам  
~~Отсутствие понятного оформления~~



---

Несоответствие контента целевой аудитории

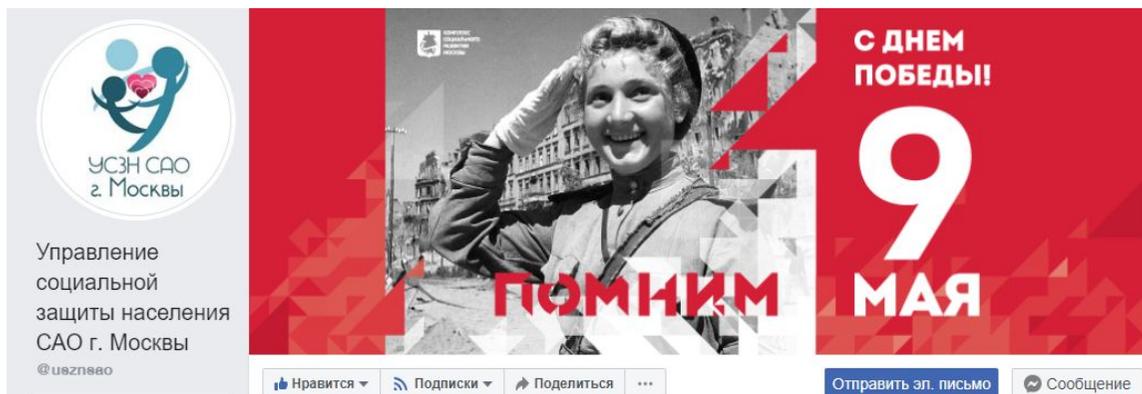
---



Публикация контента, предназначенного для других носителей

---

# ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ



## ТЦСО Ясенево

### Информация

<http://tcso-yasenevo.ru/>

+7 (495) 421-15-22

ул. Голубинская 32 к. 2, Москва

Подробнее

Добавить фотографии



# ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ



ТЦСО Ясенево

1 мар в 22:53

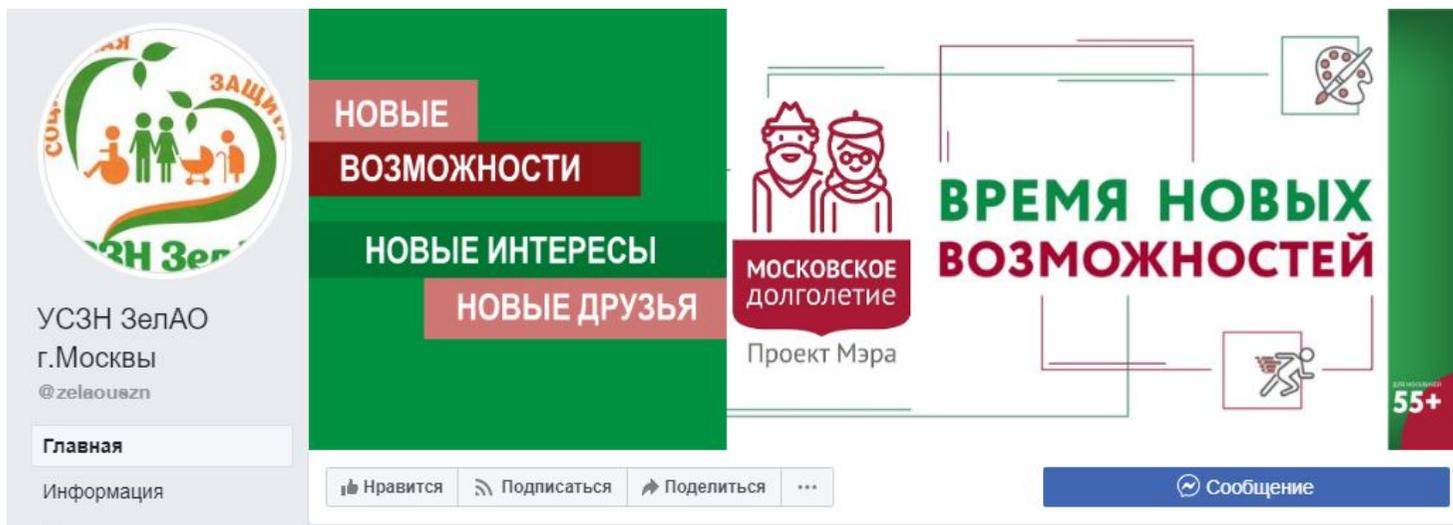
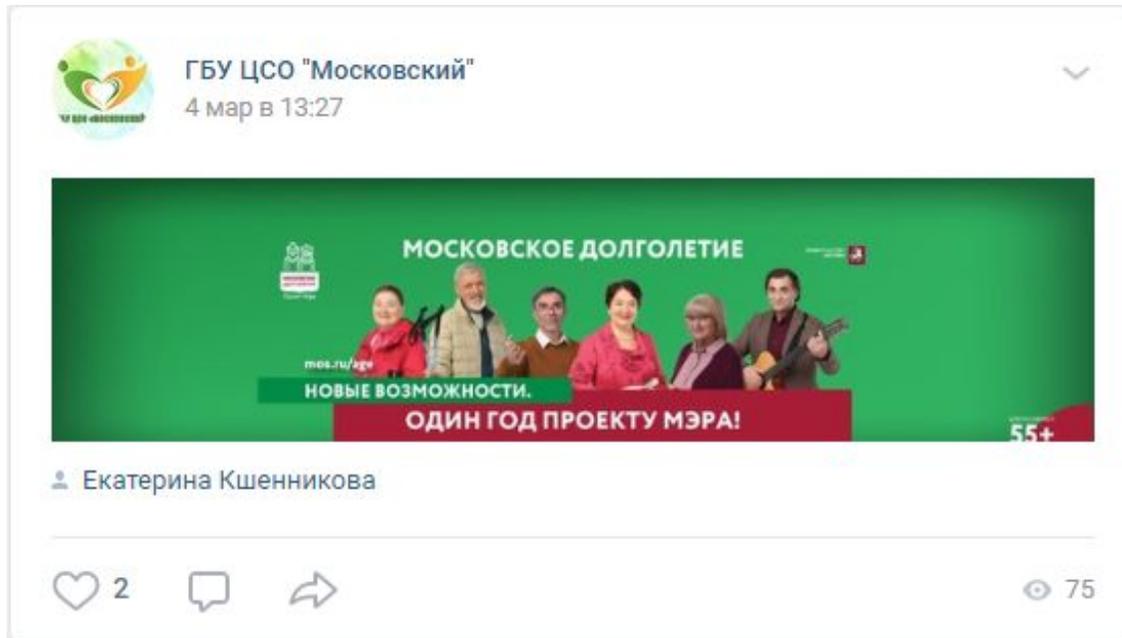


Активное долголетие отметило свой первый маленький юбилей! Помните, как все начиналось? В первый весенний день в социальных центрах Москвы все закружилось, задвигалось в стиле новых танцевальных, спортивных и интеллектуальных площадок. Наше Ясенево было не исключением. Сегодня наши самые активные долголеты отметили это событие, как и полагается - с "Радостью", с песнями и танцами! Ведь проект мэра Москвы один из самых нужных, важных и долгожданных проектов для наших пенсионеров. С праздником Вас, дорогие наши долголеты, с весенним настроением и продолжением проекта!



11

# ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ



# ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ



**ТЦСО Чертаново**  
@chertanovo\_tco

Твиты  
**150**

Читаемые  
**19**

Нравится  
**22**

Читать



**ТЦСО Чертаново** @chertanovo\_tco · 18 мая

Как часто мы перестаем замечать мелочи, к которым привыкаем? А ведь некоторые из них имеют большое значение. Например, дыхание. Редко кто обращает внимание на правильную постановку дыхания, делает упражнения, знает технику. А эти знания полезны для здоро..



**ТЦСО Чертаново**

Как часто мы перестаем замечать мелочи, к которым привыкаем? А ведь некоторые из них имеют большое значение. Например, дыхание....

[vk.com](https://vk.com)



# ОФОРМЛЕНИЕ

**Правило трех секунд: новый пользователь должен сразу понять, о чем страница и найти контакты.**

- ✓ Понятное название сообщества, удобное для поиска
- ✓ Описание учреждения и направлений деятельности
- ✓ Контактная информация
- ✓ Ссылка на сайт

# ОФОРМЛЕНИЕ



Департамент труда и социальной защиты населения

изменить статус

## Информация

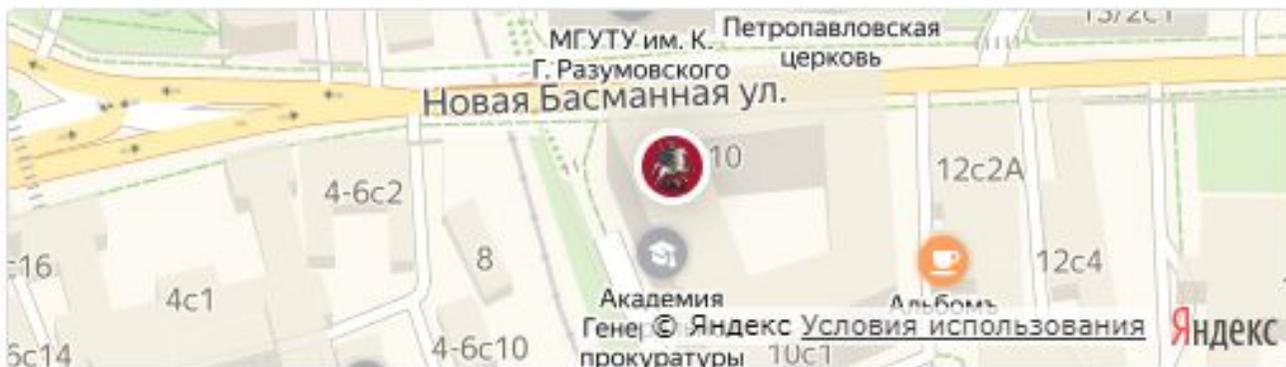
Официальная страница Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы

[www.dszn.ru](http://www.dszn.ru)

Закр<sup>ы</sup>то · Откроется в 8:00

Новая Басманная улица, 10 с1, Москва

Подробнее



11:24



mosdolgoletie



546

4 844

5

публикации подписчики подписки

Подписаться



МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ 🌿

Общее дело

❤️ Секции на любой вкус:

🏆 Спорт

🎨 Творчество

📖 Обучение

👴 55+ 👵 60+

🎁 Бесплатно

🏠 Рядом с домом

👉 Лето в парке

[taplink.cc/mosdolgoletie](http://taplink.cc/mosdolgoletie)

На обновления этого человека подписаны [more.a.mor](#), [amirova\\_leyla](#) и [tanya\\_strelka](#)



IGTV

8 видео

Позвонить

Эл. письмо



# ВЕДЕНИЕ



МОСКОВСКОЕ  
ДОЛГОЛЕТИЕ

Проект Мэра

## Рекомендации по ведению сообществ



Публикуйте  
уникальный  
контент



Обеспечивайте Social  
Actions  
в первые 30 минут после  
публикации поста



Размеры фото должны  
соответствовать  
рекомендациям соц.сетей



Добавляйте текст  
к репостам



Выдерживайте  
паузу между  
публикациями

## Обеспечивайте вовлеченность пользователей



Расширенные опросы



Конкурсы, викторины



Открытый вопрос  
в конце поста

# ВЕДЕНИЕ



МОСКОВСКОЕ  
ДОЛГОЛЕТИЕ

Проект Мэра



**ДУМАЙТЕ О ВАШЕЙ ЦЕЛЕВОЙ АУДИТОРИИ!**

# МЕДИА



МОСКОВСКОЕ  
ДОЛГОЛЕТИЕ

Проект Мэра

## Фото



Фотография в фокусе,  
не замыленная



Достаточная яркость  
и контрастность



Ровный горизонт



Отсутствуют лишние  
объекты на фото



Соответствие  
задаче

## Видео



Высокое разрешение



Отсутствие черных  
полей



Выбирать кадр  
для обложки



Всегда прописывать  
название видео

# СОЗДАНИЕ ФОТО

## Свет – основа качественного фото!

Фотография должна быть не пересвеченная и не темная. Для этого можно вручную регулировать экспозицию (яркость света на фото).

## Всегда протирайте камеру телефона перед съемкой!

## Композиция (постановка объектов в кадре)

Используем правило третей

---

Включаем в настройках телефона сетку, которая делит кадр на 9 частей.

---

Горизонт должен проходить по верхней или нижней полосе этой сетки, а любой объект должен располагаться на точках пересечения и не во весь кадр.

# СОЗДАНИЕ ФОТО

Пример фото с использованием правила третей



# СОЗДАНИЕ ФОТО

## Как добиться динамики в профиле?



Чередуем виды визуального контента (фото, видео, карусель, графика)



Не публикуем рядом и друг под другом похожие фотографии.



Придерживаемся выбранной цветовой схемы профиля и обрабатываем фотографии в одном стиле.



Стремимся разнообразить свою ленту – используем разные ракурсы, типажи, локации.



Располагаем рядом фото с одинаковыми дополнительными цветами/оттенками.



Выбираем для видео подходящие к концепции профиля обложки.

# ФОРМИРОВАНИЕ ЛЕНТЫ

Секрет гармоничных профилей –  
в правильной компоновке  
снимков!



Крупный план  
(селфи, портрет)



Фото в полный рост  
(один или несколько  
человек)



Одна вторая  
(тела сверху  
или снизу)



Детали  
(мелкие вещи, раскладки flat  
lay)

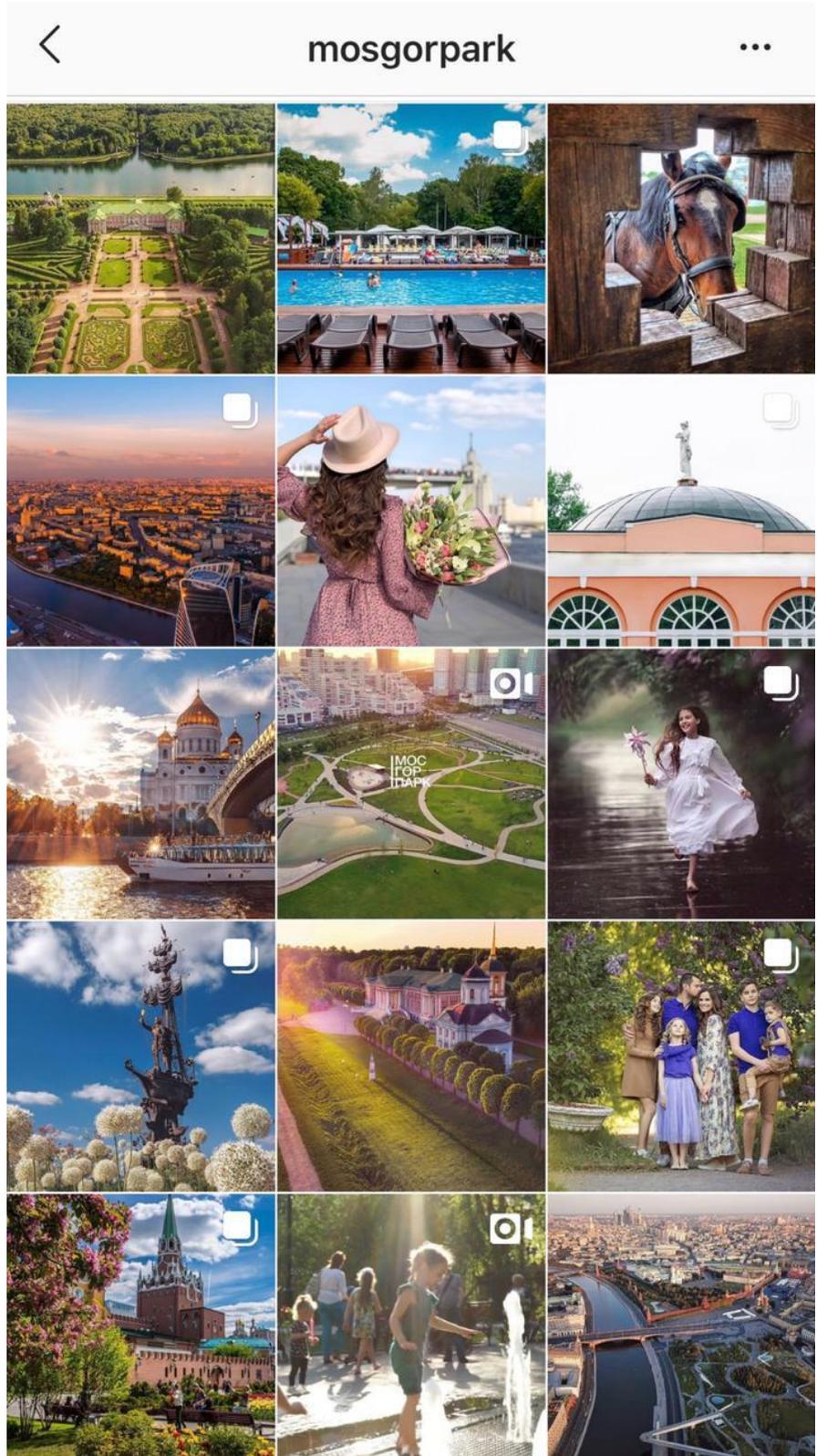


Свободное фото  
(пейзаж, фон,  
одна деталь)



Фото с графикой  
(баннер,  
инфо-пост)

Ищите заранее референсы для себя  
или для фотографа!



# ВИДЫ КОНТЕНТА

✓ **Развлекательный** (Розыгрыши, марафоны, загадки, предсказания, юмор и позитив, тематические цитаты, тесты, подборки фильмов/игр/мест/событий, интерактивы, лайктаймы, нетворкинг)

✓ **Информационный** (Обзоры, мнение эксперта, об учреждении, анонс мастер-класса, лайфхаки, один день из жизни, секреты и фишки, репортаж, backstage, интервью, исследование, опрос, история учреждения, успехи и достижения, цели и планы на будущее, прогнозы, статистика и факты, история персоны, вопрос-ответ, чек-листы, полезные механики и инструкции, дискуссии, тренды и новинки, детали, спрос мнения и предложений, подборки и рекомендации, партнеры и друзья, рейтинги)

✓ **Виды продающего контента** (Описание услуги, демонстрация, уникальность предложения, новинка, выбор эксперта, до и после, отзывы получателей услуг, пользовательский контент, кейсы)

# ЧИТАЕМЫЙ ПОСТ



Текст пишем грамотным языком (релевантным ЦА), разбивая на абзацы (3-4 предложения). Используем в тексте мысль, транслирующую триггер (психологический крючок, заставляющий человека реагировать на контент).

Для проверки и анализа используем сервис *glvrd.ru*

## Эффективные триггеры



Быть здоровым



Хорошо выглядеть



Быть популярным



Быть в безопасности



Быть в мире/гармонии с самим собой



Иметь свободное время



Иметь счастливую семью



Веселиться/получать удовольствие

# ЧИТАЕМЫЙ ПОСТ

mosru\_official



Нравится: 365

mosru\_official Занятия спортом могут быть веселыми и яркими. Не верите? Посмотрите на фотографии с Красочного забега, который прошел в Москве вчера

#спорт #Лужники #Mosru

УСЗН ЮВАО г. Москвы  
2 июля в 09:29

КОНКУРС ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА «СОЦИАЛЬНЫЙ РАБОТНИК – 2019»

В преддверии празднования дня социального работника, в Московском государственном академическом театре «Русская песня» 1 июня состоялось финал конкурса профессионального мастерства «Социальный работник – 2019». Это мероприятие проводится уже в 19 раз в целях повышения престижа специальности и поощрения наиболее достойных представителей профессии.

После торжественного открытия конкурса, с приветственным словом к присутствующим обратился Министр Правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Аршакин Петросян: «Наша тема сегодня «Социальный работник будущего». Это тема самая злободневная сегодня. Кто он, социальный работник будущего, мы сейчас с вами узнаем. И каким он должен быть, чем он должен обладать? Сердце – это самое главное качество, если этого нет, то в нашей системе делать нечего! В наших сердцах нуждаются люди, во имя которых мы и ходим в социальную защиту. Всем хочу пожелать сегодня удачи, для меня победители вы все!».

11 талантливых работников Центров социального обслуживания города Москвы представили на суд жюри яркие и творческие номера.

В первом испытании конкурсанты представили сами себя в заранее подготовленных Видео – визитках. От Юго-Востока выступала Мишневская Ирина, которая работает в социальной защите более десяти лет. Она рассказывает, что с самого раннего детства, у неё была тяга и подругам бабушки: выслушает что-то историю, кому-то поможет вымыть паль или посуду. Ирина уверена, что приносит пожилым огромную пользу и радость. Что профессия социальный работник это – призвание, и в ней не попадают случайные люди!

На втором этапе конкурсанты рассказали о своих рабочих буднях, выступив с театрализованными представлениями. Нашей Ирине в этом помогли начальник Управления социальной защиты населения Юго-Восточного административного округа города Москвы Ольга Корчагина и коллеги из центров социального обслуживания населения ЮВАО. Выбрать победителя оказалось очень сложно. Все они талантливые, энергичные, любящие свою профессию люди. Но менять законы жанра не может даже жюри. Первое место получила наша Ирина Мишневская ГБУ ТЦСО «Южнопортовый» филиал «Лефортовое»!!! Второе место заняла Клавдия Придашкина ГБУ ТЦСО «Ховрино» филиал «Левобережный» САО, а третье разделили между собой — Ксения Вайблинская ГБУ ТЦСО «Таганский» филиал «Замоскворечье» ЦАО и Антон Оницаев ГБУ ТЦСО «Тушино» филиал «Северное Тушино» СЗАО.

В заключении мероприятия после вручения дипломов и подарков, Владимир Аршакин поблагодарил всех участников словами: «С праздником дорогие мои! Пусть всегда будет звездное небо и дорожку светлую, пройдите до конца. Спасибо вам большое!» и исполнил две замечательные песни, а конкурсанты ему в этом помогли и с удовольствием танцевали на сцене. Частичные улыбки не сходили с лиц участников и зрителей.

#Москва #ДТСН #УСЗНЮВАО #Соцзащита #Жульбино #Кузьминки #Марьино #Южнопортовый <http://dssn.ru/>



Татьяна Коринес и ещё 298  
Комментарии: 20 Поделились: 97

Нравится Комментировать Поделиться

ТЦСО Ясенево  
1 мая в 12:18

Программа «Московское долголетие» - это не только возможность посещать занятия и общаться, но и найти свою любовь. Вчера корреспондент «Вечерней Москвы» встретился с одной из 13 пар, которые познакомились благодаря программе.

Виктор Котов и Валентина Кальчикова раньше жили в разных районах Москвы. Однажды Валентина пришла вместе с бабушкой в центр социального обслуживания, и там увидела его.

- Он мне сразу понравился, но подруги я не рашлась, - вспоминает она. Прошло несколько лет. Началась программа «Московское долголетие», и на фестивале, который проходил в прошлом году на ВДНХ, Валентина среди тысяч посетителей сумела разглядеть Виктора. Видно, им суждено было встретиться вновь.

- Она подошла ко мне, мы разговорились, - рассказывает Виктор. И с тех пор уже не расставались. Сначала он как настоящий джентльмен ухаживал, дарил цветы, приглашал на свидания. Однажды Валентина решилась пригласить его домой.

- Я накрыла стол, наготовила, даже икру купила – так мне хотелось его порадовать, - рассказывает она. - Он пришел, поел, и потом мы пали и даже танцевали!

Довольно быстро Валентина и Виктор поняли, что не могут быть друг без друга, и решили жить вместе.

- Нам очень хорошо вдвоем, тепло, уютно, - признается Валентина, нежно обнимая Виктора. - По дому он мне очень помогает, я вообще перестала ходить за продуктами, все он покупает.

- А Валюша очень вкусно готовит, - добавляет он, улыбаясь. Тихий, спокойный, на лышод и на курящий, очень уступчивый – так описывает своего супруга Валентина. Словом, золото, а не мужик!

- Валя более активная, постоянно что-то придумывает, организует, - делится Виктор. - И мне это нравится, нельзя же все время сидеть дома.

Есть у влюбленных и общее занятие – они любят в хоре «Поющие сарданы». Не пропускают ни одной репетиции, очень любят выступать на концертах. Виктор – всегда в чистой, наглаженной рубашке и брюках. Валентина очень следит не только за своим внешним видом, но и супруга.

- Я и сама не верила, что любовь может случиться в таком возрасте, но сейчас смотрю на Виктора, и сердце замирает от счастья, - делится Валентина. Влюбленные даже не могут долго находиться друг без друга. Если нужно отлучиться по делам, то только ненадолго.

- Очень скучаем друг без друга, переживаем, постоянно созваниваемся, - объясняет Виктор.

Возраст, конечно, дает о себе знать, но только в плане здоровья. В душе им обоим не больше 30-ти – это видно по горящим глазам и лучезарной улыбке. Тем не менее, у Виктора проблемы с сердцем, да и ноги иногда болят у Валентины. Поэтому пара решила заняться спортом.

- Записались на скандинавскую ходьбу, ледяную физическую культуру, - говорит она. - Будем обязательно посещать, это очень важно.

А в перерывах между занятиями в хоре и спортом влюбленные переходят к необычной церемонии. Дело в том, что они решили обвенчаться!

- Здесь, при ТЦСО Ясенево есть своя церковь, батюшка, - рассказывает Виктор. - Он дал нам свое благословение.

И у Валентины, и у Виктора до этого были официальные отношения. Но когда болели супруге оба остались одни, поэтому нарушений нет, все по законным законам.

- Нам хочется стать еще ближе друг к другу, а венчание – это особенная церемония, - говорит Валентина. Они ценят каждый момент жизни, и очень хотят провести ее вместе. И для этого нет никаких преград, ведь любовь – самое сильное чувство, соединяющее одинокие сердца.



Социальный работник

Нравится Комментировать Поделиться

# ХЭШТЕГИ

- ✓ **Геопривязанные хэштеги**  
(#Москва, #Строгино)
- ✓ **Навигация по профилю**  
(#Мероприятия\_МД, #Активности\_МД)
- ✓ **Собственные хэштеги**  
(#Москвадобрыйгород)
- ✓ **Тематические хэштеги**  
(#ФСИ, #МКФ2019)

**Тестируйте и ищите свой оптимальный набор!**



ТЦСО "Зюзино" филиал "Котловка"

25 мая в 00:23 · 🌐

Заниматься творчеством сегодня интересно и модно. Куда ни глянь, каждый второй шьет, вышивает, клеит и мастерит. Незаметно сам соблазняешься сделать что-нибудь красивое и желательно полезное. Начинаешь изучать ассортимент магазинов, и понимаешь: вязать сложно, вышивать долго, рисовать не каждый умеет, да и фантазии маловато. Вот тут и спасает декупаж.

Декупаж - это вид прикладного творчества представляющий собой технику декорирования разнообразных поверхностей с помощью нанесения напечатанных полиграфическим способом картинок с последующей лакировкой полученного изображения для защиты от внешних воздействий.

Ждем Вас по адресу : Севастопольский пр-т,д.11А

Декупаж#МосковскоеДолголетие #дтсзн #поделки#Творчество



# ХЭШТЕГИ



Гбу-Тцсо Филиал-Строгино

16 апреля · 🌐

#святаяблагодать

Сегодня в нашем ЦСО проходит Соборование. Это Церковное Таинство, в котором призывается на человека благодать Божия. Для участия приглашаются православные верующие. Начало в 11:00.

Адрес: Строгинский бульвар, д. 5

Телефон: 8(495)758-85-91

#соцзащита #московскоедолголетие #СЗАО  
#ДТСЗН #пенсионеры #ЗОЖ #активность  
#Старшеепоколение #УСЗНСЗАО  
#соцзащитаСЗАО #моестрогино  
#строгиноналадони #люблюстрогино  
#активныйгражданин #ТЦСО  
#МосковскоеДолголетие #ПравительствоМосквы  
#ПилотныйПроект #ЖитьАктивно  
#АктивноеДолголетие #СоциальныеИновации  
#управстрогино #префектурастрогино  
#моелюбимоестрогино #подслушановстрогино  
#метрострогино #соборование

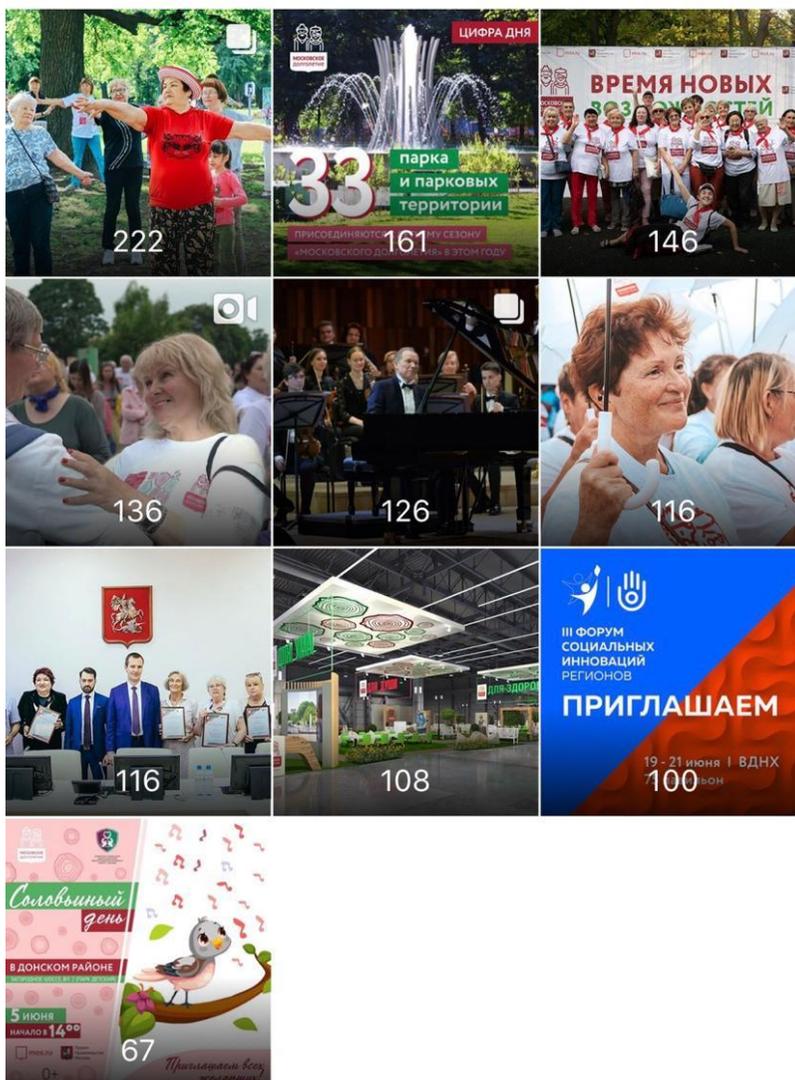


Напишите комментарий...

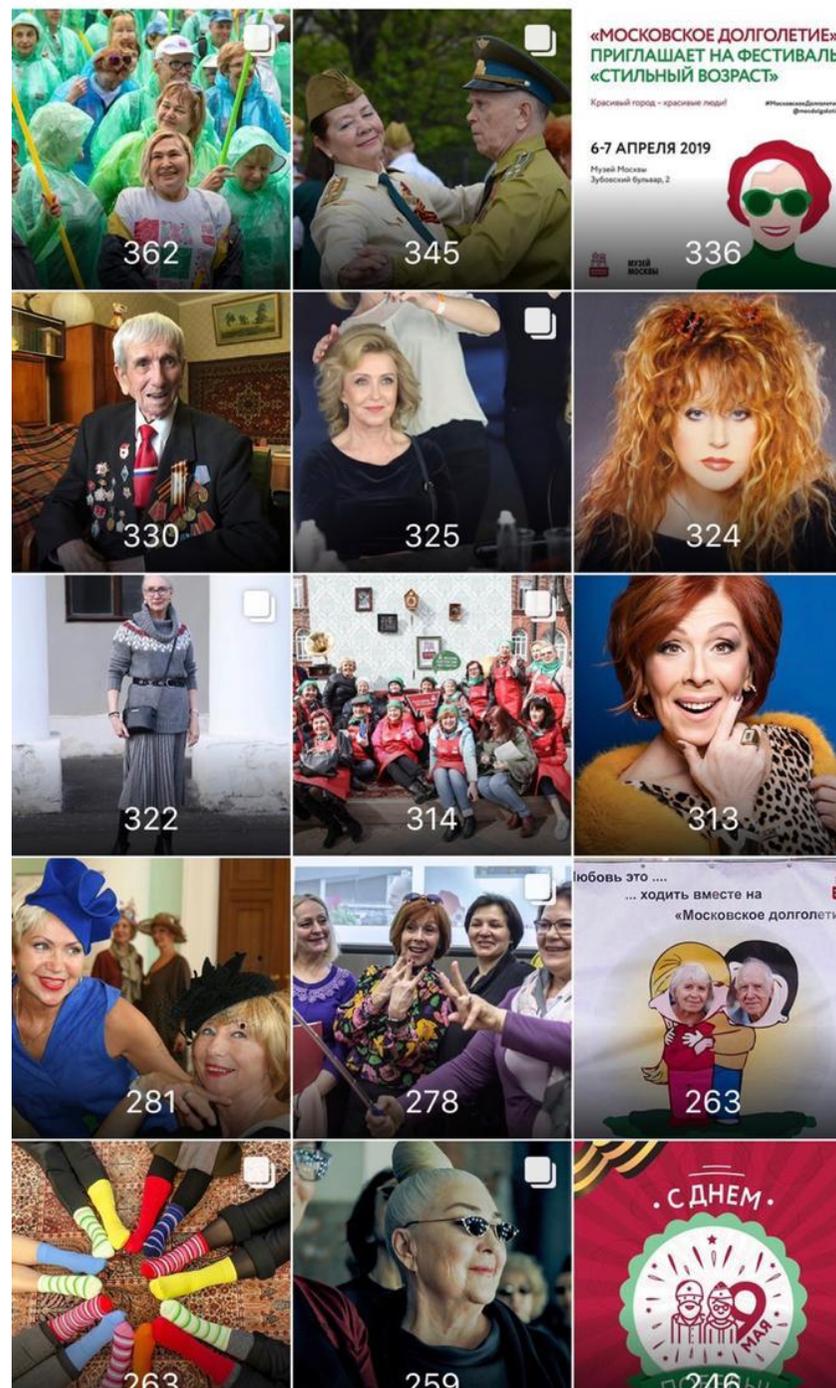


# СТАТИСТИКА

Вы видите: **Все**, дата публикации: посл. **7 дней** с сортировкой по показателю «**Вовлеченность**»



Вы видите: **Все**, дата публикации: посл. **1 год** с сортировкой по показателю «**Вовлеченность**»



## ТОЧКА «Б»

- ✓ Оформить страницы (контактная информация, адрес, описание, услуги, обложки, аватарки)

---
- ✓ Прописать группы целевой аудитории и что для них важно

---
- ✓ Сгенерировать 30 тем для постов

---
- ✓ Подключить бизнес-профиль в Instagram

---
- ✓ Наблюдать за статистикой страниц

---
- ✓ Тренироваться в фотографии

---



# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

