



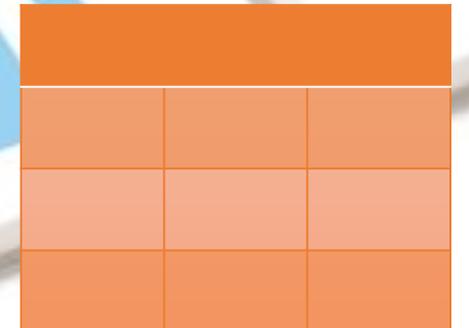
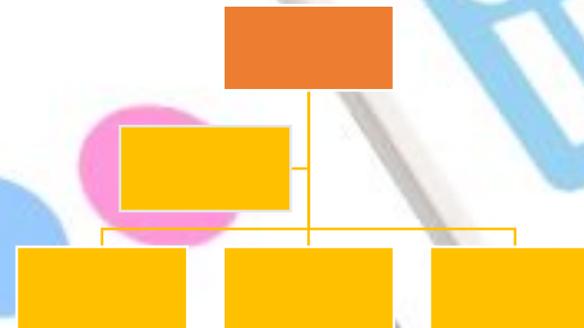
**Использование визуальных  
компонентов в работе с  
социальными сетями:  
инфографика, демотиваторы,  
мемы**

**Фот Кристина Владимировна  
МАУ «Городской центр медицинской  
профилактики»**

# ИНФОГРАФИКА

- это визуализация данных или идей, целью которой является донесение сложной информации до аудитории быстрым и понятным образом.

Средства инфографики помимо изображений могут включать в себя диаграммы, графики, блок-схемы, таблицы, карты, списки.

A 4x4 grid table with 16 cells, colored in a gradient from light orange to dark orange.

**Инфографика может помочь в распространении идей и привлечении внимания.**

Одно грамотное изображение стоит 1000 слов. Оно способно упростить смысл и в то же время передать всю необходимую информацию. Изображения делают информацию более привлекательной и убедительной.



Визуально инфографика может быть представлена в разных формах. Например, в качестве карикатуры, диаграммы, иллюстрации, эмблем или простых рисунков.

Любой образ подходит, если он эффективно работает для передачи данных, выполняя конкретные цели, поставленные составителем инфографики.

Инструментарий не ограничен.



Первое, чему НЕОБХОДИМО научиться — это  
**выбирать главное.**

Инфографика — это сюжет. Нашел историю —  
**выбирай главное и отсекай лишнее.**



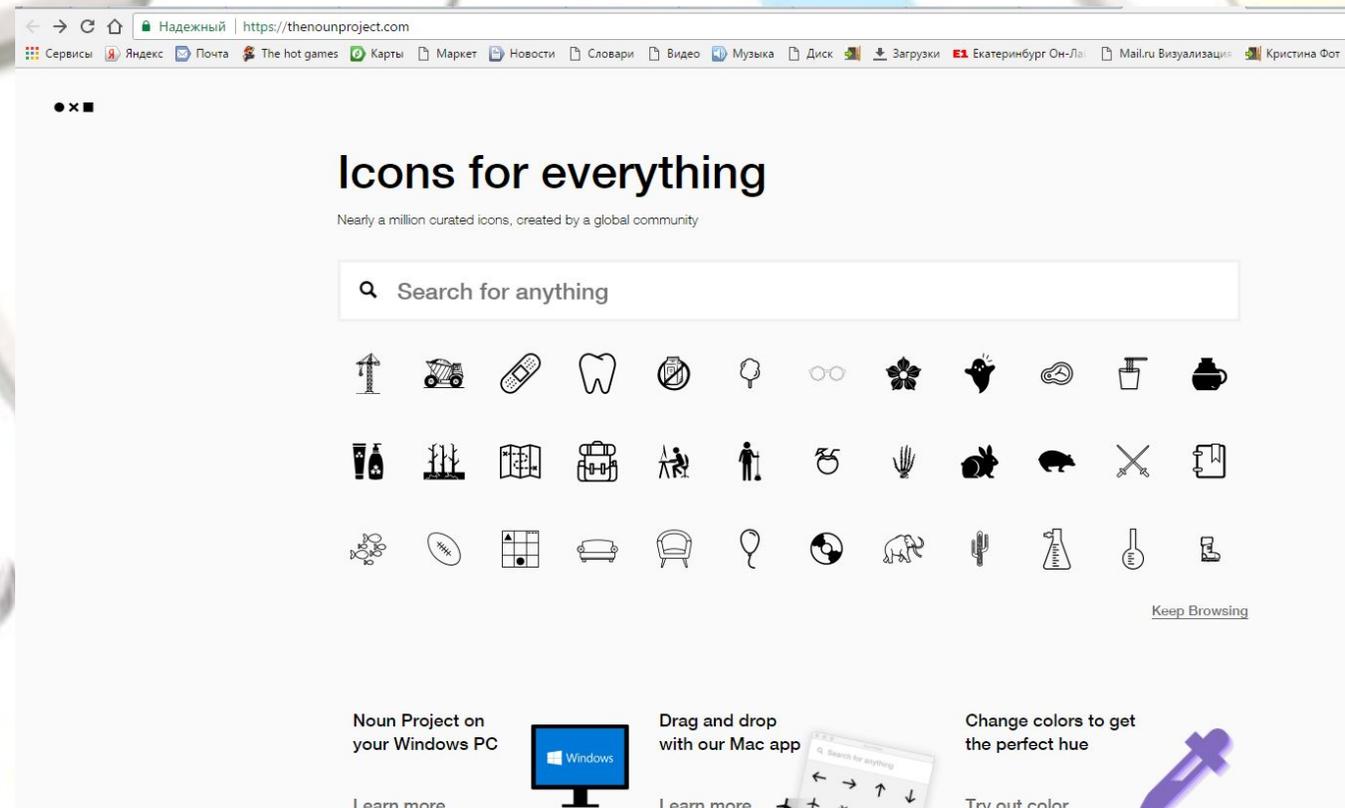
# инфографики

- Использовать чужую — это нарушение закона об авторском праве, лучше написать автору и попросить использовать его работу.
- Еще фотографии можно брать со стоков — это хранилища платных и бесплатных изображений. Самые известные ресурсы:

**Shutterstock, Gettyimage, Freeimages.**



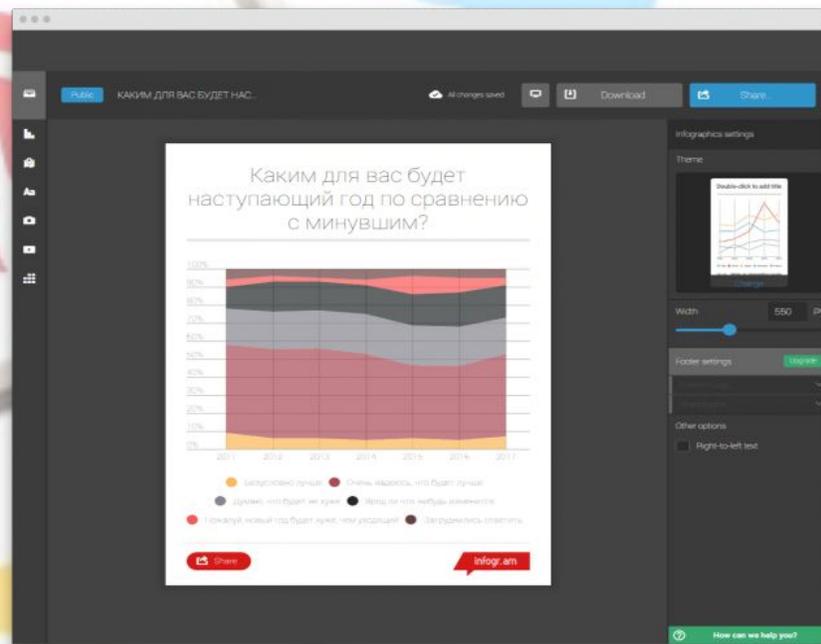
- Иконки: **Noun Project**. Когда скачиваете символ, вам предлагают два варианта: либо забираете иконку бесплатно и используете только в творческих целях, либо покупаете для коммерческих проектов.
- Графические ресурсы: **<http://ru.freepik.com/>**



## Онлайн инструменты

Когда данные собраны и придумана история, можно подумать о форме. Многие сервисы позволяют создать инфографику онлайн в три клика **Piktochart**, **Инфограм**.

Бесплатно доступны несколько шаблонов — в них вы упакуете свои цифры и тексты.



# ИНФОГРАФИКА

1

## PowerPoint

### ПЛЮСЫ

Русский язык  
Доступно  
Бесплатно  
Просто

### МИНУСЫ

Мало возможностей  
Однообразный  
формат

2

## PowerPointbase.com

### ПЛЮСЫ

Русский язык  
Online  
Бесплатно  
Шаблоны для  
презентаций,  
диаграмм и пр.

### МИНУСЫ

Требуется  
регистрация  
Необходимость  
скачивания шаблонов  
перед работой с ними  
Готовые варианты  
диаграмм

3

## www.canva.com

### ПЛЮСЫ

Русский язык  
Online  
Бесплатно  
Дизайн инфографики,  
постов в соц. сетях,  
плакатов, открыток  
Сохранение  
созданных дизайнов

### МИНУСЫ

Требуется  
регистрация

4

## www.easel.ly

### ПЛЮСЫ

Online  
Бесплатно  
Интересные шаблоны  
Множество иконок

### МИНУСЫ

Англоязычный ресурс  
Часть иконок не  
доступна для  
бесплатного  
пользования

# Примеры возможностей PowerPoint/Word

## Где я могу сдать тест на ВИЧ бесплатно?

В моей поликлинике

В центре СПИДа анонимно

В мобильном пункте экспресс-тестирования анонимно

Все, что нужно знать про ВИЧ-инфекцию можно узнать на [www.profilaktica.ru](http://www.profilaktica.ru)

## Влияние алкоголя на организм человека

- Мозг:** Нарушается доступ кислорода к нейронам. При длительном употреблении приводит к гибели мозговых клеток.
- Сердце:** Поражается сердечная мышца, что ведет к тяжелым заболеваниям и смерти.
- Желудок:** Нарушается деятельность желудочно-кишечного тракта. Выявляются гастрит, язвенные болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
- Печень:** функции печени нарушаются, что может привести к циррозу (перерождению) печени.
- Мышцы и кожа:** Хроническое употребление алкоголя часто приводит к ослаблению и истощению мышц. Алкоголь может повреждать мышцы непосредственно.

**ВАЖНО ЗНАТЬ**

По данным Всемирной организации здравоохранения, в мире как минимум 140 миллионов алкоголиков, и большинство из них не лечится. Из них примерно 2,5 миллиона — в России. Ученые считают, что 1 из 25 человек в мире умирает именно от последствий приема алкоголя.

Подробнее на [www.profilaktica.ru](http://www.profilaktica.ru)

Муниципальное автономное учреждение  
**ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

## СУББОТНИК ПРОТИВ РАКА

### Результаты 2016 года

Посетившие «Субботник против рака» | Выявлены онкологические заболевания

7594 человека

13% (1115 человек)

#### Распространенные онкологические заболевания

Заболевание	Процент
Молочная железа	41%
Кожа	31%
Шейка матки	14%
Органы пищеварения	7%
Простата	4%
Прочие	2%
Легкие	1%

Подробнее на [www.profilaktica.ru/onko/](http://www.profilaktica.ru/onko/)

ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ



**24 марта – Всемирный день борьбы с туберкулезом**

- 1 В 2016 году на туберкулез было обследовано 500 тыс. человек\*
- 2 В 2016 году выявлено 934 больных туберкулезом\*
- 3 Ежегодное обследование можно пройти в любой поликлинике Екатеринбурга (нужен полис, паспорт) бесплатно\*
- 4 Методы обследования на туберкулез: Взрослое население- флюорография Дети-реакция Манту или Диаскинтест\*

\* Данные по Екатеринбург

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

**Узнай, нормальный ли у тебя вес?**

$$\text{ИМТ} = \frac{\text{вес(кг)}}{\text{рост(м)} \times \text{рост(м)}}$$

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

## ЕВРОПЕЙСКАЯ НЕДЕЛЯ ИММУНИЗАЦИИ



24-30 апреля 2017 г.

### ТАТЬЯНА

Я сама привита по плану, муж и дети тоже. Ни у кого из нас никогда не было никаких реакций на прививки. Я и 93,5%\* других родителей считаем, что прививки нужны.



ТАТЬЯНА  
Мать двоих детей, 45 лет



АЛЕКСАНДР  
строитель, 32 года

### АЛЕКСАНДР

В свободное время увлекаюсь охотой и рыбалкой. По личному опыту знаю, что без прививки и защитной одежды в лесу делать нечего. Я и 50,6%\* города прохожим вакцинацию по собственной инициативе.



ВИКТОР  
Топ-менеджер, 52 года

### ВИКТОР

Я, как и многие (32,5%\*), считаю, что прививки - это важное достижение науки и медицины, позволяющее защитить организм от инфекционных заболеваний.

\*по данным социологического исследования на тему "Отношение беременных женщин и родителей детей младшего возраста к иммунизации" 2014 год, г. Екатеринбург

## PROFILAKTICA.RU

### КАК ОТНОСЯТСЯ К КУРЕНИЮ НА РАБОТЕ?



Служба исследований\* провела опрос среди екатеринбургских работодателей и соискателей, чтобы выяснить, как они относятся к курению на работе и злоупотребляют ли сами. В опросе приняли участие 895 жителей Екатеринбурга

\* Служба исследований Зарплата.ру

32%

РАБОТНИКОВ ПРИЗНАЛИСЬ В КУРЕНИИ, КОГДА ИЗ РАБОТОДАТЕЛЕЙ КУРЯТ ЛИШЬ 19%.



53% ВЫСШИЙ МЕНЕДЖМЕНТ  
44% СФЕРА ИСКУССТВА  
САМЫЕ КУРЯЩИЕ ПРЕДСТАВИТЕЛИ

16%

РАБОТНИКОВ СФЕРЫ "БУХГАЛТЕРИЯ, ФИНАНСЫ" КУРЯТ. А ЭТО МЕНЬШЕ ВСЕХ!



54% РАБОТОДАТЕЛЕЙ ОТРИЦАТЕЛЬНО ОТНОСЯТСЯ К КУРЕНИЮ В РАБОЧЕЕ ВРЕМЯ.

#### Польза отказа от курения

- улучшается состояние здоровья, точнее, оно возвращается в своё нормальное состояние;
- появляется прилив энергии и сил;
- возрастает уверенность в себе и уважение со стороны окружающих;
- некурящие люди всегда получают более положительную оценку руководства;

### ПОЧЕМУ НУЖНО БЫТЬ ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫМ?



Регулярные физические нагрузки снижают риск смерти, а также риск развития ишемической болезни сердца и инсульта

Аэробная физическая активность предотвращает появление артериальной гипертонии, а у пациентов с гипертонической болезнью снижает артериальное давление



Физическая активность способствует снижению общего холестерина в крови и риска развития атеросклероза

Улучшается баланс потребления и расхода энергии и снижается масса тела



Снижается риск развития сахарного диабета II типа, рака толстого кишечника и молочной железы

Снижается потеря костной массы (защита от остеопороза). Улучшается настроение, проходит стресс и усталость



24-30 АПРЕЛЯ 2017



Цель - повысить осведомленность населения о значении иммунизации для здоровья и благополучия людей



### ОТНОШЕНИЕ К ИММУНИЗАЦИИ

В Екатеринбурге 81,9% населения относятся к вакцинации положительно.\*



### ДОВЕРИЕ

19,1% доверяют медицине и врачам, поэтому следуют их рекомендациям по поводу прививок. Постепенно роль врачей в формировании представлений об иммунизации увеличивается.\*



### ФАКТЫ

68,9% респондентов положительно относятся к вакцинации и проходят её по собственной инициативе.\*



### ВАКЦИНАЦИЯ И ДЕТИ

93,5% ставит обязательные прививки для своих новорожденных детей. 72,5% готовы продолжать вакцинацию детей в школе/детском саду.



\*СОЦИОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ НА ТЕМУ «ОТНОШЕНИЕ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН И РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА К ИММУНИЗАЦИИ» 2014 год

## Демотиваторы

Демотиваторы (демотивационные постеры) — изображение-макрос, состоящее из картинки в рамке и комментирующей её надписи-слогана, составленное по достаточно строгому канону.



Демотиваторы выполняются на черном фоне. Черный фон и изображение в белой рамке – сама суть демотиватора

Поля достаточно большие



Главное в демотиваторе – слоган. Это идея, самая глубинная суть. Золотое правило – «краткость сестра таланта». Верстается засеченным шрифтом (Palatino Linotype, Georgia, Constanta). Можно выбрать другой шрифт, но в этом надо знать меру и вкус. Цвет шрифта – белый

Ниже располагается вторая часть – таглайн (то же, что подзаголовок; строка, следующая сразу за основным заголовком). Это пояснение или цитата, объясняющие идею подробнее

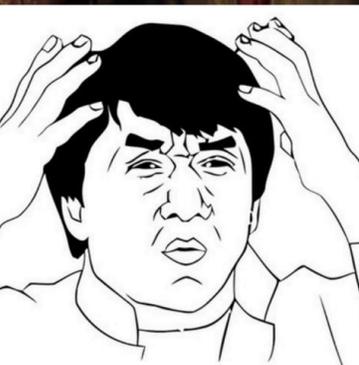
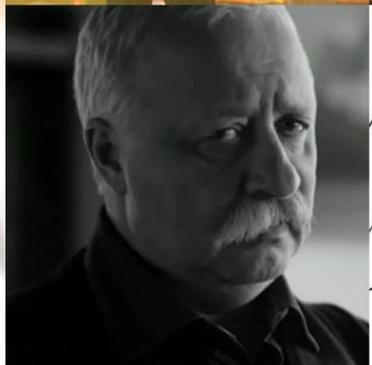
**Здоровый образ жизни**  
места для него всё меньше и меньше

Относятся к категории интернет-мемов.

## Интернет-мемы

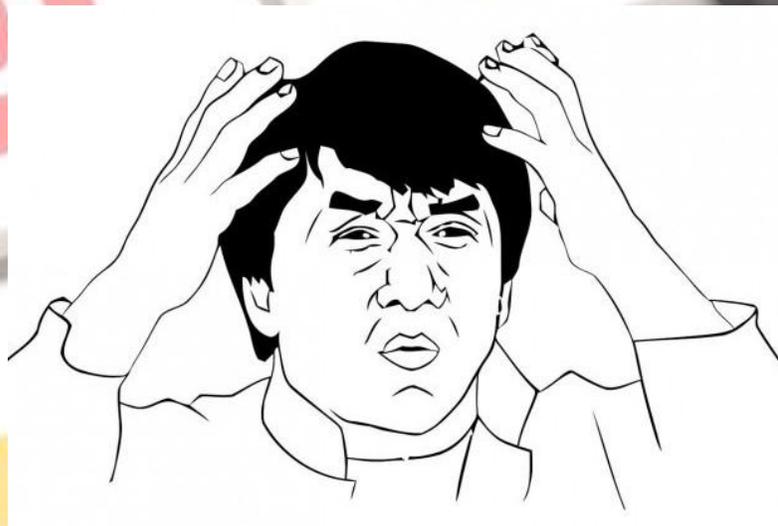
Интернет-мем — информация в той или иной форме, как правило остроумная и ироническая, спонтанно приобретающая популярность, распространяясь в Интернете разнообразными способами. Обозначает также явление спонтанного распространения такой информации или фразы.

Мемами могут считаться как слова, так и изображения. Иначе говоря, это любые высказывания, картинки, видео или звукоряд, которые имеют значение и устойчиво распространяются во Всемирной паутине.



# Зачем использовать мемы?

- Это бесплатно
- Это смешно
- Это естественно
- Это популярно
- Это универсально





МАУ «Городской центр медицинской профилактики»

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

<https://vk.com/zdorovygor>

Раздел «Документы»