



HÄLSA & VÄLMÅENDE

ANDREAS PETTERSON ROSENDAL

Områdeschef

- Fyra år på Stockholms Studentbostäder
- Ansvarig chef för ett av våra tre förvaltningsområden
- Styrelserepresentant i SSSB:s i förening Active



FRIDA SANDBERG

Kommunikatör

- Tre år på Stockholms studentbostäder
- Events
- Sociala medier
- Employer branding



OM STOCKHOLMS STUDENTBOSTÄDER

- Grundat 1958 av Stockholms studentkårers centralorganisation (SSCO)
- Styrelsen utses av SSCO och utgörs till stor del av studenter
- Över 30 fastigheter över hela Stockholm, merparten i Stockholms stad
- 8 300 studentbostäder över hela Stockholm
- 54% omflyttning per år
- **Verka för ett kulturellt och kamratligt studentliv**

PERSONALFÖRENINGAR FÖR VÄL MÅENDE



FYSISK HÄLSA FÖR PSYKISK HÄLSA

- Del av Primålssatsning med start 2020
- Födde padelbanan och utomhusgymmen
- Löpargrupper i våra områden
- Löplopp - Students Moving 4 Health

LÖPARGRUPPER

- Många löper redan - varför inte göra det i grupp
- Hitta ambassadörer på våra områden som agerar löpleddare
- Möjlighet till nya sociala möten
- Var behjälpliga med marknadsföringsmaterial
- Kom igång med löpargrupper på 11 av våra områden

MARKNADSFÖRING TILL LÖPARLEDARE

Vad kul att du vill vara med och vara löparledare i ditt område! Det är en perfekt aktivitet för att umgås och skapa nya kontakter samtidigt som man kommer ut och motionerar. För att engagera så många som möjligt kommer här material och tips som du kan använda för att marknadsföra dina löprundor.

BILDER

Bifogat får du tre olika bilder du kan använda för att marknadsföra att du drar igång med löpargrupper i ditt område, men även om du vill puscha lite extra för en löptur. Tanken med att använda dessa bilder är att det skapar en igenkänning hos deltagarna så att dem inte missar när det är dags för en löprunda.

Bild 1 är till för att publiceras i flöden på Instagram och Facebook och bild 2 är till för att användas i din story på sociala medier. I bilden för Instagram och Facebook story kan du själv skriva i bilden vilken tid och plats som löpningen drar igång. Skriv bara tid vid klockan och platsen vid destinationstecknet. Använd alltid teckensnittet Arial i färgen vit.

Bild 3 kan du själv skriva ut, fylla i ditt namn och kontaktuppgifter och sedan placera på anslagstavlor i ditt område.



1. Bild till Instagram/Facebook flöde.



2. Bild till Instagram/Facebook story.



3. Flyer.

TEXT

För att engagera så många som möjligt när du skriver texter för att marknadsföra löppet så är det alltid fördelaktigt att skriva på engelska och låt gärna peppen skina igenom! Var även tydlig med att alla kan vara med och delta och att löprundan anpassas efter allas förutsättningar.

Det är även alltid fördelaktigt att använda sig av listor för att all information ska framgå tydligt, om du till exempel skriver ett inlägg i ett Facebook eller Instagram flöde. Likt såhär:

WHERE:

WHEN:

HOW:

HASHTAGS

Att använda hashtags är ju alltid ett bra sätt för att synas på sociala medier. Använd gärna hashtagen #SSSbHealth för att marknadsföra löprundan. Tar ni egna bilder och poster får ni även då gärna använda hashtagen för att sprida ert härliga engagemang och energi!

STUDENTS MOVING 4 HEALTH

- Skapa uppmärksamhet kring studenters psykiska hälsa
- Uppmuntra studenter att röra på sig till förmån för deras psykiska hälsa
- Samlat in totalt 370 000 kronor tillsammans med entreprenörer
- Totalt 2 604 studenter som anmält sig

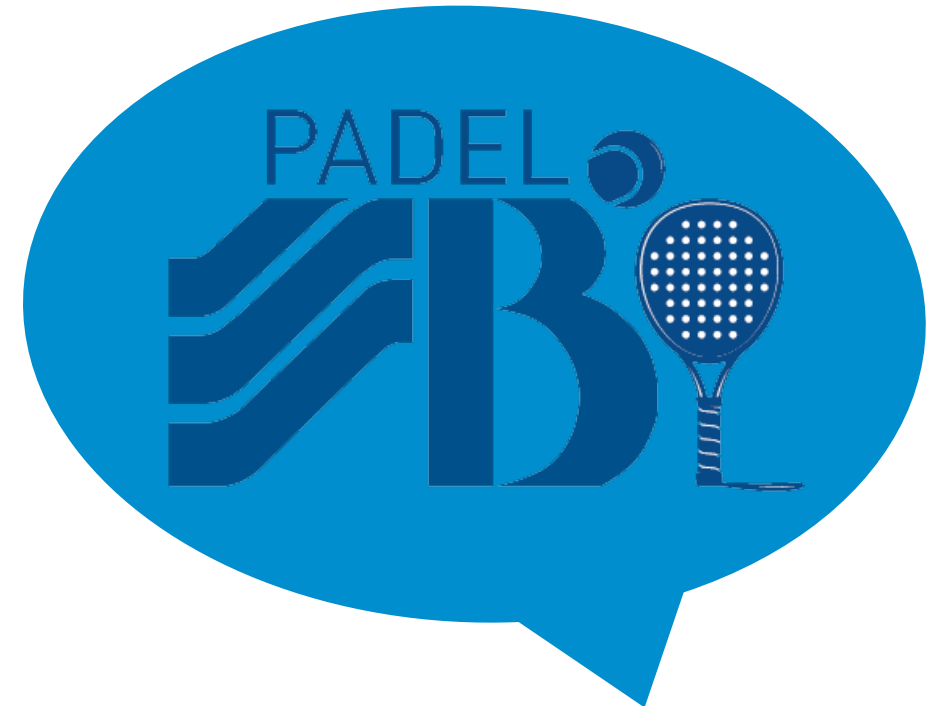
UTOMHUSGYM

- Två utomhusgym - Campus Lappis och Strix
- Öppet för alla
- Alltid mycket aktivitet
- Förra året hade vi gruppträningar med en PT



PADELBANAN

- Endast för våra hyresgäster
- Bokas genom MyCourt.se
- Studentvänligt pris
- Möjlighet att hyra padelracket
- Över 1000 hyresgäster har använt banan
- "Meet new friends"-padel
- En gratis padeltimme och kommande padelturneringar för alla medarbetare

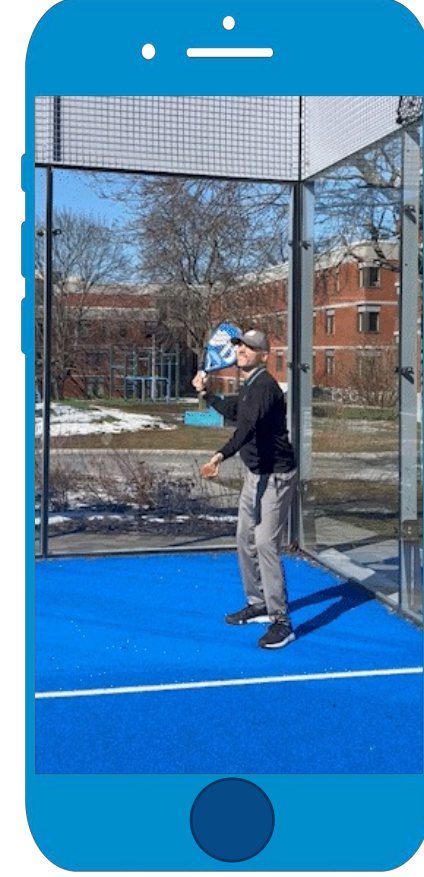


PADELAKTIVITETER

- Första året – invigning
- Andra året – Padellektioner
- Tredje året – Fler padellektioner och lärarledda turneringar

PADELAKTIVITETER

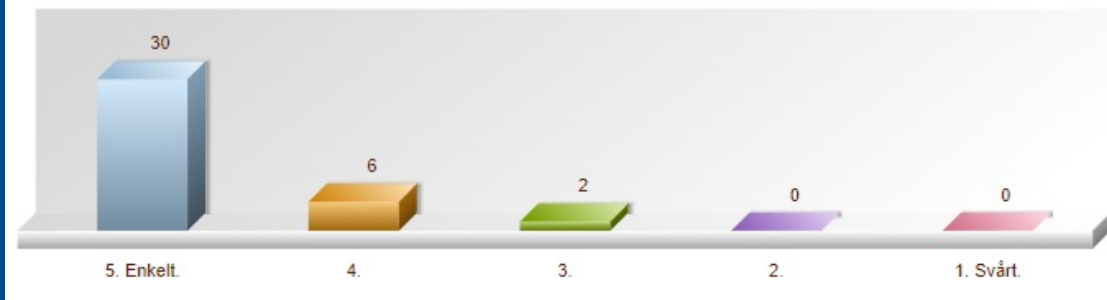
ANMÄLAN OCH MARKNADSFÖRING



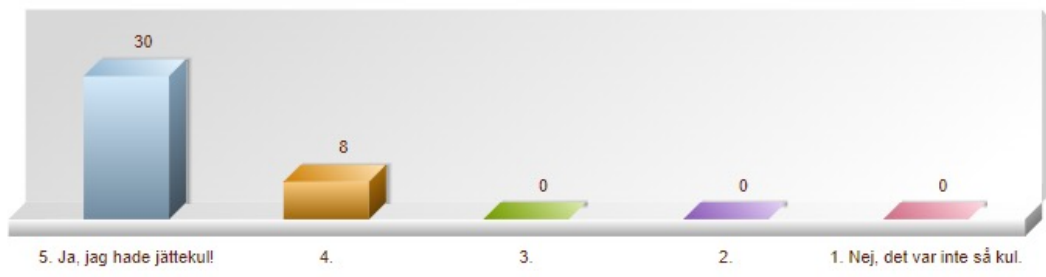
PADELAKTIVITETER

UTVÄRDERING

1. Hur tyckte du det var att anmäla dig till padellektionen?



6. Viktigast av allt, hade du kul?



I just want to say:
Thank you SSSB!

Great initiative, will
definitely sign up again!
Makes you want to play
more Padel :P

Tollis was great, really
good instructor and a
lot of fun.

Det var lite blandat i hur bra
alla var vilket var lite synd.
Stod ändå fortsättningskurs
och ändå var det någon som
inte kunde träffa bollen

Skulle vara roligt att
hinna med en match
också! :)

Good and
encouraging teacher
with great energy!

BACKYARD SESSION

- Började under pandemin 2020
- Tre år i rad
- Miniturné på innergårdar
- Livesändning på våra sociala medier
- Studenter från Kungliga musikhögskolan spelar
- I år blir fjärde året och vi kommer göra lite annorlunda

TRAPPKONST PÅ CAMPUS LAPPIS

- Tävling för alla hyresgäster
- I år är tredje året
- Skapa mer delaktighet bland hyresgästerna
- Större engagemang för boendet och ökad trivsel
- Två trappor – två vinnare
- Ca 40 bidrag i år



VAD HÄNDER FRAMÅT?

Padelturneringar och lektioner i höst. Aktiviteter som hyresgästerna själva kan boka och göra själva.

Backyard session 2.0!

Samarbete med MittGym för rabatter till våra hyresgäster.

Kan vi börja med löpargrupper igen..

TACK!

Följ oss gärna på våra sociala medier

