

Sosiale medier

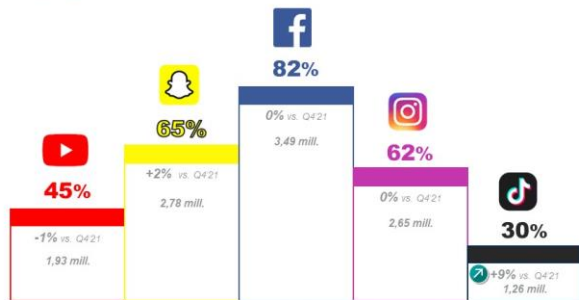


Norske Kvinners

Sanitetsforening

Sosiale medier i Norge

TOPP SOSIALE MEDIER I NORGE - ANTALL PROFILER Q4'22 vs. Q4'21



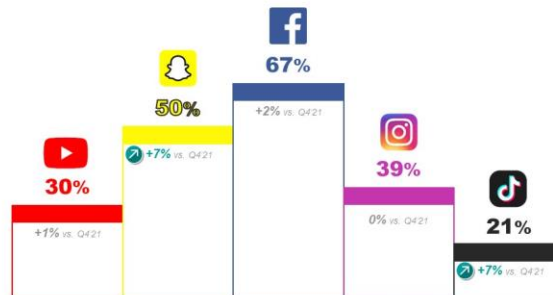
Resultatene viser befolkningen på totalnivå 18 år og eldre. Q: +/Hvite av disse nettsidene har du profil på?
Base: 2021 n= 1552/2022 n=1602

📈 Signifikant høyere vs. Q4'21
📉 Signifikant lavere vs. Q4'21



IPSOS SOME
TRACKER Q4'22

TOPP 5 SOSIALE MEDIER I NORGE – DAGLIG BRUK Q4'22 vs. Q4'21



Resultatene viser befolkningen på totalnivå 18 år og eldre. Q: +/Hvite av disse nettsidene har du profil på?
Base: 2021 n= 1552/2022 n=1602

📈 Signifikant høyere vs. Q4'21
📉 Signifikant lavere vs. Q4'21



IPSOS SOME
TRACKER Q4'22



Hvilke sosiale medier bruker vi sentralt?



Følgere: 47 543

Deler som regel mesteparten
av sakene våre her



Følgere: 11 249

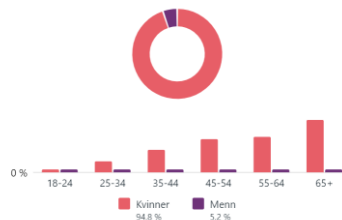
Dagsaktuelt i story
Yngre målgruppe = andre temaer
enn Facebook



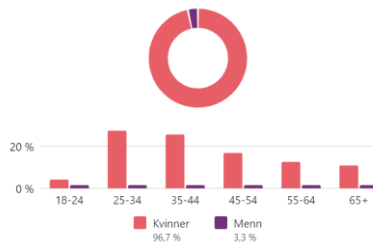
Følgere: 2242

Kontakt med næringsliv
Jobbutlysninger

Alder og kjønn



Alder og kjønn



Hva gjør jeg sentralt?

- Deler politiske budskap
- Innholdsproduksjon
- Deler hendelser, som f.eks trygghetstreff
- Oppretter arrangementer
- Annonser



Ekte kvinnehelse

Mellom 7 og 13% av fødende kvinner rammes av fødselsdepresjon og dette har økt under pandemien

Hver dag dør 2 kvinner av hjerteinfarkt

1 av 10 kvinner har endometriose, og det tar i snitt 7 år å få en diagnose

Hva vi gjør for kvinners helse

- Vi forvalter rundt 25 millioner i året på kvinnehelseforskning, og har årlig 40-50 forskere i vår portefølje.
- Oppstart av Kvinnehelsealliansen i samarbeid med pasient- og brukerorganisasjoner
- Tilbud som Flerkulturell doula og Ressursvenn
- Vi lanserer Kvinnehelsehus rundt om i Norge
- Sterk politisk påvirkningskraft

Våre politiske kampsaker

- Mer penger til kvinnehelseforskning
- Finansiering av en kvinnehelseportal på nett
- Et nasjonalt kunnskaps-, kampanje- og behandlingssenter for alvorlig endometriose og adenomyose
- Økt kunnskap om valvaidelser og flere vulvaktlikker
- Pakkeforløp for diagnose og behandling av typiske kvinnesykdommer

Hvorfor er Facebook bra for oss?

“Bra for å dele aktiviteter og hendelser.

Dette er en utmerket plass til å bygge en medlemsbase og opprettholde kontakt med medlemmene, og for å nå nye potensielle medlemmer av Sanitetsforeningen”

Hva kan din lokalforening gjøre?

1. Hvilken kommunikasjonskanal skal dere bruke?
2. Finn en som kan og vil drifte kanalene. Det må ikke være en i styret.
3. Dele det vi legger ut fra sentralt
4. Dele jevnlig, men må ikke dele hver dag.
5. Inviter de som liker postene deres til å følge siden
6. Spørre partnerorganisasjoner, lokalforeninger i nærområdet, og kommunen om de vil dele arrangement/aktiviteter som f.eks språkvenn.

Ps: man kan alltid ringe lokalavisen



Når du skriver innlegg på Facebook:

- Bruk bilder og videoer
- Sjekk alltid rettskrivning – man kan alltid redigere et innlegg etter man har publisert
- Bruk gjerne emojis i innlegg
- Skriv helst korte og konkrete tekster

Norske Kvinners Sanitetsforening
Publisert av Julie Haugstad · 23. september ·

I går deltok jordmor og prosjektleder Marit Severinsen på Debatten på NRK hvor vi fikk satt ekte kvinnehelse på agendaen! Tusen takk til alle som deler og støtter vårt arbeid for kvinners helse! 🍀

Våre politiske kampsaker er:

- 🍀 Mer penger til kvinnehelseforskning.
- 🍀 Pakkeforløp for diagnose og behandling av typiske kvinnesykdommer.
- 🍀 Finansiering av en kvinnehelseportal på nett.
- 🍀 Et nasjonalt kunnskaps-, kompetanse- og behandlingssenter for alvorlig endometriose og adenomyose.
- 🍀 Økt kunnskap om vulvalidelser og flere vulvaklinikker.

Du kan lese mer her 📄 <https://sanitetskvinnene.no/side/vare-kampsaker>

Du kan også støtte vårt arbeid ved å vippe 552334 🍀



Se innskikt og annonser Frem innlegg

👤 Ammeveilederen, Dr. Marianne Natvik og 777 andre 18 kommentarer 109 delinger

Norske Kvinners Sanitetsforening
Publisert av Julie Haugstad · 29. september ·

Små grep redder liv!

Det er vanskelig å se fotgjengere når det er mørkt ute. 35 prosent av alle fotgjengerulykker skjer i mørket, og bare om lag 5 prosent av fotgjengere som blir påkjørt og skadet bruker reflekser.

👉 Med reflekser er du synlig på 140 meters hold når bilen bruker nærlys. Uten reflekser er du synlig først på 25 – 30 meters hold. Med fremlys kan bilføreren se deg på 400 meters avstand.

I tettbygde strøk har en bilist som kjører med nærlys i 50 km/t 2 sekunder på å oppdage deg og reagere dersom du ikke bruker reflekser. Med reflekser har bilisten 10 sekunder til rådighet, i denne sammenheng er det et hav av forskjell (tryggetrafikk).



#tryggesammen

Se innskikt og annonser Frem innlegg

👤 Ammeveilederen og 169 andre 1 kommentar 71 delinger

Norske Kvinners Sanitetsforening
Publisert av Julie Haugstad · 3. oktober ·

Frivillig arbeid er ulønnet, men ikke gratis. Rekruttering, oppløring, utstyr, kompetanseheving, øvelser og organisering koster. Kriser skaper behov vi ikke visste vi hadde. Når krisen inntreffer, er dugnadsånd og frivillighet avgjørende viktig.

Sammen med Røde Kors og Norsk Folkehjelp krever vi at den frivillige helseberedskapen styrkes ved å opprette en egen premerket post i helsestatsbudsjettet på 30 millioner kroner. Vi er derfor svært håpefulle når statsbudsjettet for 2023 lanseres torsdag 6. oktober.



NORDHORSKDEBATT.NO
Er vi forberedt på neste krise? Finn ut mer

Vi lever i farlige tider. Det er krig i Europa, polarisering preger mange samfunn...

Norske Kvinners Sanitetsforening
Publisert av Julie Haugstad · 2. november kl. 19:05 ·

Vår årelange kamp for tilbudet Flerkulturell doula har endelig ført til første skritt: 2 millioner på statsbudsjettet! Dessverre trenger vi mer enn det dobbelte for å drive tilbudet videre til neste år 🙄



SANITETSKVINNENE.NO
Flerkulturell fødselstøtte til sårbare kvinner må reddes | Norske Kvinners Sanitetsforening

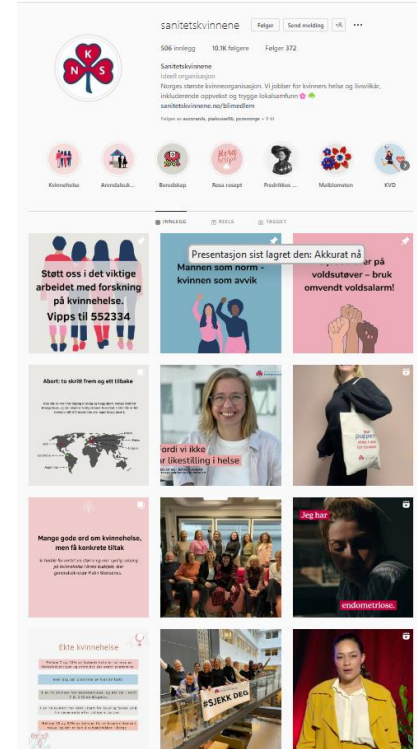
Se innskikt og annonser Frem innlegg

👤 200 10 kommentarer 22 delinger



Instagram

- Når yngre mennesker
- Bidrar til økt oppmerksomhet rundt Sanitetsforeningen
- Lav terskel å vise aktivitetene
- Bruk samme navn som på Facebook



Vis hva dere gjør for lokalsamfunnet!

Drammen sanitetsforening
9. oktober

Hastferien 2022 er ferdig, og hos oss var det full aktivitet! 🌱
Takk til gode samarbeidspartnere [Stiftelsen Dam](#) og [Viken Filmsenter As](#) som gjorde det mulig med tur til flotte aktiviteter i ferien.
[Solheimstulen Turisthytte](#) sammen med [DNT Drammen](#) og [Omegn](#) og [Sisterhood Drammen](#) sin tredje [Sisterhood GamingWeek](#).
[Drammens BK E-sport](#) - dere er helt rå!!!! Vi bøyer oss i støvet



Lørenskog Sanitetsforening
28. oktober kl. 16:23

Igår var det Halloweenparty på Klubben i Aktivitetshuset Fjellhamar gård med over 30 10-åringere! Livlig og morsom! 😊



MEDIA1.TENOR.CO
media1.tenor.co

14 6 kommentarer

Lørenskog Sanitetsforening
6. september

Ca 30 kvinner fra mange land kom på [#sjekkdag](#)-kampanjemøte på Aktivitetshuset Fjellhamar gård ikveld. Takk til gynekologene Ala og Natasja fra Åhus for flott foredrag!! Det var mange som meldte seg til sjekkdagen 26.9. Takk til Anniken i N.K.S. sentralt som initierte møtet og Elisabeth som bidro til et vellykket arrangement!



Larvik Sanitetsforening
19. oktober kl. 20:43

Ikveld feirer vi stort 2300 vaksine vakter i Sanitetsforeningens Omorgberedskaps gruppe. Utrolig bra innsats i en krevende tid. Aldri et øyeblikk -takk for innsatsen! 🌱



82 9 kommentarer 2 delinger

Hvor finner du innsikt?

Norske Kvinners Sanitetsforening
Publisert av Julie Haugsand · 3 d ·

Visste du at det er vanlig å forske på menn når det gjelder sykdommer som rammer alle? Det betyr at vi vet mindre om typiske sykdommer og lidelser som hovedsakelig rammer kvinner. Disse skjevhetene er fortsatt ikke rettet opp. Ønsker du å være med i kampen om likestilling i helse? Bli medlem nå, og betal i januar! www.sanitetskvinnene.no/blimedlem



– Fordi vi ikke har likestilling i helse

BLI MEDLEM NÅ - BETAL I JANUAR
SANITETSKVINNENE.NO/BLIMEDLEM

Samlet innsikt
Se mer informasjon om innlegget ditt.

Se innsikt og annonser

Eksponeringer av innlegg	Rekkevidde for innlegg	Innleggsgengasjement
12 086	11 411	431

152

Norske Kvinners Sanitetsforening
Publisert av Julie Haugsand · 13. oktober kl. 08:21 ·

Tilgangen til skjønnhetsklinikker og kosmetiske inngrep er blitt lett tilgjengelig og nærmest normalisert – for de som har penger eller er villig til å ta opp lån for det. Kvinner trenger ikke nok et sted som skal tjene penger på deres dårlige selvfølelse. Kvinner fortjener et tilbud som setter ekte kvinnehelse på agendaen. Vi tar nok en gang kampen for bedre kvinnehelse og jobber for å opprette kvinnehelsehus rundt om i Norge.

Et slikt kvinnehelsehus skal styrke kvinners helse, livskvalitet og nettverk. Det skal være gratis og tilgjengelig for alle kvinner. Det skal fremme samarbeid mellom frivillige organisasjoner, kommune- og spesialisthelsetjenesten, sikre likeverdige helsetjenester og motvirke sosiale ulikheter i helse.



Samlet innsikt
Se mer informasjon om innlegget ditt.

TRONDERDEBATT.NO

Kvinnehelsehus er viktigere enn skjønnhetsklinikker
Tilgangen til skjønnhetsklinikker og kosmetiske inngrep er blitt lett tilgj

Eksponeringer av innlegg	Rekkevidde for innlegg	Innleggsgengasjement
17 950	17 573	1 484



Grupper du som medlem/frivillig kan være med i

- [Sisterhood N.K.S. | Facebook](#)
- [Kløvertur | Facebook](#)
- [Lesevenner i N.K.S. | Facebook](#)
- [N.K.S. Omsorgsberedskap | Facebook](#)
- [Integrering N.K.S. | Facebook](#)
- [Forum for Sanitetskvinner | Facebook](#)
- [N.K.S Fastelavnsris- og maiblomstskampanjer | Facebook](#)



Hva finner du på foreningsnett?

- Byttet navn til Foreningsnett
- Vi lager bilder, banner og forslag til caption
- Bruksanvisning til hvordan man oppretter arrangementer

[PowerPoint-presentasjon \(sanitetskvinnene.no\)](https://sanitetskvinnene.no)

Vi har forberedt materiell slik at hver enkelt lokalforening på en enkel måte skal kunne gjennomføre kampanjen.

Merk at kampanjen begynner 1. november.

Innleggene skal publiseres på foreningenes egne kontoer i sosiale medier ved å bruke bilder og tekst som beskrevet under. De kan legges ut på Facebook, Instagram eller andre kontoer dere benytter. Det er fint om dere bruker #sanitetskvinnene for å knytt alle postene sammen.

Forslag til tekst på sosiale medier:

Bli medlem nå og betal i januar! Benytt sjansen og meld inn deg selv, venner eller familie i Norges største kvinneorganisasjon.

Vi trenger din støtte, og håper du blir med på laget!

Meld deg inn her: <https://sanitetskvinnene.no/blimedlem>



Viktig å huske på!

- Tenk personvern – spør alltid(!) om lov til å legge ut bilder av andre.
- De under 16 *må* ha samtykke fra foreldrene
- Mangfold: Hos oss er alle velkomne, og det er viktig å vise utad også
- Husk at det alltid burde være to administratorer på deres kanaler



Retningslinjer for sosiale medier

- Spør alltid vedkommende før du legger ut bilde.
- Tenk deg godt om før du uttaler deg om kontroversielle saker.
- Ikke ha statuser eller uttalelser som strider mot Sanitetskvinnenes arbeid på integrerings-, volds- eller andre felt.
- Pass på at sitatet du siterer alltid er korrekt. Sitatsjekk er alltid lurt





Norske Kvinners
Sanitetsforening

SPØRSMÅL?

