

## BACKGROUND

Erik Orgu, who received a personal trainer and nutritionist certificate from the Premier Training International College in London, has helped tens of thousands of people to lose more than 100 000 kg of excess weight with the meal plan carrying his name.

## THE PROBLEM

Nevertheless, this has not been enough. Ten years ago, the percentage of overweight people in 2016 was predicted to be 39%; however, this indicator turned out to be a whopping 51.7%. While currently every second Estonian is overweight, this indicator is predicted to reach 62% by 2025. What does this actually mean?

According to the Ministry of Social Affairs, the direct costs of excess weight and insufficient physical activity amounted to 45.5 million euros in 2015 and the overall lifespan decreased by 47,000 years in 2013, meaning that 684 million euros were not received that year. For this money, the Tallinn-Tartu highway could have been made into a four-laner!

Let's also not forget the person among these numbers, for whom excess body weight has several negative impacts, such as physical discomfort, distress, headaches, lack of energy, risk of diabetes and cardiovascular diseases.

## THE GOAL

To lose at least 36,525kg of excess weight in eight weeks by 24 February – one kilo for each day in one hundred years.

## SOLUTION

To help Estonians be healthier in the next 100 years, Erik Orgu decided to take action and create a campaign, inviting the people in Estonia to lose weight and give a historic and powerful centenary gift to Estonia.

## THE STRATEGY

For several reasons, 25–44-year-old women were chosen to be the target group:

- Many people are overweight in that age group
- Women are more concerned about their weight
- Previous active users of the meal plan were from the same demographics
- With regard to affinity, mobile devices, apps and social media are on the forefront in that age group.

Considering the platforms of Erik Orgu's meal plan (website and app), the goal of the campaign, media consumption among the target group, as well as budget

options, we decided to carry out the campaign on social media (organic and ads), in search engines (organic and ads) and, for ensuring coverage, in television and on the radio (PR).

## EXECUTION

Since the budget of the campaign held from 2 January to 24 February was only 6000 euros (2500 euros for the agency fee and 3500 euros for ads), we decided to place the main emphasis on PR and direct communication on social media, in the meal plan app, as well as via email.

## RESULTS

45 004 visits to the campaign page

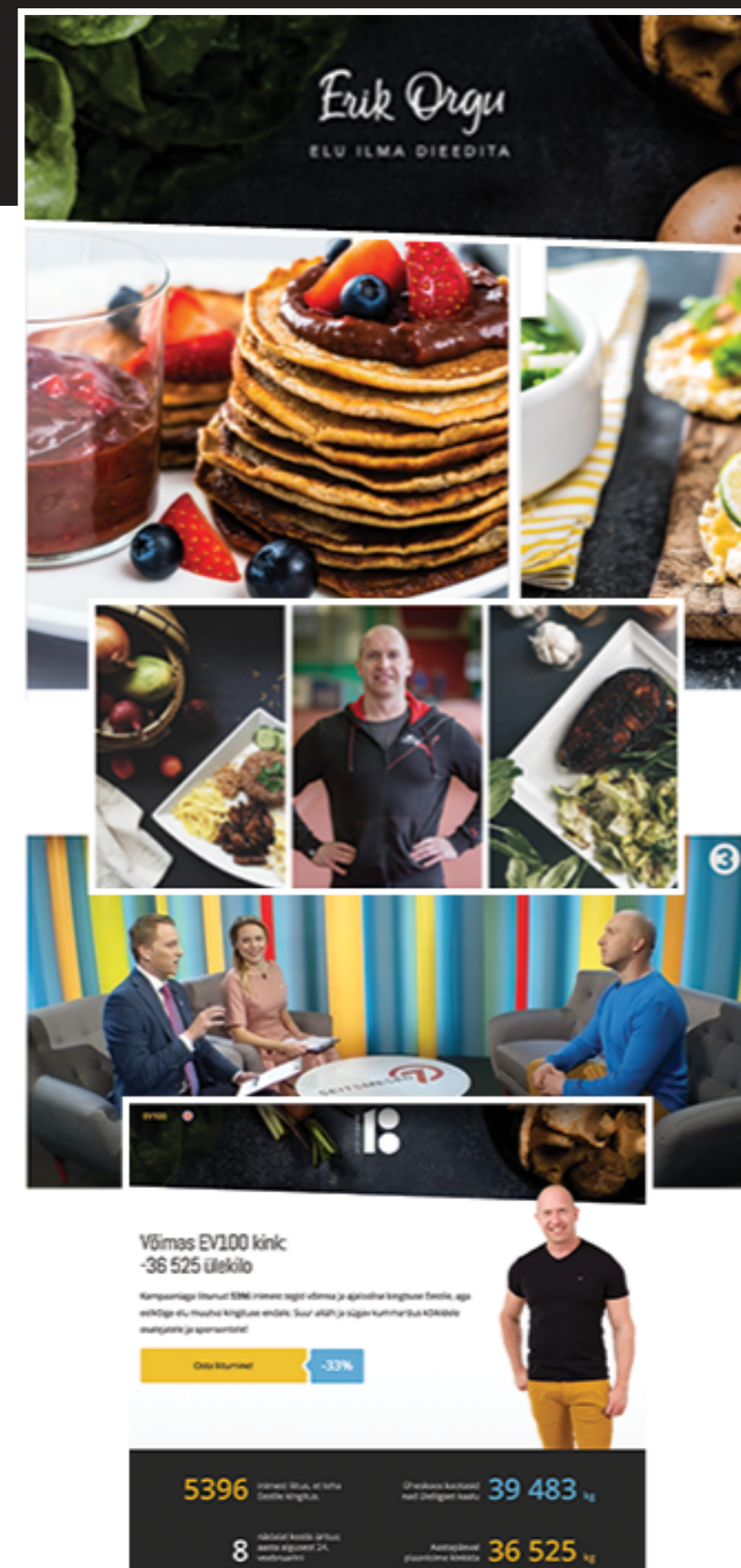
513 participants joined the Facebook event

102% increase in the percentage of paying customers

15 days after starting the campaign, the monthly sales record of the past four years had been shattered

57% was the percentage by which the previous monthly sales record was exceeded

**What's most important: 5396 people are now considerably healthier, having lost a total of 39 483 kilos of excess body weight!**





# PR

Erik Orgu visited the live studio of TV3 news both at the beginning and end of the campaign, as well as radio channels Elmar and Power Hit Radio.

## Uudisteankur Marek Lindmaa esitab Erik Orgule Seitsmeste otsestudios väljakutse kaotada kaalu trenni tegemata



Autor: Seitsmesed  
Allikas: TV3 Play

12:21 03. jaanuar 2018

Üks populaarsemaid uue aasta lubadusi on minna trenni ja toituda paremini. Seitsmeste stuudios on sel teemal külas toitumisnõustaja Erik Orgu, kes on tulnud loodele erilist suursuguse uue aasta lubadusega. Nimelt plaanib mees 2018 aasta jooksul kaotada eestlaste ülekiilosisid kokku üle 36 000 kilogrammi. Miks just selline koguaru ja kuidas Erik seda teha plaanib? Kas see on kiire elutempo juures saavutatav ka ilma trennita?

Seitsmeste uudiseankur Marek Lindmaa esitas Seitsmeste otsestudios Erik Orgule väljakutse osaleda eestlaste ülekiilode kaotamises ka ise, võttes 24. veebruariks alla 6 kilogrammi ning seda ainult Erik Orgu soovitusel põhinevat toitumist jälgides ning trennist loobudes. Erik Orgu sõnul on tema toitumiskavaga see täiesti teostatav.

Kuidas Marek Lindmaal Erik Orgu toitumiskavaga kaalu langetamine kuni 24. veebruarini kulgeb, näeb Seitsmeste saates.

Vaata videost, kuidas Sinu Erik Orgu EV100 auks esitatud väljakutsest osa võtta saad [SIINI](#)

### Kontrollitud! Toitumisega on võimalik kaalu kaotada!



Autor: Seitsmesed  
Allikas: TV3 Play

12:52 21. veebruar 2018

Seitsmeste stuudios on külas toitumisnõustaja Erik Orgu, kellega räägime mehe eesmärgist kaotada Eesti vabariigi 100. sünnipäevaks, 24. veebruariks, koostöös kõikide eestlastega, 36 525 ülekiilo. Uurime, kuidas eesmärgi täitmine eesti inimestel silini läinud on ja kuulame, kuidas on kaalu kaotamine läinud ka Seitsmeste saatejuhil Marek Lindmaal.

Proovi Erik Orgu toitumiskava [SIINI](#)

Toitumisnõustaja Erik Orgu shared Raadio Elmar's post.  
Published by Tails Tobreluts (7) · 9 January · €

Raadio Elmar kutsus mind täna stuudiosse ja mis seal salata, klappisin nende inimestega kohe. 🤔👍👏 Kuula homme, 09.01 kindlasti hommikuprogrammi Räägin tervislikust toitumisest, EV100 kampaaniast ja paljust muust huvitavast! <http://elmar.postimees.ee/>

Kasuta superpakkumist ja liitu (-33%): [www.erikorgu.ee/ev100](http://www.erikorgu.ee/ev100)

#36525kiiloEestile #ev100 #kingitus #Eestivõtabkaalustalla #kaalustalla #tervislik #maitsev #taskukohane #salendav

ERIK ORGU  
Raadio Elmar hommikuprogrammis • 09.01.2018

VÕIMAS EV100 KINK: -36 525 ÜLEKILO

Raadio Elmar 🥰 feeling proud with Toitumisnõustaja Erik Orgu.  
8 January · Paid · €

Sa oled huvitatud tervislikust toitumisest ja sooviksid sellest rohkem teada saada? KUULA homme kindlasti hommikuprogrammi - meil on külas ERIK ORGU 🥰👍👏

Foto: Scanpix

Toitumisnõustaja Erik Orgu shared Power Hit Radio's live video.  
Published by Tails Tobreluts (7) · 11 January · €

Power Hit Radio saatejuht Andres Puusepp esitas mulle väljakutse, kas ta võtab 6 nädalaga maha 7-8 ülekiilo ja muidugi ma võtsin selle vastu. 🤔👍  
Võtan ka Sinu väljakutse vastu, kasuta superpakkumist (-33%): <https://www.erikorgu.ee/ev100> 🇵🇵



8,893 Views

Power Hit Radio was live.  
11 January · €

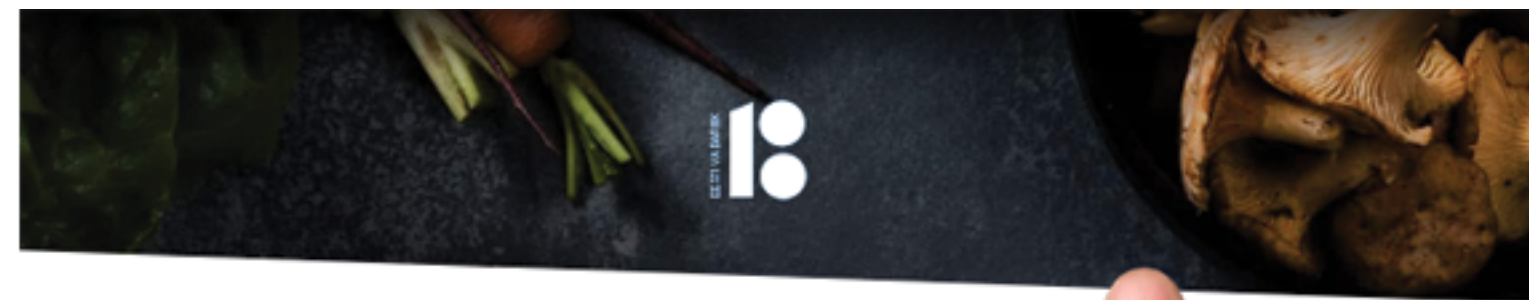
Puuseppa ja Orgu kihvedud!

Like Page



# DIRECT COMMUNICATION

Each week, we updated the number of participants and number of weight lost on the campaign page, and thanked the campaign participants using the meal plan's push notifications. We also sent weekly invitations to join the campaign to Erik Orgu's contact base (more than 25,000 contacts).



Võimas EV100 kink:  
-36 525 üle kilo

Kampaaniaga liitunud 5396 inimest tegi võimsa ja ajaloolise kingituse Eestile, aga eelkõige elu muutva kingituse endale. Suur aitäh ja sügav kummardus kõikidele osalejatele ja sponsoritele!

Osta liitumine!

-33%



5396 inimest liitus, et teha Eestile kingitus.

Üheskoos kaotasid nad üleliigset kaalu 39 483 kg

8 nädalat kestis üritus: aasta algusest 24. veebruarini

Aastapäeval plaanisime kinkida 36 525 kg



Tere!

Nädalaga on EV100 kampaaniaga liitunud 3285 inimest, kes on kokku kaotanud 3942 kg ülemäärast kehakaalu.

Tänase seisuga on meil eesmärgi täitmiseks vaja kokku saada 5012 inimest, kes igaüks võtaks järgneva 6,5 nädala jooksul alla vähemalt ühe kilo nädalas. Kutsu pereliige, sõber või kolleeg kampa! Iga kilo loeb!

Kui alustad täna ja kasutad kuni 24. veebruarini minu toitumiskava, kaotad soovi korral üle 6,5 kg.

Ka Seitsmeste uudisteankur Marek Lindmaa otsustas kampaaniaga liituda ja kaotada Eesti sünnipäevaks 6 kg. Kui Sa seda klippi ei näinud, siis vaata: [Uudisteankur Marek Lindmaa esitab Erik Orgule Seitsmeste otsestudios väljakutse kaotada kaalu trenni tegemata](#)

Erik from Erik Orgu

Tere, aitäh ja sügav kummardus!

EV100 kampaania raames oleme koos kaotanud nädalaga kokku 8524 üle kilo!

Tänase seisuga on EV100 kampaanias osalejaid 3819, kuid eesmärgi täitmiseks on vaja kokku saada 5000 inimest.

Kutsu pereliige, sõber või kolleeg kampa!

Iga kilo loeb!

<https://www.erikorgu.ee/ev100>

Reply to Erik...

# FACEBOOK

We posted motivating and educating videos on Erik Orgu's fan page, EV100 campaign's event page and Erik Orgu's weight loss group, and used these channels to introduce the sponsors and give status updates.

The image shows a screenshot of Erik Orgu's Facebook profile and several posts. The profile header includes the name "Toitumisnõustaja Erik Orgu" and a search bar. The cover photo features a large image of Erik Orgu with the text "Võimas EV100 kink: -36 525 üle kilo Iga kilo loeb!" and a "-33%" discount tag. The profile picture is a smaller image of Erik Orgu with the text "EESTI VABARIIK" and "Toitumisnõustaja Erik Orgu @PTerikOrgu".

The posts include:

- A post about "Pannikoogitordi valmistamine" (pancake tart preparation) with a video thumbnail showing Erik Orgu in a kitchen.
- A post titled "Kas on võimalik kaotada 1 riidesuurus 1 nädalaga? – Erik Orgu blogi" (Is it possible to lose 1 clothing size in 1 week? – Erik Orgu blog) with a video thumbnail showing a bowl of food.
- A post about "EV100. Eesmärgist on puudu veel 6121 kg ja me saame selle kokku, kui kampaniaga liitub veel vähemalt 200 inimest! JAGA paluni!" (EV100. 6121 kg remains from the goal and we can get it together if at least 200 more people join the campaign! SHARE widely!).
- A post about "TOETAJA. Sportland Eesti paneb EV100 kampania peasuuhinnana välja vinge treeningkomplekti: tossud, püksid ja särgid koguväärtusega 300 €." (SUPPORTER. Sportland Eesti offers a cool training kit as the main prize for the EV100 campaign: shoes, pants, and shirts with a total value of 300 €).
- A post about "TOETAJA. Sõna otseses mõttes kõige värskem toetaja on tänase kampaniaga liitunud Euronics Eesti, kes teeb Su elu toidu tegemisel palju kiiremaks ja mugavamaks tänu köögikombainile, mikserile ja köögikaalule!" (SUPPORTER. In a literal sense, the freshest supporter of today's campaign is Euronics Eesti, who makes your life much faster and more convenient thanks to the kitchen appliance, mixer, and kitchen scale!).

At the bottom, there are three promotional banners for sponsors: "Erik Orgu" with "4964 osalejat" and "30 404 kg kaotatud", "SPORTLAND", and "EURONICS".



# ADS

While different message and picture variations were tested for interest-based targeting and remarketing on Facebook, one single ad with a clear message was used to support the campaign on Google.

The image shows a Google search interface for the query "erik orgu ev100". The search results page displays approximately 125,000 results in 0.58 seconds. The top result is a sponsored advertisement for "Võimas EV100 kink: | 36 525 üle kilo | erikorgu.ee". The ad includes a link to "www.erikorgu.ee/" and a promotional message: "Võta kaalust alla, tee suur kingitus endale ja võimas kingitus Eestile. Privaatne FB toetusgrupp · Raha tagasi garantii · Pole näljatunnet · Ostunimekiri". Below the main ad, there are three smaller sponsored posts from "Toitumisnõustaja Erik Orgu". The first post features images of chocolate pancakes and fish tacos, with a "Shop Now" button. The second post shows a man and a woman shaking hands on a stage, with a caption mentioning "Härra Riivo, Linda Elva and 12 others". The third post is a text-based ad with a photo of Erik Orgu, stating: "Salendav toitumiskava 33% soodsamalt. EV100 kampaaniaga liitujatele panu auhinnad välja Sportland, MyFitness, Wolt, Viimsi SPA, SYNLAB." and "Proovi esimesed 5 päeva tasuta. Võta maha üle kilo nädalas ja kui täidad oma eesmärgi, saad raha tagasi! Vaata veebi!".