



Plogga är ett stafett ord, årets svenska nyord 2017 och står för plocka skräp och jogga där vi vill ändra inställningen och få alla att bli "stolta skräpplockare". Självklart behöver du inte springa eller jogga. Plogga kan göras längs gatan, på golfbanan, cyklandes, när du paddlar, simmar, fiskar eller bara är ute på promenad. Plogga har lyckats på ett enkelt och glädjefyllt förändra attityder och målet är att "försöka rädda världen".

Världen pratar om Plogga och Plogging som "The Swedish eco-fitness craze" Nyss när vi "Googlade" fick vi 1 miljoner träffar på Plogga och internationella Plogging grupper startas upp hela tiden. I dagsläget finns det i minst 40 länder och på hundratals orter, i Sverige har vi startat upp ca 150 events till dagens datum.

Alla kan delta på samma förutsättningar, kön, ålder, nationalitet, speciella behov, alla kan Plogga. Vi påverkar både vår framtida miljö och får bort potentiella mikroplaster från jorden/haven, djurlivet får inte i sig plast, barnen, vi vuxna rör på sig, det kostar inte samhället lika mycket att städa och det ser mycket trevligare och vi trivs där ingen skräpar ner den sk broken window effekten.

Om du är vidare intresserad så kommer här några klipp från några av de artiklar som Washington Post, The Guardian, Times of India osv samt TV program och videoklipp som:

#### **ATTN**

Det här videoklipppet har visats 14 miljoner gånger och haft 177 000 delningar och drygt 4000 kommentarer;

[https://www.facebook.com/attn/videos/1682206205148165/?hc\\_ref=ARQd50xa9A6-WBtbBjijjWZctVdrP-qA4gHEGU\\_Qb9wGxnM-kxwhfE0z\\_99FOK\\_muLY&pnref=story](https://www.facebook.com/attn/videos/1682206205148165/?hc_ref=ARQd50xa9A6-WBtbBjijjWZctVdrP-qA4gHEGU_Qb9wGxnM-kxwhfE0z_99FOK_muLY&pnref=story)

#### **World Economic Forum:**

550 000 visningar och 10 000 delningar;

<https://www.facebook.com/worldeconomicforum/videos/10155121599221479/>

**BBC:** Den här från Indien är en av våra favoriter "We are the Ploggers, we are the change" Mumbai's singing and dancing plogging club, <https://www.bbc.com/news/av/stories-45449218/meet-mumbai-s-singing-and-dancing-plogging-club>

Vi har släppt en kort film som redan visats 200 000 gånger, se gärna filmen här:

<https://vimeo.com/239887176>

Andra bra klipp från utländsk media:

[https://www.youtube.com/watch?v=vG\\_ZKgE1N6Y](https://www.youtube.com/watch?v=vG_ZKgE1N6Y)

<https://www.youtube.com/watch?v=OloC3V650HA>

<https://www.youtube.com/watch?v=71xqaqyoOAK>

<https://www.youtube.com/watch?v=Kf786tJAIGk>

I svenska medier skrev både Veckan Affärer om Plogging samt SVT.

VA 5/4 "Nu sprids den svenska ekofitnesstrenden "plogga" som en löpeld över världen"

<https://www.va.se/nyheter/2018/04/05/nu-sprids-den-svenska-fitnessstrenden-plogging-som-en-lopeld-over-varlden/>

SVT 3/4: "Erik uppfann plogging – nu sprids jogging trenden över världen"

<https://www.svt.se/nyheter/inrikes/erik-uppfann-ploggning-nu-sprids-joggingtrenden-over-varlden>

Precis innan årsskiftet fick vi besked av Institutet för språk och folkminnen att Plogga har blivit ett Nyord 2017!

Ett annat inslag är Tysklands största TV-kanal, ZDF som ville bevaka något typiskt nytt svensk, då kom dom till Stockholm och gjorde ett drygt 2 min inslag från Plogga. Se mer här: <https://www.zdf.de/nachrichten/heute-in-europa/plogging-in-schweden-100.html>

Klippet har nu spridit sig från Tyskland (20 miljoner visningar), Frankrike (4 miljoner visningar), Schweiz, Belgien, Spanien och gjort global succé.

Delar från vår pressbevakning <https://spark.adobe.com/page/lyNS6Pc1IQaNG/>

Här kommer lite mer som skett :

## **USA**

The Washington Post 23/2: "‘Plogging’ is the Swedish fitness craze for people who want to save the planet. It’s making its way to the U.S."

<https://www.washingtonpost.com/news/inspired-life/wp/2018/02/23/plogging-is-the-swedish-fitness-craze-for-people-who-want-to-save-the-planet-its-making-its-way-to-the-u-s/>

BuzzFeed 3/2: "The New Fitness Craze Called "Plogging" Will Save Your Life And The Environment"

<https://www.buzzfeed.com/gretaalvarez/plogging-exercise-fitness-fad>

## **Indien**

Times of India 4/4: 'Clean & litter-free world is not far away if we take up plogging'

<https://timesofindia.indiatimes.com/city/thane/clean-litter-free-world-is-not-far-away-if-we->

take-up-plogging/articleshow/63601339.cms

Times of India 3/4: "How plogging can help Indian cities"  
<https://timesofindia.indiatimes.com/city/thane/how-plogging-can-help-indian-cities/articleshow/63594864.cms>

**Nya Zeeland** <https://www.stuff.co.nz/life-style/well-good/inspire-me/101110383/swedish-plogging-is-the-hot-new-fitness-trend>

### **Ungern**

[https://index.hu/mindekozben/poszt/2018/02/02/ha\\_rendszeresen\\_fut\\_akkor\\_nemsokara\\_utoleri\\_a\\_legujabb\\_orulet\\_a\\_plogging/](https://index.hu/mindekozben/poszt/2018/02/02/ha_rendszeresen_fut_akkor_nemsokara_utoleri_a_legujabb_orulet_a_plogging/)

### **UK**

The Guardian 31/3: "Plogging: the fitness craze that's sweeping the streets"  
<https://www.theguardian.com/books/2018/mar/31/plogging-steven-pole>

The Telegraph 1/2: "Is 'plogging' the most 2018 fitness trend yet?"  
<https://www.telegraph.co.uk/health-fitness/body/plogging-2018-fitness-trend-yet/>

### **Columbia**

<http://www.wradio.com.co/noticias/sociedad/plogging-la-nueva-tendencia-que-ayuda-a-tener-un-mejor-ambiente-practicando-deporte/20180207/nota/3708149.aspx>

Med vänlig

Erik Ahlström  
Founder Plogga  
+ 46 (0)70 518 52 74  
erik@plogga.se  
[Http://www.plogga.se](http://www.plogga.se)  
[Http://www.plogga.se/english](http://www.plogga.se/english)  
<https://www.facebook.com/plogga/>  
<https://www.instagram.com/plogga/>