



Voor de volledigheid hebben we hieronder ook vast een conceptbericht voor jouw eigen kanalen (linkedin en twitter) gemaakt. In overleg met [5.1.2e](#) adviseren we je dit te doen. Om ook je volgers te laten zien dat je aan de slag gaat met de leefstijlcampagne. Zij zal dit bericht plaatsen als je het ermee eens bent. (Zie onder de mail)

**We hopen dat je voor 12 uur kunt reageren**, zodat we je eventuele opmerkingen nog kunnen laten aanpassen.

Horen graag!

Hartelijke groeten,

5.1.2e

#### **LinkedIn**

De coronacrisis maakt zichtbaarder dan ooit hoe belangrijk het is om fit te zijn en te blijven. Met een goede weerstand kun je bacteriën en virussen beter bestrijden, zoals corona. En als je toch ziek wordt, herstel je meestal sneller.

Artsen en experts geven duidelijk aan, dat kleine veranderingen in de leefstijl al binnen enkele weken een positief effect kunnen hebben op het immuunsysteem. Elke dag een half uurtje wandelen bijvoorbeeld, goed slapen en gezond eten. Het zijn kleine stappen die al op korte termijn effect kunnen hebben.

Om iedereen in Nederland heel praktisch te laten zien welke stappen mensen zelf kunnen zetten om het immuunsysteem te verbeteren, ontwikkelen we een publiekscampagne. Samen met experts. Dat kost even wat tijd. Met deze uiting nu willen we mensen juist tijdens deze lockdown en de feestdagen al een beetje inspireren tot nieuwe gewoontes. Doe je mee?

#### **Twitter**

De [#coronacrisis](#) maakt zichtbaar hoe belangrijk een gezonde leefstijl is. Artsen en experts geven aan dat kleine stappen al op korte termijn effect kunnen hebben. Elke dag een half uurtje wandelen bijvoorbeeld. Juist tijdens deze lockdown en met de feestdagen. Doe je mee?