



Gezond blijven thuis

Belangrijk dat we ook aandacht hebben voor mensen die nu veel thuis zijn, andere of minder sociale contacten hebben en zich wellicht meer zorgen maken dan voorheen.

Leefstijladvies in corona-tijd

Opgesteld door de landelijke thema-instituten Kenniscentrum Sport & Bewegen, Trimbos-instituut, Pharos, Rutgers, VeiligheidNL en Voedingscentrum.

Met advies van de wetenschappelijke adviesraad van de corona gedragsunit en het LCI, beide van het RIVM.

www.loketgezondleven.nl/coronavirus

De teksten zijn opgesteld om professionals te ondersteunen bij het verzorgen van publiekscommunicatie

Leefstijladviezen per thema

 Mentale gezondheid	 Bewegen	 Voeding
 Alcohol, roken en drugs	 Sociale interactie	 Seksualiteit