**Social media berichten voor ouders**

**Help jij mee de vragenlijsten te verspreiden onder oudesr? Gebruik dan onderstaande berichten als inspiratie of om 1 op 1 te delen op social media.**

**Deel je onze berichten? Tag ons gerust!**

* [**@Nederlands Centrum Jeugdgezondheid**](https://www.linkedin.com/company/1424698/admin/) **(NCJ) op LinkedIn**
* [**@NCJ\_tweets**](https://twitter.com/NCJ_tweets) **op Twitter**

**Uiteraard staat het vrij om je eigen invulling te geven aan het bericht, wel willen we je vragen de bijgevoegde links te gebruiken.**

**Whatsapp:**Hoe ervaar jij de balans in de opvoeding van je kinderen? De druk op Nederlandse gezinnen is groot. De Balansmeter is een korte vragenlijst met 10 vragen over hoe je als ouder je eigen draaglast (wat opvoeden van je vraagt) en draagkracht (wat je aankunt) beoordeelt. Deel jij je ervaring ook door de Balansmeter in te vullen? <https://bit.ly/3LCOJBT>

**LinkedIn:**  
❝*Het is soms wel heel erg balanceren*❞

Hoe ervaar jij de balans in de opvoeding van je kinderen? De druk op Nederlandse gezinnen is groot. De Balansmeter is een korte vragenlijst met 10 vragen over hoe je als ouder je eigen draaglast (wat opvoeden van je vraagt) en draagkracht (wat je aankunt) beoordeelt. Het NCJ roept zoveel mogelijk ouders op om hun ervaring te delen door de Balansmeter in te vullen.

⋆ Werk je met ouders? Deel deze oproep dan onder zoveel mogelijk ouders en vraag hen de balansmeter in te vullen!

⋆ Ben je zelf ouder? Je helpt het NCJ enorm door de balansmeter in te vullen!

Vul de balansmeter in: https://bit.ly/3LCOJBT

**Facebook:**

❝*Het is soms wel heel erg balanceren*❞  
Hoe ervaar jij de balans in de opvoeding van je kinderen? De druk op Nederlandse gezinnen is groot. De Balansmeter is een korte vragenlijst met 10 vragen over hoe je als ouder je eigen draaglast (wat opvoeden van je vraagt) en draagkracht (wat je aankunt) beoordeelt. Deel jij je ervaring ook door de Balansmeter in te vullen? <https://bit.ly/3LCOJBT>

**Instagram:**

❝*Het is soms wel heel erg balanceren*❞  
Hoe ervaar jij de balans in de opvoeding van je kinderen? De druk op Nederlandse gezinnen is groot. De Balansmeter is een korte vragenlijst met 10 vragen over hoe je als ouder je eigen draaglast (wat opvoeden van je vraagt) en draagkracht (wat je aankunt) beoordeelt. Deel jij je ervaring ook door de Balansmeter in te vullen? <https://bit.ly/3LCOJBT>

**Twitter:**

De druk op Nederlandse gezinnen is groot. De Balansmeter is een korte vragenlijst met 10 vragen over hoe je als ouder je eigen draaglast (wat opvoeden van je vraagt) en draagkracht (wat je aankunt) beoordeelt. Deel jij je ervaring ook? <https://bit.ly/3LCOJBT>