

SOCIAL MEDIA KIT

NEDERLANDS

DE RICHTLIJNEN

Welke kanalen?

Health Mate zit zelf op [Facebook](#) en [Instagram](#). Je plaatst de posts op de kanalen waar je zelf aanwezig bent. Uit onze ervaring is Facebook de beste lead-generation tool voor B2C klanten.

Facebook en Instagram posts:

We leveren maandelijks een aantal posts aan. Ook de beelden die bij deze post horen krijg je mee van ons.

Moest je toch zelf een post willen plaatsen geven we graag wat richtlijnen mee.

De juiste afmetingen voor posts zijn 1:1 of 1080px op 1080px. Op Facebook kun je meer tekst schrijven en meer uitleg geven over de verschillende producten: de belangrijkste USP's (*Therapeutisch infraroodsauna - laag energieverbruik - all-in prijs / levenslange garantie*), testimonials,... Een iets langere tekst kan geen kwaad, Facebook gaat posts met langere teksten ook organisch meer boosten zodat je post meer bekeken wordt.

Instagram is meer gefocust op het visuele, daar hou je de tekst best wat korter.

Voeg zeker ook de juiste hashtags toe (*vind je onderaan deze pagina*). Een hashtag zorgt voor vindbaarheid, waardoor je content ook gevonden wordt door mensen die niet tot je fans behoren. Ook een link naar de website is goed, zo krijgen we meer bezoekers op de website.

Wanneer posten?

De posts moeten geplaatst worden volgens de bijgevoegde planning, later mag ook maar zeker niet vroeger. Gebruik de Facebook planning tool zodat je de posts op voorhand kan inplannen, dan worden ze zeker op het juiste moment geplaatst.

Als je beslist om zelf een post te plaatsen ga dan eens bij je pagina statistieken kijken wanneer je volgers het meest actief zijn.

CAMPAGNES / SPONSORED POSTS

Een post kan geboost worden om een groter publiek te bereiken. Dit kan je vooral doen bij speciale acties, testdagen, interessante posts,...

Kies steeds het juiste doelpubliek

Leeftijd: 35-65+

Interesses: Sauna, infraroodcabine, sporten, gezond leven, infrarood,...

Regio

Een straal van 15km rond het verkooppunt

Budget

Het budget kan je zelf kiezen en hangt ook af van de looptijd van de sponsored post. Een budget van €5 tot €10 per dag is een goed budget voor Facebook.

HASHTAGS

#HealthMate #HealthMateinfraroodsauna #infraroodsauna #sauna #infrarood #infraroodcabine

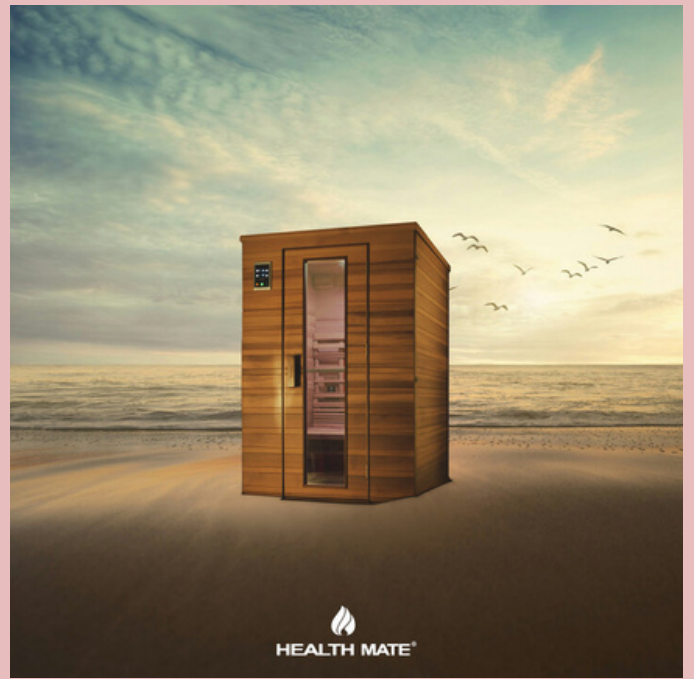
CONTENT

Recent onderzoek bevestigt wat velen al vermoedden: wonen aan zee is gunstig voor je gezondheid. Natuurlijk kan niet iedereen zomaar aan zee gaan wonen. **Gelukkig is er een alternatieve manier om te investeren in je welzijn, waar je ook woont: met een Health Mate infraroodsauna.**

Health Mate infraroodsauna's bieden een scala aan gezondheidsvoordelen die vergelijkbaar zijn met de effecten van wonen aan zee. **De diepgaande warmte van infraroodstraling stimuleert de doorbloeding, verlicht spier- en gewrichtspijn, bevordert ontgifting en vermindert stress.**

Door regelmatig gebruik van een Health Mate infraroodsauna kun je genieten van een betere gezondheid en welzijn, ongeacht je locatie. Dus zelfs als je niet aan zee kunt wonen, kun je nog steeds kiezen voor een optimale gezondheid met Health Mate infraroodsauna's.

Graag alle voordelen ontdekt? Ga langs bij een Health Mate verdeler in jouw buurt, onze experts helpen je graag verder
<https://bit.ly/3K2JPP6>



CONTENT

Bereid je voor op de sportzomer met een Health Mate infraroodsauna 🏃‍♂️

Deze zomer staat vol sportevenementen, met het EK voetbal, de Olympische Spelen en de Tour de France in het vooruitzicht. Of je nu zelf actief deelneemt aan sport of gewoon geniet van het kijken naar wedstrijden, **Health Mate infraroodsauna's leren je lichaam efficiënter warmte afvoeren. Zo kan jij langer intens sporten en/of wordt je lichaam bij hogere temperaturen niet oververhit.**

Infraroodtherapie is een bewezen methode om spier- en gewrichtspijn te verminderen, zowel voor als na het sporten. De diepgaande warmte van infraroodstraling dringt diep door in het lichaam, waardoor de bloedsomloop wordt verbeterd en spieren ontspannen.

Daarnaast kunnen Health Mate infraroodsauna's ook een rol spelen bij het herstellen van blessures. **De warmte en ontspanning die ze bieden, bevorderen het herstelproces van beschadigde spieren en weefsels, waardoor je sneller weer te been bent** en terug kunt keren naar je favoriete activiteiten.

Of je nu een professionele atleet bent of gewoon een sportliefhebber die actief wil blijven, Health Mate infraroodsauna's zijn een waardevolle toevoeging aan je trainingsroutine. Bereid je voor op de sportzomer en ervaar zelf de voordelen van infraroodtherapie voor pijnverlichting en sneller herstel.

Ontdek de verschillende infraroodsauna's op onze website en vind de sauna die het beste bij je past [🔗](https://bit.ly/3QLoi0P)
<https://bit.ly/3QLoi0P>



CONTENT

Ontdek de helende kracht van Health Mate infraroodsauna's 🔥

Stress, vermoeidheid en pijn zijn veelvoorkomende klachten die een negatieve invloed kunnen hebben op ons dagelijks leven. Gelukkig biedt Health Mate een natuurlijke en effectieve oplossing voor deze problemen. Door regelmatig gebruik van onze infraroodcabines kun je deze klachten verminderen en je algehele welzijn verbeteren.

De diepgaande warmte van infraroodstraling dringt diep door in je lichaam, waar het verschillende positieve effecten heeft. Dit omvat verlichting van pijn en stijfheid, verbeterde doorbloeding en versnelde hersteltijd na inspanning. Daarnaast stimuleert het de hartslag, wat leidt tot een toename van calorieverbranding en een verbeterde cardiovasculaire gezondheid. Het zweten dat optreedt tijdens het gebruik van de cabine helpt bij ontgiftiging en het reinigen van je huid.

Bij Health Mate staat kwaliteit en wetenschappelijke onderbouwing centraal. **Onze infraroodcabines zijn gebaseerd op jarenlang onderzoek en ontwikkeling, en we blijven streven naar de hoogste productiestandaarden.** Zo kun je met vertrouwen investeren in je gezondheid.

Ontdek meer over de diverse gezondheidsvoordelen op onze website [🔗 https://bit.ly/4bnX88Q](https://bit.ly/4bnX88Q)



CONTENT

Infraroodstraling, net buiten het zichtbare lichtspectrum, kent twee vormen: directe warmte en interne opwarming van het lichaam. **Health Mate infraroodsauna's maken gebruik van infraroodstraling op een specifieke golflengte van 6.340 nanometer, nauwkeurig afgestemd op ons lichaam.**

De warmtestralen doordringen diep in onze cellen en zetten moleculen in beweging, wat resulteert in interne warmteproductie zonder de omgevingstemperatuur te verhogen. Ons lichaam koelt vervolgens af door te zweten, wat energie vereist en calorieën verbrandt. Deze reactie versnelt de hartslag en bevordert de bloedcirculatie, vergelijkbaar met een milde cardiovasculaire training.

In een Health Mate infraroodsauna geniet je van een reeks gezondheidsvoordelen dankzij deze technische processen, zoals **detoxificatie en verbeterde bloedcirculatie**, terwijl je comfortabel ontspant.

Benieuwd naar de volledige werking van infrarood? Je ontdekt het allemaal in onze brochure [🔗](https://bit.ly/4bhfgB4)
<https://bit.ly/4bhfgB4>

