



## Kleine Schritte, große Wirkung | Krebsprävention to go

**Kleine Schritte, große Wirkung | Krebsprävention to go** ist eine **gemeinsame Aktion** des Projektteams Kommunikation (PT KOM) der Nationalen Dekade gegen Krebs, die auf den Social-Media-Plattformen der Partner und der Dekade rund um den Weltkrebstag im Februar 2025 stattfindet.

### I. Zielsetzung

Die Social-Media-Kampagne "**Kleine Schritte, große Wirkung | Krebsprävention to go**" hat das Ziel, das Bewusstsein für Krebsprävention zu stärken und die Öffentlichkeit über einfache und lebensnahe, aber wirkungsvolle Maßnahmen zur Krebsprävention zu informieren. Initiiert vom PT KOM, nutzt die Kampagne die Reichweite der Social-Media-Plattformen der Partnerorganisationen, um wichtige Informationen und Tipps zur Krebsprävention zu verbreiten. Die Kampagne soll Menschen dazu motivieren, kleine Veränderungen in ihrem Alltag vorzunehmen, die langfristig eine große positive Wirkung auf ihre Gesundheit haben können.

### II. Umsetzung

Die von PRpetuum bereitgestellten Visuals/Vorlagen können von den Partnern eigenständig mit eigenen Inhalten – Text/Bild/Video – befüllt werden. Die Botschaft sollte klar und prägnant sein – und kann wahlweise durch ein Testimonial unterstützt werden. Die Social-Media-Posts laufen alle unter den beiden **Hashtags #KleineSchritteGroßeWirkung** und **#XgegenKrebs**. Die Wahl der Ansprache richtet sich nach den jeweiligen Social-Media-Guidelines der Partnerorganisation.  
Zeitraum zum Posten: 03.02. bis 07.02.2025

### III. Beispiel

#### Postingtext:

**Hast du schon gehört? Mit regelmäßiger Bewegung, einer ausgewogenen Ernährung und dem Verzicht auf Rauchen kannst du dein Krebsrisiko drastisch senken! Mach den ersten Schritt zu einem gesünderen Leben!** 🍌🍏🚭

Kleine Veränderungen im Alltag können eine große Auswirkung auf unsere Gesundheit haben. Im Rahmen der Nationalen Dekade gegen Krebs möchten wir das Bewusstsein für Krebsprävention stärken und Menschen ermutigen, aktiv Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen. Jeder kleine Schritt zählt! ✨🍌

Hier noch weitere einfache Maßnahmen zur Krebsprävention:

1. Sonnencreme, immer: Schütze deine Haut vor schädlichen UV-Strahlen, auch an bewölkten Tagen.
2. Treppe statt Aufzug: Nutze jede Gelegenheit, um dich zu bewegen.
3. Gesundes Essen: Setze auf eine Ernährung, die zu  $\frac{3}{4}$  aus pflanzlichen und zu  $\frac{1}{4}$  aus tierischen Produkten besteht.

**#XgegenKrebs #KleineSchritteGroßeWirkung #Weltkrebstag #Prävention**

### Bild- oder Video mit Text auf der Vorlage:

#### **Aufzug oder Treppe?**

Bei der Wahl zwischen Aufzug und Treppen entscheide ich mich immer für die zusätzlichen Stufen. Diese kleine Entscheidung hilft mir, fit zu bleiben und aktiv zu meiner Krebsprävention beizutragen.

**#KleineSchritteGroßeWirkung #XgegenKrebs**



#### **IV. Visuals**

Bitte beachten Sie, dass die Vorlagen potx-Dateien sind. Diese können nicht überspeichert werden, sondern öffnen sich immer als komplett neue Datei, so bleiben die Templates geschützt und es kann nichts passieren.

1. Gesamt-Paket: [NDK Kleine Schritte große Wirkung Visuals Shared PT KOM](#)

Das Gesamt-Paket beinhaltet Vorlagen in den folgenden Formaten:

- 1080x1080px
- 1080x1920px
- 1200x675px
- 1350x1080px
- 1920x1080px

#### **VI. Rückfragen und Ansprechpartner**

Bei Rückfragen oder Problemen beim Download der Dateien melden Sie sich bitte bei Stephanie Bach [s.bach@prpetuum.de](mailto:s.bach@prpetuum.de).