



# Publiciteit voor jouw Unox Nieuwjaarsduik

*Dit document helpt je om jullie Nieuwjaarsduik succesvol in de media te krijgen.*



- ❖ **Over de Unox Nieuwjaarsduik**
- ❖ **Lancering**
- ❖ **2026: méér Unox Nieuwjaarsduik-locaties dan ooit!**
- ❖ **Publiciteit voor jouw Nieuwjaarsduik**
- ❖ **Richtlijnen voor beeldmateriaal (foto/video)**
- ❖ **Richtlijnen voor persvragen**
- ❖ **Hoe ga je om met social media?**

## Over de Unox Nieuwjaarsduik

De Nieuwjaarsduiktraditie vindt zijn oorsprong in 1960, toen een groepje vrienden onder leiding van de Haarlemmer Ok van Batenburg, besloot om op 1 januari de ijzige Noordzee te trotseren. Wat begon als een spontane actie, is uitgegroeid tot een jaarlijks fenomeen, waar tienduizenden mensen door het hele land aan meedoen. Het oude jaar van je afspoelen en het nieuwe jaar fris induiken.





# Lancering

Stichting Nieuwjaarsduiken Nederland en Unox presenteren ieder jaar direct na Sinterklaas de Nieuwjaarsduik aan de media, waarmee het evenement nog meer bekendheid krijgt. Landelijk, maar ook lokaal. Want we vinden het belangrijk dat mensen in heel Nederland mee kunnen doen aan de Unox Nieuwjaarsduik.

In de coronajaren hadden we de Nieuwjaarsduik uit Blik. Daarna, toen het weer kon, namen we 'de langste aanloop ooit', waarbij we enkele dagen van tevoren vanuit Winterswijk in estafettevorm naar Scheveningen liepen. 226 kilometer lang. En om het 25-jarig jubileum van de Unox Nieuwjaarsduik te vieren bakten we twee jaar geleden een erwtensoep taart voor 25 Nieuwjaarsduikers met een bijzonder verhaal. Afgelopen jaar maakten we de namen van alle locaties bekend met het langste ezelsbruggetje ter wereld van 171 letters.

Op 1 januari 2026 is er een recordaantal plaatsen waar je kan duiken: meer dan 185 Unox Nieuwjaarsduiken in binnen- en buitenland!





# 2026: méér Unox Nieuwjaarsduik-locaties dan ooit!

## DRENTHE

Coevorden  
De Wijk/IJhorst (Ov.)  
Elp  
Erm  
Hoogeveen  
Nieuw-Weerdinge  
Nijveen  
Zandpol

## FLEVOLAND

Almere  
Almere Haven  
Emmeloord  
Zeewolde (2)

## FRIESLAND

Aldeboarn  
Borum  
De Veenhoop  
Frieschepalen  
Heeg  
Hindeloopen  
Hollum (Ameland)  
Jirnsom  
Joure  
Jubbega  
Lemmer  
Oudega

Slijkenburg  
Sumar  
Vlieland  
Wolvega

## GELDERLAND

Aalst  
Arnhem  
Borculo  
Braamt  
Didam  
Harderwijk  
Heerde  
Het Loo Oldebroek  
Hurwenen  
Lievelede  
Nunspeet  
Otterlo  
Varsseveld  
Voorst  
Wilp

## GRONINGEN

Appingedam  
Blauwestad  
Delfzijl  
Grijpskerk  
Haren  
Ter Apel

Uithuizen  
Wagenborgen  
Zuidbroek

## LIMBURG

America  
Belfeld  
Genep  
Grathem  
Horst  
Kessel  
Koningslust  
Maasbree  
Maastricht  
Plasmolen  
Roggel  
Sevenum  
Susteren  
Weert  
Well

## NOORD-BRABANT

Berkel-Enschot  
Boxtel  
Den Bosch (2)  
Elsendorp  
Etten-Leur  
Galder  
Haarsteeg

Helmond  
Lage Zwaluwe  
Langenboom  
Linden (2)  
Mierlo  
Milheeze  
Nieuwkuijk  
Oisterwijk  
Oss  
Rosmalen  
Standdaarbuiten  
Terheijden (2)  
Vlijmen  
Volkel  
Vught  
Waalwijk  
Westerhoven  
Willemstad

## NOORD-HOLLAND

Aalsmeer  
Alkmaar (2)  
Amsterdam  
Andijk  
Bovenkarspel  
De Koog (Texel)  
De Woude  
Hoorn  
IJmuiden

Julianadorp  
Landsmeer  
Loosdrecht  
Monnickendam  
Oudendijk  
Overveen  
Schellinkhout  
Volendam  
Westerland  
Wijk aan Zee  
Zandvoort

## OVERIJSEL

Balkbrug  
Beerze  
Dalflen  
Deventer  
Enschede (2)  
Heeten  
Hengelo  
Lemelerveld  
Nieuwleusen  
Oldenzaal  
Ootmarsum  
Rheeze  
Zwolle

## UTRECHT

Breukelen

Eemnes  
Houten  
Leusden  
Lexmond  
Nieuwersluis  
Veenendaal  
Vianen  
Vreeland  
Woerden

## ZEELAND

Baarland  
Breskens  
Burgh-Haamstede  
Domburg  
Kortgene  
Retranchement  
Vlissingen  
Walsoorden  
Wemeldinge

## ZUID-HOLLAND

's-Gravenzande  
Alphen aan den Rijn  
Den Haag  
Hardinxveld-Giessendam  
Hellevoetsluis  
Katwijk aan Zee  
Noordwijk (2)

Nootdorp (2)  
Papendrecht  
Rockanje  
Scheveningen (2)  
Vlaardingen

## BUITENLAND

Abu Dhabi  
Aruba  
Australië  
België  
Dubai  
Duitsland  
Frankrijk  
Indonesië  
Litouwen  
Oostenrijk  
Portugal  
Qatar  
Roemenië  
Sint Maarten  
Spanje (2)  
Verenigde Staten

# Publiciteit voor jouw Nieuwjaarsduik: stap 1



## Vorbereiding

- Maak een lijst van alle nieuwsmedia bij jou in de buurt, zoals lokale en regionale kranten, huis-aan-huisbladen, lokale radio en tv, en online (websites, blogs, vloggers, influencers, social media).
- Zoek uit hoe je contact met ze kunt opnemen (bijvoorbeeld via e-mail, een DM of een formulier op hun website).
- **Kies de belangrijkste media uit en neem persoonlijk contact met ze op (het liefst telefonisch).**
- Maak twee persberichten klaar (zie p. 8 en p 11.) en plan wanneer je deze gaat versturen. Een goede voorbereiding zorgt ervoor dat je geen (spel)fouten maakt.
- Bereid je voor op allerlei vragen van de pers (zie p. 13).
- Zorg dat je een fotograaf en/of cameraman hebt op 1 januari, die meteen foto's en eventueel video's kan maken.

**Er zijn twee goede momenten om de media een persbericht te sturen: van tevoren (aankondiging) en achteraf (verslag).**

Met jouw persbericht vertel je over jouw Nieuwjaarsduik en nodig je de media uit om te komen. Je kunt het persbericht helemaal aanpassen aan jouw situatie. Hoe je dit het beste kan doen, leggen we stap voor stap uit op de volgende pagina's.

# Publiciteit voor jouw Nieuwjaarsduik: stap 2



## Aankondiging

- Maak een persuitnodiging, waarin je jouw Nieuwjaarsduik aankondigt aan de media. Leuk om ook voor 1 januari bekendheid te geven aan jouw Nieuwjaarsduik, zodat mensen weten waar ze zich moeten aanmelden bijvoorbeeld en ook op de lokale media er alvast voor warm te laten draaien.
- Verstuur dit persbericht naar door jou geselecteerde media.
- Kondig overal aan dat jouw Nieuwjaarsduik er weer aan komt. Zoals op sociale media, in WhatsApp-groepen, nieuwsbrieven of op je eventuele website.

## Onderdelen persbericht aankondiging: De Nieuwjaarsduik komt er weer aan!

- Locatie en tijdstip
- Verwachte weersomstandigheden, watertemperatuur en gevoelstemperatuur op 1 januari 2026
- Aantal verwachte Nieuwjaarsduikers
- Historie en bijzonderheden van de lokale Nieuwjaarsduik. Maak het persoonlijk met bijzondere ervaringen en Nieuwjaarsduikers etc.
- Nieuwjaarsduikers met een bijzonder verhaal
- Het aantal betrokken vrijwilligers
- Jouw contactgegevens (email adres en telefoonnummer) voor vragen vanuit de media.
- Zie voorbeeld op volgende pagina.

# Voorbeeld tekst persuitnodiging



## Nieuwjaarsduik 2026 in [plaats]

Op 1 januari duiken naar verwachting <verwachte aantal Nieuwjaarsduikers > bikkels het koude water van <Locatie Nieuwjaarsduik > in.

Op 1 januari 2026 vinden de Unox Nieuwjaarsduiken weer plaats, dit jaar op meer dan 185 locaties in heel Nederland en ver daar buiten. Een record! Tienduizenden dappere helden luiden met een frisse duik het nieuwe jaar in. Ook in <invoegen locatie > staan naar verwachting <aantal > personen te trappelen om op nieuwjaarsdag het water in te gaan en om 2026 fris te beginnen.

[naam organisatie] organiseert al [aantal] jaar de Nieuwjaarsduik in [plaatsnaam]. [bijzonderheden over de historie, organisatie etc.]

### Fris het nieuwe jaar in

De weersverwachting voor Nieuwjaarsdag ziet er <goed/uitdagend/somber/nogal dramatisch/prima > uit. Het wordt circa <x °C >, met een gevoelstemperatuur van <x °C > en een watertemperatuur van <x °C >.

### Warme kom erwtensoep

Unox, al ruim 25 jaar verbonden aan de Nieuwjaarsduik, deelt op meer dan 185 locaties wereldwijd de iconische oranje mutsen, warme erwtensoep en een herinneringsvaantje uit. Ook in <locatie > staan <invoegen aantal > lokale vrijwilligers klaar om deelnemers te voorzien van soep en een muts.

Noot voor de redactie, niet voor publicatie:

Kom je ook? Meld je nu aan!

Datum: woensdag 1 januari 2026

Locatie: <invoegen locatie >

Tijd: <invoegen tijdstip van jouw Nieuwjaarsduik >. Je bent welkom vanaf <tijdstip >

Heb je vragen over de Nieuwjaarsduik? Ben je geïnteresseerd in hoge resolutie foto-/videomateriaal of een interview met één van de betrokkenen? Bel of mail ons gerust:

<Naam organisator: ><E-mail: ><Telefoon: >



**Tip:** Zet bij de uitnodiging voor de pers een foto van een vorige Nieuwjaarsduik. Dat maakt het extra leuk en gezellig!

# Publiciteit voor jouw Nieuwjaarsduik: stap 3



## Fotopersbericht van de door jou georganiseerde Nieuwjaarsduik op 1 januari.

- Met een fotopersbericht doe je kort verslag van jouw Nieuwjaarsduik. Een voorbeeld van dit persbericht staat op p. 11 en kun je naar wens aanpassen:
- Het aantal mensen dat meedoet aan jouw Nieuwjaarsduik
- Weersomstandigheden/watertemperatuur/gevoelstemperatuur
- Historie en bijzonderheden van de lokale Nieuwjaarsduik. Maak het persoonlijk met bijzondere ervaringen en Nieuwjaarsduikers etc.
- Aantal vrijwilligers
- Voeg foto's en/of video's toe
- Voeg jouw contactgegevens toe, voor verzoeken om beeldmateriaal of aanvullende vragen



# Tips om media te benaderen

De timing van de verzending van de persberichten is belangrijk:

- **Persbericht 1 (aankondiging/persuitnodiging):** Stuur dit bericht het liefst vóór de kerstdagen. Dinsdag-, woensdag- of donderdagochtend is een goed moment om het te versturen.
- **Persbericht 2 (fotopersbericht 1 januari):** Stuur dit bericht het liefst vóór 15.00 uur op 1 januari.
- **Let op:** Stuur persberichten in Bcc, dus **niet** in Cc (waarbij iedereen de andere geadresseerden kan zien).

## Locatie en tijdstip:

- Nodig voor jou belangrijke media persoonlijk uit voor jouw evenement door ze te bellen of te mailen. Denk aan lokale tv-programma's, radioprogramma's en de lokale krant.
- Gebruik ook social media om jouw Nieuwjaarsduik zichtbaar te maken. Denk aan actieve Facebook-, Twitter- en Instagram-accounts van mensen die bij de organisatie betrokken zijn.
- Zorg ervoor dat je in de uren na het versturen van de persberichten goed bereikbaar bent voor de media.

## Hoe ga je om met media op 1 januari 2026?

- Nodig de media uit om een uur voordat het evenement begint aanwezig te zijn, zodat je ze kunt vertellen hoe de Nieuwjaarsduik gaat verlopen. Het is tenslotte meestal maar een kort moment.
- Ontvang media persoonlijk en geef ze een badge met hun naam en mediatitel.
- **Let op:** Er is geen 'off the record' bij gesprekken met journalisten. Alles wat je zegt en wat er gebeurt, kan opgeschreven worden. Zeg alleen dingen die je ook op de voorpagina van de krant zou willen zien. Als je het antwoord op een vraag niet weet, durf dan te zeggen: "Dat moet ik even nakijken." (en doe dat ook en kom er zo snel mogelijk op terug)
- Zorg ervoor dat de media goed zicht hebben op jouw Nieuwjaarsduik.
- Zorg voor interviewmogelijkheden met de organisatie of met een nieuwjaarsduiker met een bijzonder verhaal. Bijvoorbeeld een oma die voor de 20e keer meedoet, of een opa, dochter en kleinzoon die met 3 generaties het nieuwe jaar induiken.
- Zet de contactgegevens van de organisator erbij voor vragen achteraf.
- Zet de feiten op een rijtje: watertemperatuur, gevoelstemperatuur, aantal vrijwilligers en Nieuwjaarsduikers.
- **Let op:** Laat geen fotografen of camera's toe bij de omkleedruimtes.

# Voorbeeld tekst fotopersbericht



## Nieuwjaarsduik <plaats> 2026

<aantal> bikkels beginnen het nieuwe jaar met een frisse duik

<locatie>, 1 januari 2026 - In <plaats> begon het nieuwe jaar weer met de traditionele Nieuwjaarsduik. Maar liefst <aantal> mensen sprongen samen in het koude water <locatie duik>. In totaal deden vele tienduizenden mensen mee aan Unox Nieuwjaarsduiken op meer dan 185 locaties wereldwijd.

<Invoegen enkele (3-6) foto's van jouw Nieuwjaarsduik>

<bijzonderheden over bijvoorbeeld de organisatie, locatie, hoe vaak georganiseerd, en maak het persoonlijk met bijzondere duikers/verhalen etc.>

Foto-onderschrift: <aantal> mensen deden in <locatie> mee aan de Nieuwjaarsduik. Foto: <invvoegen naam fotograaf>

### Warme erwtensoep

Unox ondersteunt al jaren Nieuwjaarsduiklocaties in binnen- en buitenland. Zoals elk jaar kregen alle deelnemers een iconische oranje muts en na de duik een warme kom erwtensoep om op te warmen .

---

### Noot voor de redactie, niet voor publicatie:

Heb je nog vragen? Ben je geïnteresseerd in hoge resolutie foto-/videomateriaal of een interview met één van de organisatoren?

Neem gerust contact met ons op: <Naam:> <E-mail:> <Telefoon:>

# Richtlijnen voor beeldmateriaal (foto/video)



De Nieuwjaarsduik op 1 januari is een geweldig moment om foto's en video's te maken. Hoe maak je de beste foto's voor bijvoorbeeld een persbericht of social media? Hier zijn een paar tips:

- Laat duidelijk zien dat jij de fotograaf bent, bijvoorbeeld door een badge te dragen.
- Als je een foto van een paar mensen wilt maken, vraag dan even om toestemming ("Mag ik een fotootje van jullie maken?"). Dit hoeft niet als je een foto van een grote groep mensen maakt.
- Probeer zoveel mogelijk blije gezichten vast te leggen. Bijvoorbeeld een groepje dat enthousiast het water in rent of een stel dat elkaar trots omhelst.
- Ga zelf ook het water in om mooie foto's te maken van mensen die het water in duiken.
- Kies foto's waarop mensen staan zoals je zelf ook op een foto zou willen staan.
- Vertel fotografen en cameramensen dat ze geen foto's of video's mogen maken in de kleedkamers.
- Laat nooit meer dan één drone rondvliegen tijdens jouw Nieuwjaarsduik (het is verboden om boven een groep mensen te vliegen). Als er meerdere drones in de lucht zijn, is de kans op een botsing altijd aanwezig. Drones vallen dan met nog draaiende wieken als een baksteen uit de lucht!

In het fotopersbericht (zie p.11) kun je één of meerdere foto's zetten om met de media te delen. Hier zijn een paar tips voor de foto's in het persbericht:

- Kies één 'hoofd'-foto die het verhaal vertelt en emotie laat zien. Zorg dat het duidelijk is dat het om de Nieuwjaarsduik gaat. Dus liever iemand in het water dan langs de kant. Het is beter als er meer mensen op de achtergrond staan dan maar één persoon.
- Zet de foto('s) in lage resolutie in het persbericht dat je naar de media stuurt. Verstuur geen bijlagen die samen meer dan ongeveer 4 MB zijn. Journalisten die geïnteresseerd zijn, kunnen de hoge resolutie foto's bij je opvragen.
- Zet een onderschrijf bij de foto; wat zie je precies op de foto? Vermeld ook de naam van de fotograaf.

# Richtlijnen voor persvragen



Het is belangrijk om goed voorbereid te zijn op mogelijke vragen van de pers of andere belangstellenden. Vaak gaan deze vragen over feitjes, zoals de watertemperatuur en het aantal deelnemers. Maar soms zijn er ook vragen die beter door iemand anders beantwoord kunnen worden, zoals vragen over Unox of over mogelijke noodgevallen.

Bij vragen van de pers zijn er drie soorten vragen:

1. **Vragen over jouw Nieuwjaarsduik** Deze kun je zelf beantwoorden. Denk aan feitjes over de Nieuwjaarsduik. Zorg dat je deze informatie bij de hand hebt.
2. **Vragen over andere Unox Nieuwjaarsduiken en Unox-gerelateerde onderwerpen** Deze kun je doorverwijzen naar Nikki Holleman (nikki@banka.nl). Dit gaat over de Nieuwjaarsduik in Scheveningen en andere locaties wereldwijd. Met Unox-gerelateerde vragen bedoelen we bijvoorbeeld productinformatie, de Nieuwjaarsduik campagne, soorten vlees, voedingswaarde, en wat Unox doet op het gebied van dierenwelzijn en duurzaamheid.
3. **Vragen bij mogelijke noodgevallen** Je denkt er liever niet over na, maar als er iets misgaat, zoals iemand die onwel wordt tijdens jouw Nieuwjaarsduik, laat altijd bij een calamiteit de autoriteiten de pers te woord staan. Voor vragen over veiligheid kun je zeggen: "Ik heb niet alle details, dus verwijs ik je graag door naar de woordvoerder van de politie".

# Hoe ga je om met social media (1)?



Wil je dat iedereen weet van jouw Nieuwjaarsduik? Gebruik dan social media! Plaats leuke berichten, foto's en video's op Facebook, Instagram of andere social media. Nodig mensen uit om mee te doen en deel updates over het evenement. Vraag deelnemers om hun eigen foto's en verhalen te delen met een speciale hashtag. Zo wordt jouw Nieuwjaarsduik een groot succes en ziet iedereen hoe leuk het is!

Een aantal tips op een rijtje:

- Maak een Facebook-evenement aan.
- Zorg dat alle informatie duidelijk op je social media staat: locatie, tijdstip, omkleedruimte, parkeren, e-mailadres, enzovoort.
- Houd je social media up-to-date als je het persbericht verstuurt.
- Deel van tevoren leuke foto's en video's van voorgaande jaren om je publiek enthousiast te maken.
- Vraag je volgers (bijvoorbeeld) in wat voor kleding zij dit jaar gaan Nieuwjaarsduiken.
- Tijdens de Nieuwjaarsduik kun je live streamen via social media.
- Deel na de Nieuwjaarsduik foto's en video's en vraag je volgers om ook leuke beelden te delen. *Repost* ook leuke berichten die in de media zijn verschenen.
- Zorg ervoor dat je nooit gênante beelden van Nieuwjaarsduikers online plaatst. Stel altijd jezelf de vraag: zou ik zelf zo in beeld willen worden gebracht?
- Als er negatieve berichten worden geplaatst, reageer dan bijvoorbeeld met: 'Wat vervelend dat je het zo hebt ervaren. Ik neem even contact met je op via een persoonlijk bericht'. En doe dat dan ook (ga niet in het openbaar de discussie aan).
- Plaats een aantal hashtags, → #nieuwjaarsduik #njd26 #unox #unoxnieuwjaarsduik #eigen\_plaatsnaam #eigen\_regio



# Hoe ga je om met social media (2)?

Stappen voor het plaatsen van een post voor jullie Facebook of Instagram pagina



## Facebook post plaatsen via je telefoon

- **Open de Facebook app:** Tik op het Facebook icoontje op je telefoon.
- **Tik op 'Waar denk je aan?':** Dit vind je bovenaan je nieuwsoverzicht.
- **Kies een foto of video:** Tik op 'Foto/video' en selecteer de foto of video uit je fotobibliotheek
- **Tik op 'Volgende'**
- **Schrijf een bericht:** .....
- **Voeg een locatie toe:** : Laat zien waar de Nieuwjaarsduik gaat plaatsvinden door de locatie toe te voegen.
- **Tik op 'Volgende'**
- **Delen:** Tik op 'Plaatsen' en je bericht staat op Facebook!

## Facebook post plaatsen via je computer

- **Ga naar de Facebook website:** Open je internetbrowser en ga naar [www.facebook.com](http://www.facebook.com).
- **Log in:** Voer je gebruikersnaam en wachtwoord in om in te loggen.
- **Let op:** Als je meerdere accounts hebt, kies dan het goede profiel
- **Klik op 'Wat ben je aan het doen?':** Dit vind je bovenaan je nieuwsoverzicht.
- **Kies een foto of video:** Tik op 'Foto/video' en selecteer de foto die je hebt opgeslagen op je computer.
- **Schrijf een bericht:** .....
- **Voeg een locatie toe:** : Laat zien waar de Nieuwjaarsduik gaat plaatsvinden door de locatie toe te voegen.
- **Delen:** Klik op 'Plaatsen' en je bericht staat op Facebook!

## Instagram post plaatsen via je telefoon

- **Open de Instagram app:** Tik op het Instagram icoontje op je telefoon.
- **Tik op het plusje:** Dit vind je linksboven op je scherm.
- **Kies een foto of video:** Selecteer de foto of video uit je fotobibliotheek.
- **Tik op 'Volgende'**
- **Schrijf een onderschrift:** .....
- **Voeg een locatie toe:** Laat zien waar de Nieuwjaarsduik gaat plaatsvinden door de locatie toe te voegen.
- **Delen:** Tik op 'Delen' rechtsonder en je post staat op Instagram!

## Instagram post plaatsen via je computer

- **Ga naar de Instagram website:** Open je internetbrowser en ga naar [www.instagram.com](http://www.instagram.com).
- **Log in:** Voer je gebruikersnaam en wachtwoord in om in te loggen.
- **Klik op het plusje:** Dit vind je links in het menu.
- **Kies een foto of video:** Klik op 'Bestand kiezen' en selecteer een leuke foto of video van je computer.
- **Klik op 'Volgende':** Dit staat rechtsboven in je scherm.
- **Schrijf een onderschrift:** .....
- **Voeg een locatie toe:** Laat zien waar de Nieuwjaarsduik gaat plaatsvinden door de locatie toe te voegen.
- **Delen:** Klik op 'Delen' rechtsboven en je post staat op Instagram!