

Verantwoording Health Podium 2024 / 2025

De tweede editie van het Health Podium is gestart in september 2024 en liep door tot en met 10 april 2025. De reeks is onderbroken door de maand december, zodat een najaarsreeks en een voorjaarsreeks is ontstaan. In totaal zijn er in de twee reeksen 20 bijeenkomsten georganiseerd die voor bezoekers gratis waren en waarbij werd ingezet op preventie gezondheid. De bijeenkomsten hadden plaats in de bibliotheek Kennemerwaard in de vestigingen van Heerhugowaard en Langedijk.

De communicatie voor dit project is in twee delen opgesplitst en is volledig vormgegeven door de afdeling Marketing en Communicatie van de bibliotheek Kennemerwaard. Er zijn twee flyers (oplage 1000) uitgegeven, één in augustus en één in december met de aankondigingen en informatie over de bijeenkomsten in respectievelijk het najaar van 2024 en het voorjaar 2025. Beide flyers stuur ik als bijlage toe. Per activiteit (dus 20 x in totaal) is vier weken voorafgaand een poster (A3 formaat) verspreid en twee weken voorafgaand een persbericht verstuurd en o.a. in de lokale bladen verschenen. De gehele reeks met alle informatie is in de agenda op de website van de bibliotheek verschenen en per vestiging onder de aandacht gebracht, ook via de socials.

Voorbeelden van posters en persberichten voeg ik als bijlage toe.

Bezoekersaantallen van de bijeenkomsten

Bij de prognose was uitgegaan van in totaal 175 bezoekers. Doelstelling was om in totaal uiteindelijk 250 bezoekers te trekken. Deze doelstelling is ruim behaald. Met in totaal 330 bezoekers is zowel de doelstelling als prognose overtroffen. De Hartcheckdag was qua aantal een uitschieter.

Toch moeten we het succes niet alleen 'ophangen' aan de bezoekersaantallen. Een bijeenkomst over een juiste voorbereiding op een operatie leverde slechts een enkele bezoeker op, maar zo kon er gerichte informatie gegeven worden wat heeft geleid tot vervolgtrajecten. Een succes dus.

Opvallend dat er geen animo bleek te zijn voor een voorlichtingsbijeenkomst over het Rijksvaccinatieprogramma voor jongeren door de GGD. Deze bijeenkomst is twee dagen voor uitvoering geannuleerd.

Fotomateriaal/ reacties bij enkele activiteiten

Gezonde gewoontes, je moet niks!

“Geslaagde presentatie en goede informatie”

Aandacht voor je huid

Reactie van een bezoeker en reactie van collega: "Wat was het een goede bijeenkomst. Er werd in gewone mensentaal gesproken en het was zo interessant!" Jammer dat er geen jongere mensen aanwezig waren, alleen maar 50+. Het was juist ook voor hen zo belangrijk geweest."

Hartcheckdag Bezoekers: "Wat geweldig dat jullie dit organiseren" "zo fijn dat dit er is"
Er kwamen zelfs mensen uit Haarlem en Hoofddorp



Fit de operatie in

“Het was een klein groepje, maar daardoor kregen we veel aandacht. Ik ben gelijk een vervolgtraject gestart, heel blij mee”.

Overgang en leefstijl

Enthousiaste groep deelnemers en een hele duidelijke presentatie. “Blij dat ik geweest ben”



Bijlagen

- voorbeeld persbericht
- voorbeeld poster / socials
- flyer najaar 2024, aparte bijlage
- flyer voorjaar 2025, aparte bijlage

Persbericht

Ademhaling en ontspanning

Health Podium

Mariska Mooren van [Zorgwaard](#) is Oefentherapeut Mensendieck, adem- en ontspanningstherapeut methode van Dixhoorn en slaapoefentherapeut. Ze heeft jarenlange ervaring in de behandeling van mensen met langdurige gezondheidsklachten. Vaak is de oorzaak van deze klachten niet medisch te verklaren. Adem- en ontspanningstherapie kan helpen. Op zaterdag 1 maart geeft Mariska Mooren hierover informatie in de bibliotheek in Langedijk.

Spanning en stress is een normaal voorkomend verschijnsel in ons leven, iedereen heeft daar wel eens mee te maken. Duurt dit te lang, dan kun je klachten krijgen zoals: stress, burn-out, angstig zijn, ademhalingsproblemen (zoals hyperventilatie), hoofdpijn, vermoeidheid, slecht slapen, enz.

Een verlaagde spanning vergroot de belastbaarheid en kan je energiever en stressbestendiger maken. Mensen die overspannen of gestrest zijn of een burn-out hebben, kunnen daarom veel baat hebben bij adem- en ontspanningstherapie. Tijdens de workshop krijg je achtergrond theorie en praktische oefeningen die je direct in het dagelijks leven kunt toepassen. Je gaat lekker ontspannen naar huis!

Aanmelden

Meer weten over adem- en ontspanningstherapie? Je bent van harte welkom op zaterdag 1 maart in de bibliotheek in Langedijk (Bosgroet 4). De toegang is gratis maar aanmelden is gewenst. Dat kan via bknw.nl/agenda of bij de klantenservicebalie in de bibliotheek of door te bellen naar 072 – 515 66 44. De bijeenkomst is van 11.00 tot 12.00 uur.

Health Podium – Ontmoet gezondheid op het podium!

Vanuit het preventieakkoord Dijk en Waard worden er in de eerste maanden van 2025 tal van activiteiten georganiseerd rondom gezondheid. Het Health Podium is één van die activiteiten. Het Health Podium in de Bibliotheek Kennemerwaard is een fysiek podium waar mensen toegang hebben tot informatie en activiteiten die gericht zijn op gezondheid en welzijn. Hier worden workshops, lezingen en bronnen aangeboden om mensen te inspireren en te informeren over een gezonde levensstijl en zelfzorg.

Einde persbericht

Noot voor de redactie:

De bijgevoegde afbeelding mag vrij gebruikt worden bij dit bericht.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Chris Rode

Medewerker Communicatie & PR

Bibliotheek Kennemerwaard

c.rod@bknw.nl

Tel. 06 – 837 989 22

A photograph of two women sitting outdoors on a grassy area. The woman on the left has blonde hair and is wearing a white short-sleeved top. The woman on the right has dark hair and is wearing a light blue t-shirt and jeans. They are both smiling at the camera.

Boost je werkplezier:
een korte cursus in 2 bijeenkomsten

Door: Mieke Beemsterboer en Ciska Gijsbers
van 7x Gezond

Bibliotheek Heerhugowaard | donderdag 16 en 30 november
Van 19.30 - 21.00 uur | Meedoen is gratis
Aanmelden kan bij de klantenservice of op bknw.nl/agenda



SCAN MIJ

A photograph of a man with glasses and a white shirt, smiling and talking to a woman whose back is to the camera. The man has a name tag that says "centraal gaster".

Health Podium:
Aandacht voor de huid

Zaterdag 8 maart Bibliotheek Heerhugowaard
Zaterdag 15 maart Bibliotheek Langedijk
van 11.00 tot 12.00 uur

