

# “Je bent mooi zoals je bent”

**Miljoenen Nederlanders genieten ervan om bloot te recreëren. ‘Je ontsnapt aan de hectiek van alledag en het gevoel van vrijheid dat je ervaart, is ongekend.’**



Blootrecreatie is trending. Volgens marktonderzoek (Motivation, 2019) genieten 2,5 miljoen Nederlanders van de ontspanning die bloot recreëren biedt. Daaronder zijn steeds meer jonge gezinnen met kinderen, laat ook het ledenbestand van belangenvereniging NFN zien. ‘Bloot zijn helpt je om op een simpele manier uit de hectiek van alledag te stappen,’ zegt Christine Kouman, directeur van NFN Open & Bloot. ‘Zonder knellende kleding en met de zon en de wind overal op je

huid, ervaar je een ongekende vrijheid.’ In wezen, zegt Kouman, leert blootrecreatie je weer op een gezonde manier naar je lichaam te kijken - ontspannen en zorgeloos, zoals kinderen dat kunnen. Kouman: ‘Dat is niet meer vanzelfsprekend. Naakte lijven worden enorm geseksualiseerd. In de media zie je bijna geen echte lichamen meer. Gelukkig komt daartegen uit steeds meer hoeken verweer.’

## **Nationale Toplessdag**

Kouman merkt dat het veel

**“Je hoeft niet aan een onmogelijk schoonheidsideaal te voldoen.”**

mensen moeite kost om zich bloot te geven. ‘We organiseren met BlootGewoon!, een merk van NFN, elk jaar de Nationale Toplessdag, om mensen weer een trots gevoel te geven over hun lijf. Uit onderzoek weten we dat veel vrouwen topless willen zonnen, maar het niet durven – en dat komt niet alleen door de

vrees voor ongewenste foto’s op social media, maar óók omdat ze zich onzeker voelen over hun lijf. Dan wil ik het wel uitroepen: ontspan! Je hoeft niet aan een onmogelijk schoonheidsideaal te voldoen, je bent mooi zoals je bent. Wees gewoon lekker jezelf en geniet van je vrije tijd zoals jij dat wilt.’

- De ‘nakation’ oftewel het naakt vakantie vieren is één van de snelst groeiende trends binnen de reisindustrie.
- Bloot recreëren kan op steeds meer locaties, dus niet alleen op het naaktstrand of de camping, maar ook in luxe resorts, hippe b&b's, prachtig gelegen vakantiehuizen of op cruises. Zie ook: blootkompas.nl

‘BlootGewoon!’, het magazine over vrijheid, ontspannen en lekker in je vel zitten is nu te koop bij magazine-/boekwinkels en via de webshop op blootgewoon.nl. Een prachtig magazine voor iedereen die graag bloot ontspant, bomvol tips, wellness, mooie vakantiebestemmingen en aantrekkelijke aanbiedingen.”

**LEZERSACTIE: 20% KORTING OP BLOOTGEWOON! #6 VIA BLOOTGEWOON.NL. GEBRUIK CODE BLOOTGEWOON!20-7. DEZE ACTIE IS GELDIG TOT 31 JULI 2020.**

