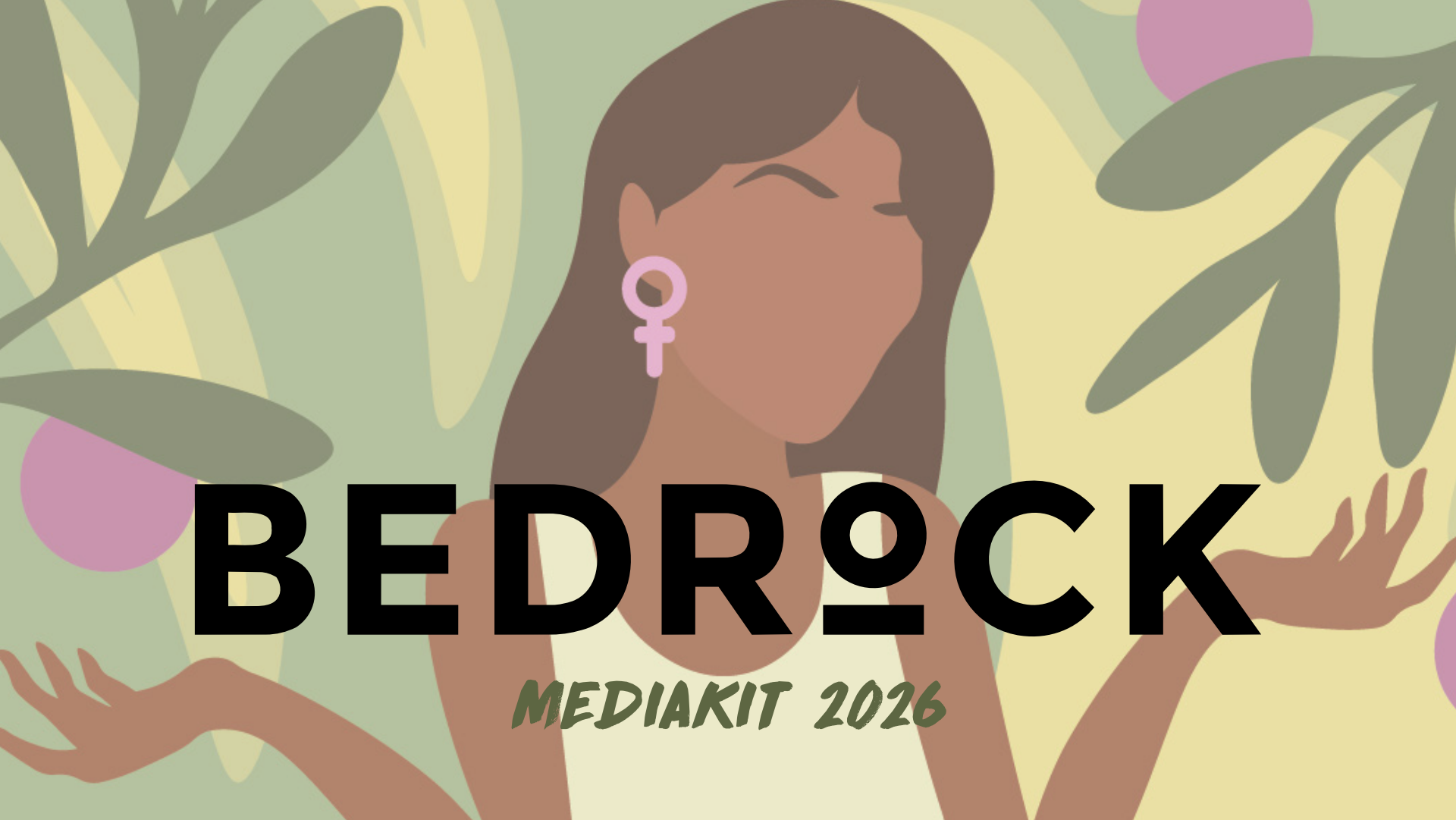




BEDRÖCK

MEDIAKIT 2026



BEDROCK

BEDROCK is hét online magazine met een unieke vormgeving voor een bewuste en gezonde levensstijl in Nederland. Onze pijlers zijn simpel: **psyche, welzijn, betere wereld, reizen en astrologie.**

Op BEDROCK vind je dagelijks informatie en inspiratie die je verder helpen in jouw **persoonlijke ontwikkeling.**

Daarnaast biedt BEDROCK tools in de vorm van **praktische tips, tricks** en *how to's*. Zo helpt BEDROCK je niet alleen bewust te worden over zaken als **gezondheid, meditatie** en **klimaatverandering**, maar ook om echt in actie te komen.

BEDROCK is voor iedereen die gelooft dat je als mens nooit af bent, maar altijd in beweging en **ontwikkeling**. Perfectie bestaat niet, en dat is oke! Maar de **beste versie worden van jezelf**, voor jezelf en de wereld waarin je leeft, is het mooiste wat er is. Verwacht diepgaande interviews, taboes die doorbroken worden, goed nieuws (want er gebeurt ook een hoop moois in de wereld!), **tips** over yogaretreats, duurzaam leven *guides*, een psychologische kijk op liefde, seks, relaties en heerlijke vega(n) recepten. Met andere woorden: een heerlijke portie **inspiratie & informatie** over bewust leven zonder onszelf serieus te nemen.



BEDROCK

*DÉ GIDS VOOR EEN
BETERE VERSIE
VAN JEZELF EN DE
WERELD*



ONZE PIJLERS

BETERE WERELD

Zeg je BEDROCK, dan zeg je onze categorie BETERE WERELD. We schrijven over klimaatverandering, duurzaamheid, voedselverspilling en zelfs over een zero waste leven.

ASTROLOGIE

Bij BEDROCK nemen we een nuchter kijkje in de wereld van spiritualiteit. Intenties, energieën, en maanstanden worden uitvoerig besproken net als astrologie en jouw eigen horoscoop.

WELZIJN

Alles om zo goed mogelijk voor jouw mooie lichaam te zorgen op een BEDROCK-manier: yoga, hardlopen, wandelen, tips over vitamines, lekkere recepten en beauty.

PSYCHE

We delen alles over de psyche, filosofie, persoonlijke verhalen, psychologie, The Seks Issue (ofwel: een psychologische kijk op seks), relaties, mindfulness, manifesteren en meditaties.

REIZEN

Mindful bewust reizen staat centraal: van yogaretreats tot eco-campings die je wilt bezoeken, ook restaurants of andere inspirerende plekken komen naar voren in de rubriek 'BEDROCK ontdekt Nederland'.





ONZE DOELGROEP

De doelgroep van BEDROCK is voornamelijk **vrouw** en wij vinden dat leeftijd er niet toe doet.

We focussen ons op de kritische, hoger opgeleide, randstedelijke vrouw die zich graag terugtrekt in de **natuur, bezig is met zelfinzicht, zelfliefde** en interesse heeft in verhalen van mensen en de wereld om zich heen.

Onze doelgroep is bezig met het leven van een **authentiek** en **bewust leven** - of is daar op zijn minst een beetje in geïnteresseerd. Ook heeft onze doelgroep wat meer te besteden dan gemiddeld.



BEDROCK

SOCIAL BEREIK



volgers: **70K**
post engagement p/m: **17%**
gemiddeld bereik p/m: **3M**



volgers: **637**
post engagement p/m: **6%**
gemiddelde views p/m: **60K**



volgers: **26K**
post engagement p/m: **6%**
gemiddeld bereik p/m: **500K**





ONZE LEZERS

MAANDBEREIK

50K



M 29%

V 71%

HBO+ OPGELEID
SELECTIVITEIT

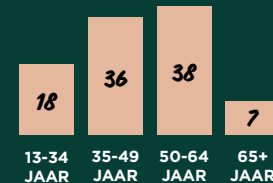
119

PAGEVIEWS P/M

150K

SOCIAL
VOLGERS

+100K



INTERESSES

van onze lezers



PSYCHOLOGIE
INDEX **143**



SCHILDEREN
INDEX **120**



TUINIEREN
INDEX **116**



SURFEN
INDEX **137**



YOGA
INDEX **323**



SPIRITUALITEIT
INDEX **121**



SHOWNIEUWS
INDEX **134**



HOMEOPATHIE
INDEX **126**



FITNESS
INDEX **148**



DEZE ADVERTEERDERS GINGEN JE VOOR

- * Philips
- * Tijdswinst Cursussen
- * Fuze Tea
- * Volvo
- * Emma Sleep
- * Lidl
- * Purina
- * Refurbed





BEDROCK



SAMENWERKEN?

samenwerken@mediahuis.nl

+31 88 800 4800

