

thegreenlist.nl

Alles voor een groenere lifestyle





Het groenere lifestyle platform

Thegreenlist.nl is hét groenere lifestyle platform en de grootste social-community voor iedereen die groener wil leven. Met de nadruk op **groener**, omdat we iedereen willen verleiden om met ons mee te doen. We willen laten zien dat duurzamer leven belangrijk én leuk is, dat je nog steeds evenveel avonturen kunt beleven en lekker kunt leven. We zijn wars van het belerende vingertje en de je-doet-het-niet-goed-genoeneg mentaliteit.

Onze missie is om mensen dagelijks op ideeën te brengen voor een duurzamer leven. Dit doen we via de website, socials, (e)books, onze nieuwsbrief, podcast, via mainstream media en voor mooie *brands*.

We delen alleen wat we zélf zouden aanraden: aan onze vrienden, burens, familie en aan onze trouwe lezers en volgers. Dat maakt ons geloofwaardig én anders dan de rest.

Sinds 2022 is oprichter Saskia regelmatig op tv te zien als duurzame lifestyle-expert en sinds mei 2024 is Saskia de vaste columnist en duurzame reisreporter van het toonaangevende reismagazine Columbus.

Thegreenlist.nl is geregistreerd bij influencerregels.com.

Samenwerken? Mail:
saskia@thegreenlist.nl.



Smaak- makers

Bij *thegreenlist.nl* cureren we dagelijks inspiratie voor een bewuster en leuker leven. Als smaakmakers in duurzaam Nederland brengen we het beste samen: originele ideeën, handige tips en verrassende oplossingen. Ons doel? Iedereen laten zien dat groener leven niet alleen goed voelt, maar ook heel leuk is!

WAT KOPEN TERUG
WAT JIJ NIET
MEER GEBRUIKT



Wie wij zijn

Thegreenlist.nl is enthousiast, positief en activerend. We spreken vanuit onze expertise en ervaring, maar we wekken nooit de indruk dat we het beter weten. Want dat is ook niet zo. Wel denken we graag in oplossingen, we barsten van de goede ideeën en leuke tips waarmee we onze lezers en volgers willen inspireren en verleiden.

Thegreenlist.nl is een community, we zijn een groene vriendin. We geven daarom júst ook ideeën en tips van anderen, zoals onze lezers en volgers, een podium om zodoende zoveel mogelijk mensen en ideeën met elkaar te verbinden.

In een (online) wereld waar je héél veel (naar onze mening: instrumentele) duurzame content kunt vinden en waar robots in enkele seconden inspiratieloze artikelen kunnen produceren, onderscheidt *thegreenlist.nl* zich met een nieuwe, frisse kleur groen in het duurzame medialandschap.

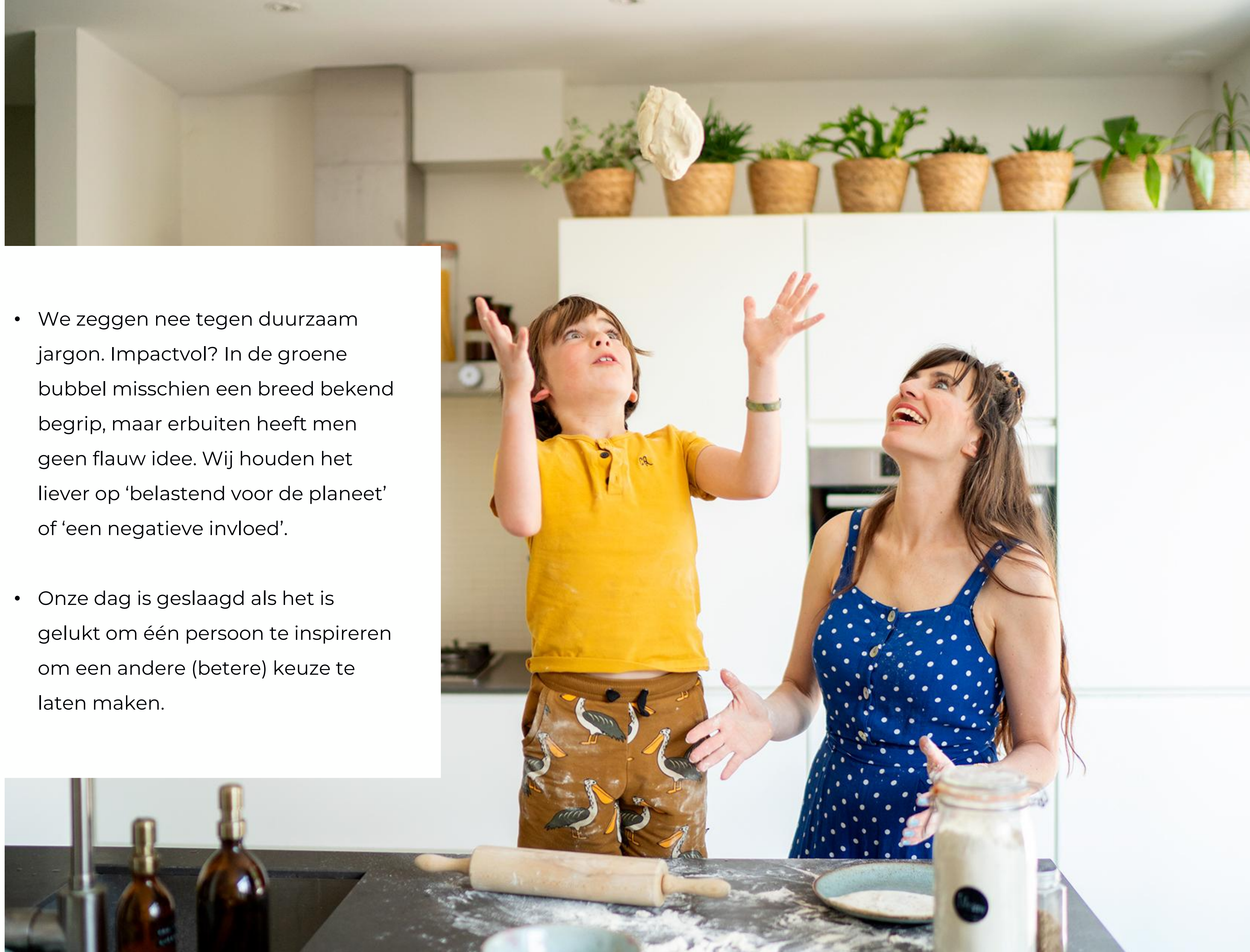


Ons DNA

- We zijn een journalistiek lifestyle magazine. We maken content over het hele spectrum van duurzaamheid.
- We vallen niemand af en moedigen elk idee en elk stapje aan.
- We zijn oplossingsgericht en hebben altijd goede ideeën en oplossingen. Niet iedereen zal het met ons eens zijn, maar niet elk idee hoeft perfect groen te zijn. Drastisch minder vlees eten of een niet-industrieel stukje vlees kiezen, vinden wij ook al winst.
- We begrijpen dat duurzaamheid een ingewikkeld begrip is en veel omvat zoals klimaatverandering, milieuvervuiling, overconsumptie, grondstoffenschaarste, dierenleed en ongelijkheid. We leggen zo goed mogelijk uit op welk vlak en hoe dingen een duurzamere keuze zijn. Dingen kunnen in onze ogen al een goed idee zijn als ze één of enkele van de grote problemen aanpakken.
- Onze content is vrolijk en onze artikelen zijn vlot en lekker geschreven. Je moet zin in duurzaamheid krijgen. We zijn je groene vriendin. Op die manier schrijven we ook. Dat kan geen robot ons nadoen.
- We houden niet van flauwekul. We doen goede research en gebruiken gedegen bronnen die we ook altijd vermelden.
- We spreken zeker óók voor eigen parochie, maar het liefst enthousiasmeren we júíst ook de mensen die nog niet zo ver zijn met een duurzamer leven.
- We stappen in de belevingswereld van onze lezer. We praten niet ‘hoogover’ over dingen, maar maken onderwerpen concreet en klein. We houden van duidelijke voorbeelden en herkenbare situaties.

Groen met pit

- We zijn zelfbewust, niemand leeft perfect duurzaam. Wie dat over zichzelf zegt, vinden we niet geloofwaardig en ook niet echt aardig overkomen.
- We vermijden *no-brainers*, want iedereen weet inmiddels wel dat ‘vaker tweedehands kopen’ beter is voor de planeet. Wij zetten de volgende stap en brengen je op originele ideeën hóé je dat kunt doen.
- We zeggen nee tegen duurzaam jargon. Impactvol? In de groene bubbel misschien een breed bekend begrip, maar erbuiten heeft men geen flauw idee. Wij houden het liever op ‘belastend voor de planeet’ of ‘een negatieve invloed’.
- Onze dag is geslaagd als het is gelukt om één persoon te inspireren om een andere (betere) keuze te laten maken.



Hi! Mijn naam is Saskia Sampimon-Versneij en ik ben duurzame lifestyle-expert en oprichter van *thegreenlist.nl*. Ook ben ik de auteur en uitgever van het leukste duurzame lifestyle boek: *NIKS NIEUWS* en van diverse e-gidsen zoals de *No Buy Fashiongids* en een duurzame boekhoudgids.

Wat in 2020 begon als een persoonlijke zoektocht naar een duurzamer leven, is uitgegroeid tot een mediabedrijf: hét duurzame lifestyle platform van Nederland. Een droom die uitkomt voor mij als journalist en contentmaker! Samen met mijn geweldige redactieteam probeer ik zoveel mogelijk mensen te inspireren om duurzamere keuzes te maken.

De tijd die ik over heb, besteed ik het liefste met mijn gezin. Ik ben getrouwd met David en moeder van Frank (2015). Samen ontdekken we hoe we duurzamer kunnen leven.

Samenwerken? Mail me: **saskia@thegreenlist.nl**.



Focus doelgroep
vrouwen
25-64 jaar



Thegreenlist.nl is er voor iedereen:
donkergroen, lichtgroen en nog
helemaal niet groen. Maar we
richten ons in het bijzonder op
vrouwen tussen de 25 en 65 jaar die
interesse hebben in een
duurzamere, bewustere en leukere
lifestyle, of die hun opties aan het
verkennen zijn.



Onze volgers & lezers

- 89% van onze volgers op Instagram is vrouw. Op onze andere kanalen zien we een gemixter publiek.
- 75% is tussen 25 en 54 jaar oud.
- Onze Insta-volgers komen bijna allemaal uit NL (88%) of BE (8%).
- Ze wonen vaak in de randstad. Top 5 Insta: Amsterdam, Utrecht, Den Haag, Rotterdam en Haarlem.
- Ze zoeken naar tips om duurzamer, zinvoller en leuker te leven.
- Ze vinden duurzaamheid vaak ingewikkeld en zijn blij dat we het voor ze uitzoeken.
- Als hun portemonnee het toelaat, willen ze best wat meer besteden aan goede, eerlijke producten.
- Maar... Ze zijn ook gek op tweedehands koopjes en *lifehacks*.
- Ze hebben een goede smaak als het gaat om mode, interieur, (vega) eten, uitgaan en vakanties.
- Authenticiteit gaat boven mooie plaatjes en praatjes.
-  **Nieuw:** de website is nu beschikbaar in het Engels en Duits waardoor onze community internationaal groeit.

Bereik per maand:

1.750.000

Impressies per maand:

5.500.000

De cijfers zijn gebaseerd op bereik en impressies
of weergaven over een periode van 28 of 30
dagen op Instagram, LinkedIn, TikTok, YouTube,
Facebook, website, nieuwsbrief en Pinterest.

LINKEDIN

Volgers: +10.413

Bereik per post: ~5.000 (2.000-200.000)

Impressies per maand: ~367.000

Bereik per maand: ~185.188

TIKTOK

Volgers: +4.500

Bereik per post: ~2.000 (800-100.000)

Weergaven per maand: ~674.000

Kijkers: per maand: ~468.000

YOUTUBE SHORTS – NEW

Bereik/ impressies per maand: ~57.000

PINTEREST

Weergaven per maand: ~133.000

Bereik per maand: ~98.000

PODCAST

Aantal downloads: 14.000

Luisteraars per aflevering: ~1.500

INSTAGRAM



Aantal volgers: +68.000

Aantal likes post: ~300-600

Engagement per post: ~5%

Bereik post: ~30.000 (10.000-600.000)

Bereik/ weergave reel: ~40.000

(tussen 20.000-600.000)

Weergaven per maand: 2.500.000

Bereik per maand: 751.000

View story: ~2.500 (1.500-5.000)

FACEBOOK

Volgers: +7.300

Weergaven per maand: 1.700.000

Bereik per post: ~1.000 (500-50.000)

WEBSITE



Unieke bezoekers per maand: ~50.000

Page views per maand: ~60.000

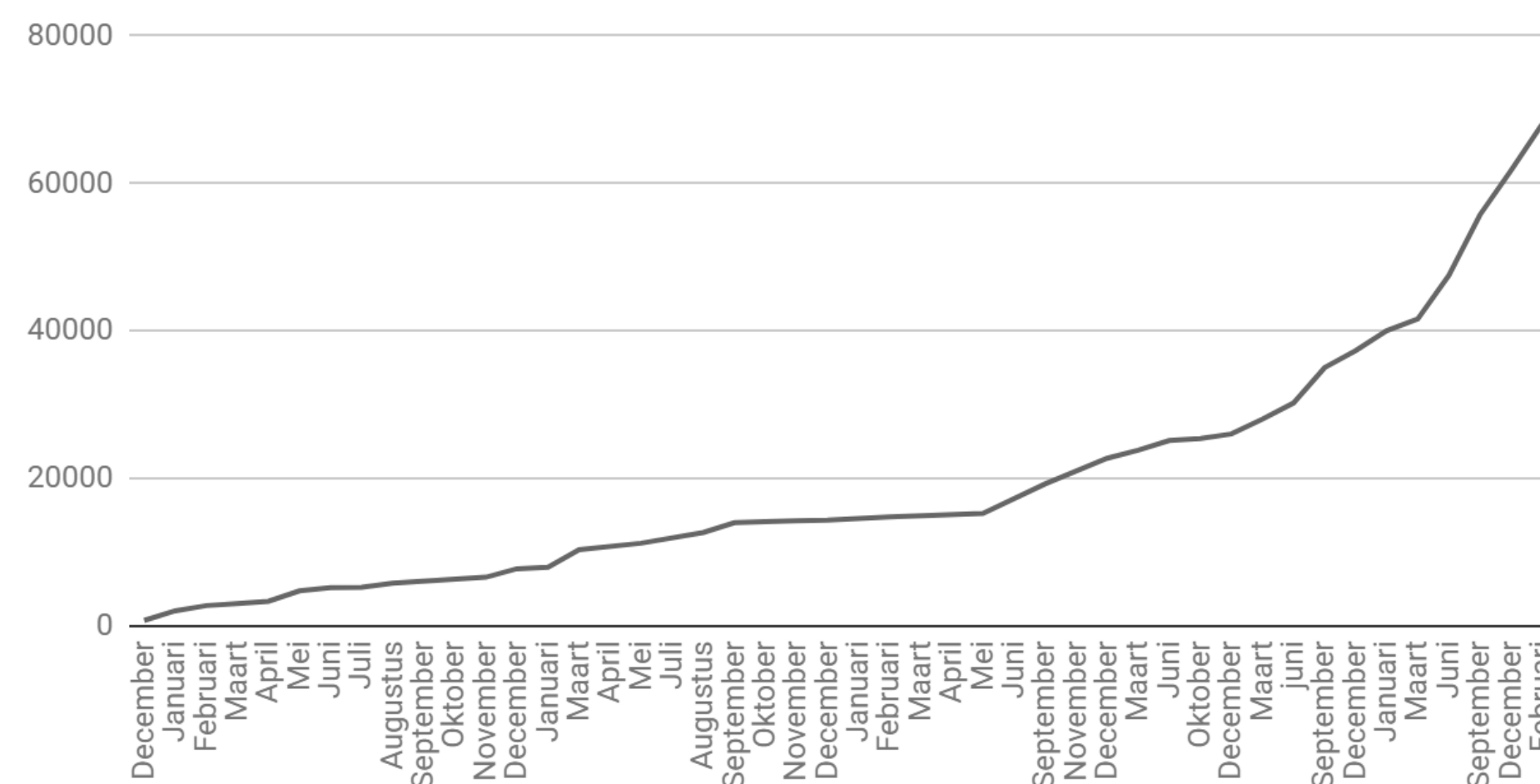
Verwachte unieke bezoekers in 2026: +600.000

Met 688 zoektermen in de top 5 van Google

NIEUWSBRIEF

Abonnees: +5.234 / Open rate: 50-60%

Groei following Instagram



Stats

Topics & Mediamix

TWEEDEHANDS

HERGEBRUIKEN

ZERO WASTE

DIY

REPAREREN & UPCYCLEN

BOODSCHAPPEN

KOKEN & RECEPTEN

DUURZAME MODE

UITJES & REIZEN

CITYLIFE & RESTAURANTS

BEAUTY & VERZORGING

WONEN & INTERIEUR

HUISHOUDEN

WERKEN & ONDERNEMEN

GEZOND LEVEN

KINDEREN & OPVOEDEN

OPRUIMEN

PRODUCT REVIEWS

TUINIEREN

DIEREN

SOCIALE INITIATIEVEN



INSTAGRAM FIRST VIDEO CONTENT

Met doorplaatsing op **TikTok, LinkedIn, Facebook & YouTube Shorts.**



PODCAST

Elke vrijdag een aflevering in je favo podcast app (ON A BREAK).



PINTEREST

Pins om je op ideeën te brengen voor een groener leven.



(E)BOOKS

Auteur en uitgever van (E)books.



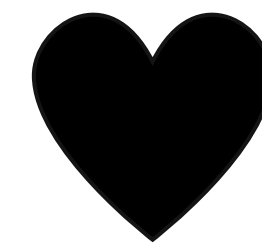
NIEUWSBRIEF

Wekelijkse nieuwsbrief met duurzame tips, handige kortingen en groenere winacties.



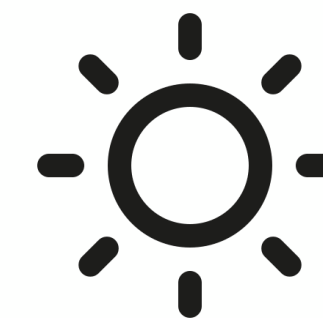
ONLINE MAGAZINE (WEBSITE)

5x per week een artikel van de redactie.



GREENLIST FAVORITES

3-4 x per jaar een online uitgave met *musthaves* voor de lente / zomer / herfst / winter / feestdagen.



REISJOURNALIST & COLUMNIST

Columnist en reisreporter voor *Columbus*, *NS Dagje Uit* & *In Eigen Land*.



TV

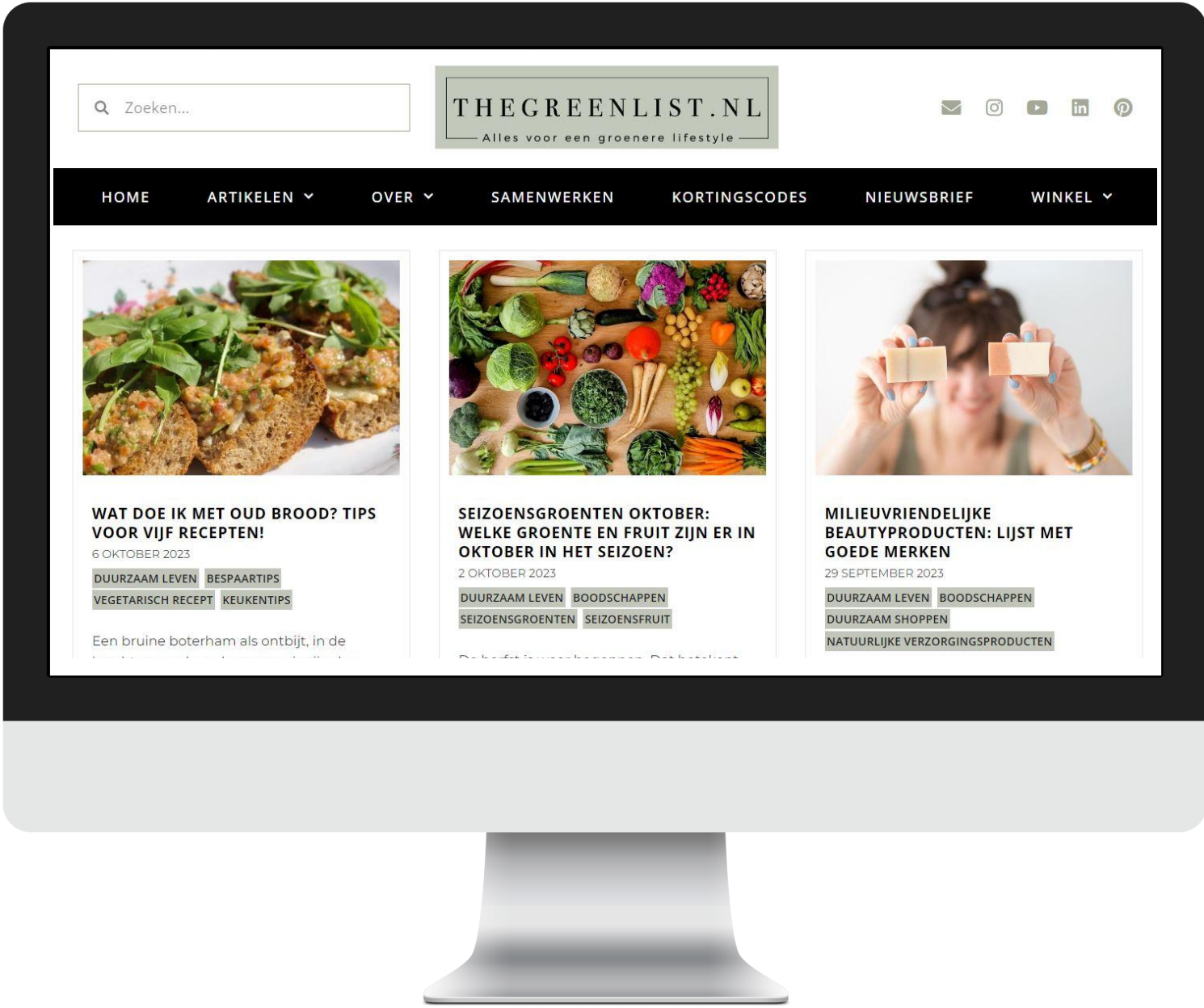
Duurzame lifestyle-expert voor redactionele en branded content tv-items.



CREATIVE AGENCY

Contentproducties voor bedrijven en uitgevers.

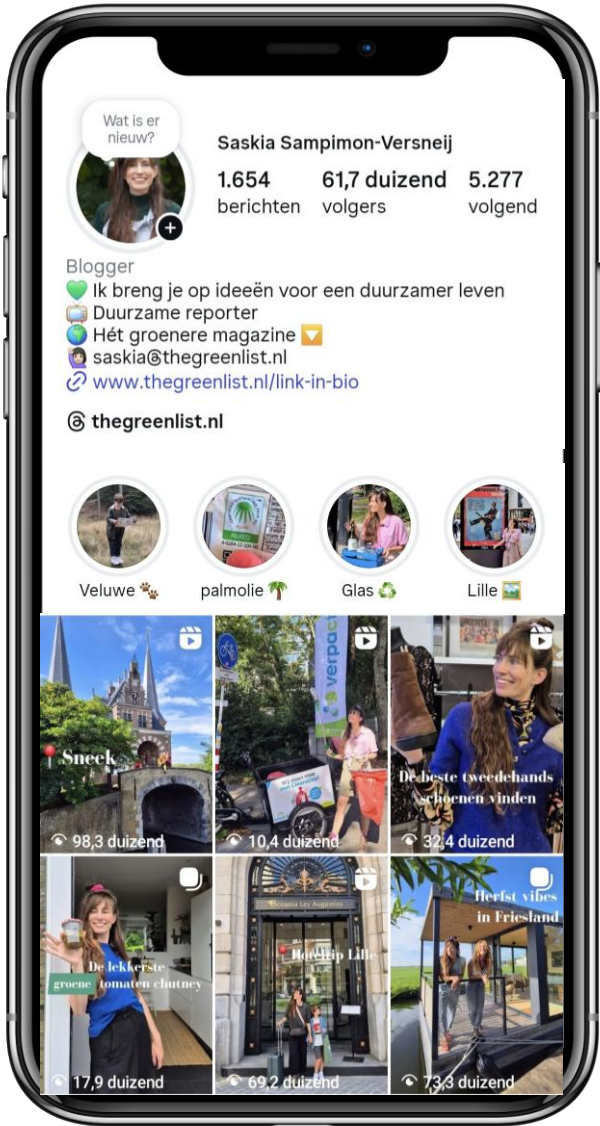
Touch points



ONLINE MAGAZINE (SITE)

INSTAGRAM

Facebook, TikTok & Shorts



LINKEDIN



NIEUWSBRIEF



PINTEREST



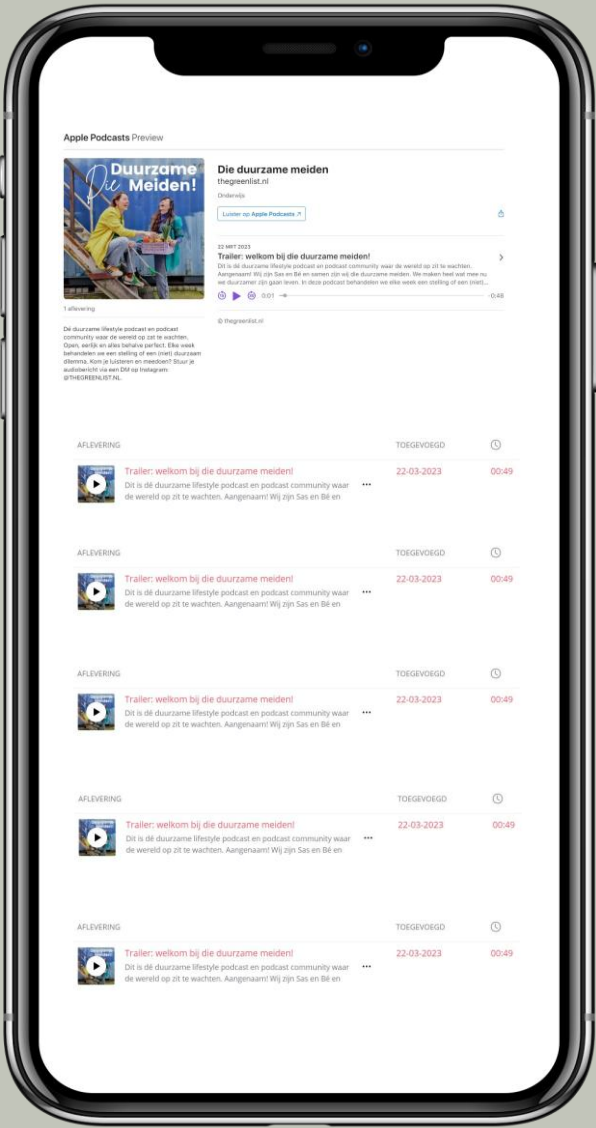
(E)BOOKS



DE GIDS
voor startende ondernemers

*die het duurzamer & mooier willen doen

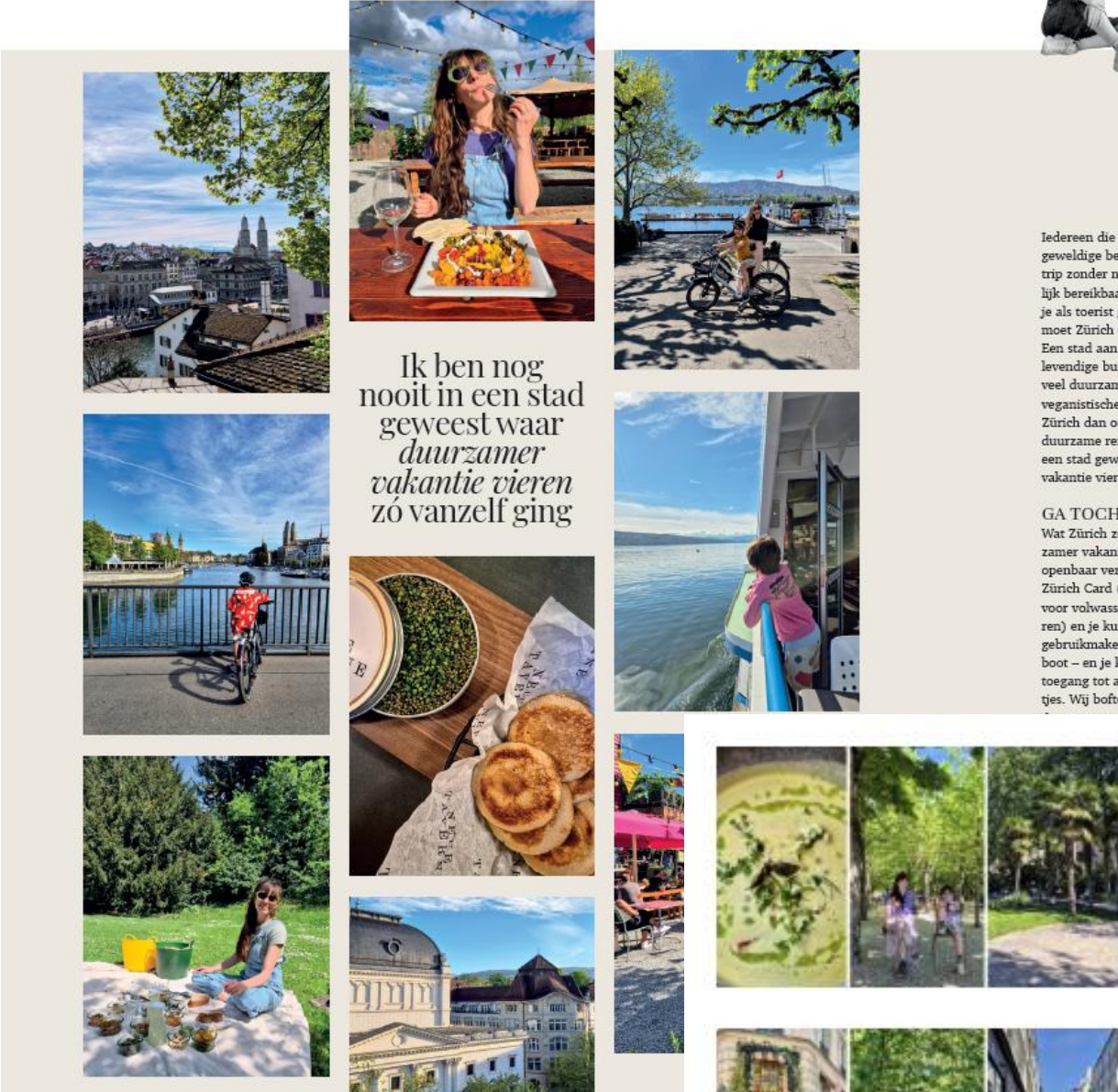
MAINSTREAM MEDIA



PODCAST

TRAVEL REPORTER & COLUMNIST

Dagboek van een *duurzame* reiziger



Ik ben nog nooit in een stad geweest waar *duurzamer vakantie vieren* zo vanzelf ging



Saskia Sampimon-Versneij van *thegreenlist.nl*, een online lifestylemagazine en Instagram-community over duurzaam leven, toont aan dat je je reis juist verrijkt door groene(re) keuzes te maken. In deze editie tipt ze Zürich als dé stedentripbestemming voor de duurzame reiziger.

COLUMN

HOOFDSTUK 9: De ultieme groene stedentrip

Iedereen die nog op zoek is naar een geweldige bestemming voor een stedentrip zonder massatoerisme, die makkelijk bereikbaar is zonder vliegtuig, waar je als toerist gratis fietsen kunt lenen, moet Zürich op zijn bucketlist zetten. Een stad aan het water, met een levendige buitencultuur en verrassend veel duurzame en zoveel vegetarische als veganistische eetplekken. Ik nomineer Zürich dan ook als dé stedentrip voor de duurzame reiziger. Ik ben nog nooit in een stad geweest waar duurzamer vakantie vieren zo vanzelf ging!

GAT OCH FIETSEN
Wat Zürich zo relaxed maakt als je duurzamer vakantie wilt vieren: het goede openbaar vervoer en de fiets. Koop een Zürich Card (omgerekend circa € 60 voor volwassenen en € 40 voor kinderen) en je kunt 72 uur lang gratis gebruikmaken van tram, bus, trein én boot – en je krijgt ook nog eens gratis toegang tot allerlei musea en leuke uitjes. Wij boften met prachtig weer en

je meteen verliefd op wordt. Niet omdat er één grote trekpleister is waar je per se heen móet, maar juist omdat de stad op zoveel plekken verrast. Overal krijg je de échte Zür-ervaring. Geen bedachte preteksten of toneelstukjes met 'ambachtelijke' chocolade, gewoon het echte leven. En dat maakt deze stad zo bijzonder.

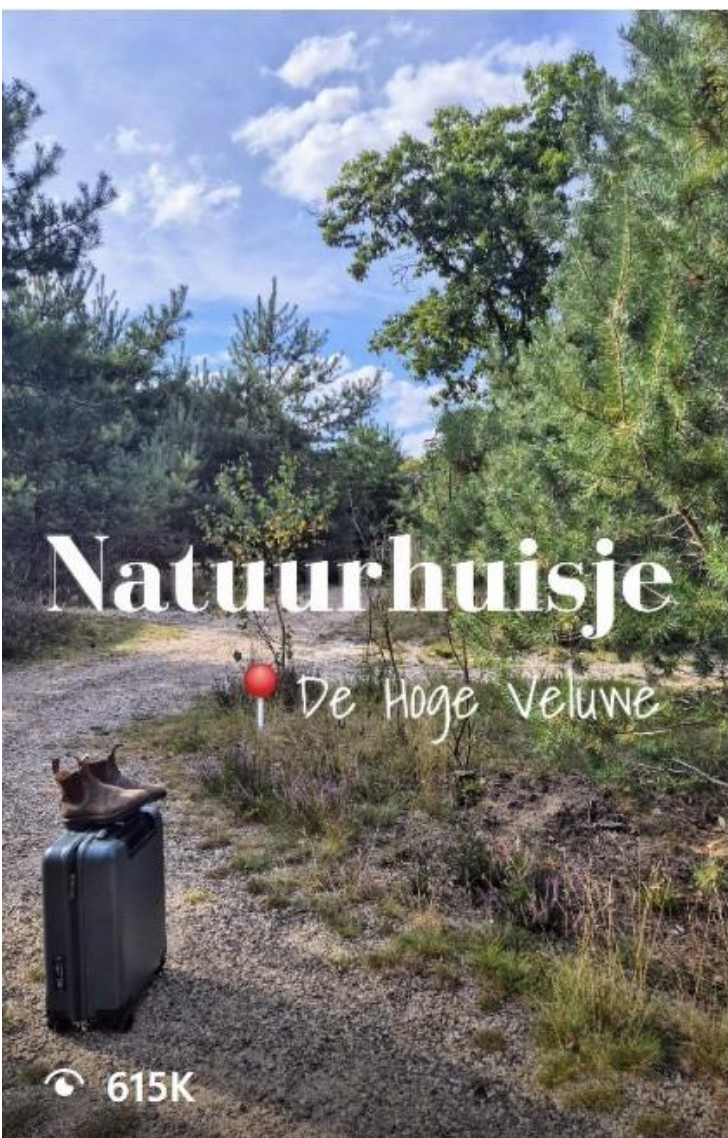
GROENE JUWELTJES
Ook als je van groen houdt, zit je in Zürich goed. Langs het Zürichmeer kun je eindeloos wandelen, relaxen in het gras of een frisse duik nemen – met de Alpen als decor. Langs de rivier de Limmat vind je fijne groene stukken én Badis, heerlijke openluchtzwembaden in de rivier, waar je samen met de locals zwemt en ontspant in het groen. Zelfs in het financiële district, doorgaans in veel steden niet bepaald een groene wijk, stuit je op onverwachte oases, zoals een oude verdedigingsgracht om langs te dwalen en de Alte Botanische Garten met zijn kleurrijke planten en bloemen.

DUURZAAM LEKKER
Laat de Italianen en Fransen het maar niet horen, maar het eten in Zürich is echt een tien uit tien. Je vindt hier verrassend veel verfijnde, duurzame restaurants zoals The Artisan en Neue Taverne, die smaken op tafel toveren die je niet vaak meemaakt. Maar wat me ook opviel: zelfs in de 'gewone' restaurants is er altijd voldoende en goede vega(n) keuze. Een must voor je bucketlist is Haus Hiltl, het oudste vegetarische restaurant ter wereld. Sinds 1898 een begrip en nog steeds dé plek in hartje Zürich als je vega(n) en smaakvol wilt eten. Soms zijn vegetarische buffetrestaurants een cultureel fenomeen in Zürich. Ook bij Tibits, een vegetarische buffetketen die je in de hele stad tegenkomt, schep je bord vol, van ontbijt tot laat op de avond, en reken je af per gewicht.
Mijn conclusie: wie Zürich ontdekt, wordt er een beetje verliefd op. Normaal ben ik iemand die het in een stad na een paar dagen wel gezien heeft, maar in



Leeuwarden
7 tips

122K



Natuurhuisje
De Hoge Veluwe

615K



Ontdek een verborgen stadsoase

Bij een groene citytrip denk je niet snel aan het financiële district, met zijn wolkenkrabbers, drukke verkeer en haastige zakenlui die met hun Starbucks-koffie van of naar hun werk hollen. Toch vind je juist in 'The City' verrassende groenvoorzieningen. Een verborgen parel is St. Dunstan in the East Church Garden, een middeleeuwse kerk die in de Tweede Wereldoorlog werd verwoest. In plaats van wederopbouw, besloot men in de jaren zeventig de natuur zijn gang te laten gaan en de ruïnes te laten overwoekeren. Het resultaat? Een serene oase met klimop, bloemen, vogels, eekhoorns en bankjes waar je volop kunt genieten van de rust. Kortom: één van de zeldzame plekken in de stad waar de telefoon nog in de broekzak blijft. St. Dunstan is dagelijks gratis te bezoeken tot 19 uur.



PARIJSTIPS VOOR EEN DAG IN SAINT-GERMAIN-DES-PRÉS

17 MEI 2025

Saint-Germain-des-Prés is een van de populairste buurten van Parijs – en dat merk je meteen op plekken als Rue de Buci. Een straat vol klassieke



PARIJSTIPS: EEN DAG IN OBERKAMPF

17 MEI 2025

Oberkampf is het creatieve zusje van Le Marais. Iets rauwer, een tikkeltje Berijns, maar met die typische Parijse charme. Je vindt er street art op



PARIJSTIPS VOOR EEN DAG IN HET ZEVENDE ARRONDISSEMENT

17 MEI 2025

Het zevende arrondissement van Parijs? Daar hoeft je eigenlijk niet veel woorden aan vuil te maken. Want: de Eiffeltoren. Alleen daarom al is dit stukje



PARIJSTIPS VOOR EEN DAG IN LE MARAIS

17 MEI 2025

Le Marais is één van de populairste buurten van Parijs. En terecht. De wijk is prachtig, charmant én verrassend groen. Je vindt er historische pleinen,



643K

Samenwerken

Jouw duurzame merkverhaal en/of product op één van de kanalen van *thegreenlist.nl*? In het online magazine, op de socials, in de podcast, in print, in een e-book, bij jouw bedrijf of zelfs op tv? Het behoort allemaal tot de mogelijkheden! We bedenken graag iets goeds dat blijft hangen. En dat uiteraard op de vrolijke en inhoudelijke manier die typerend is voor de greenlist-stijl.

(VIDEO) REPORTER

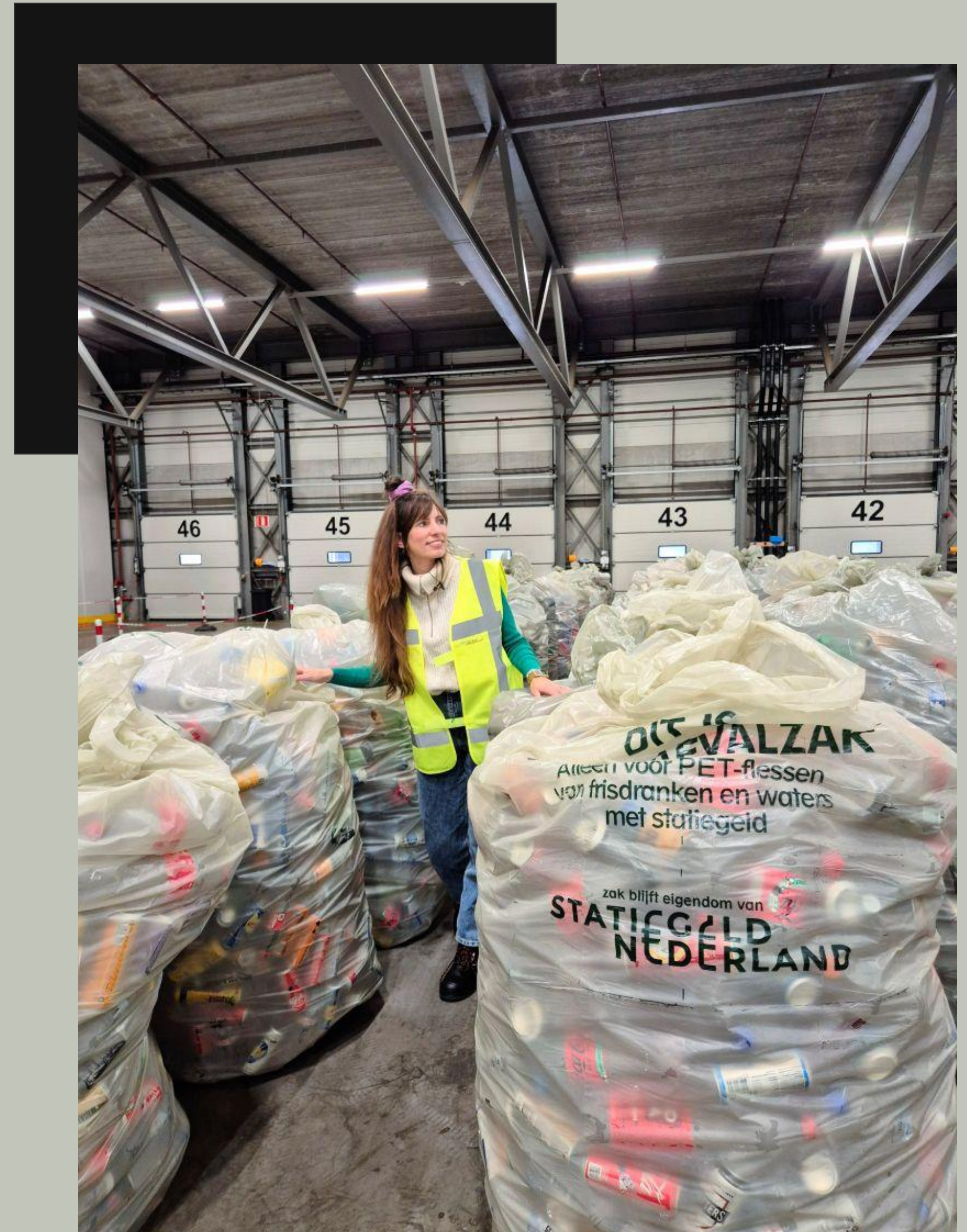
Bij *thegreenlist.nl* brengen we verhalen tot leven. Of het nu gaat om een kijkje achter de schermen bij een fabriek, een duurzame winkel of een feestelijk event. We zorgen dat het verhaal niet alleen klopt, maar ook inspireert. Of het nu gaat om een video, artikel of social post: we maken een verslag waarmee we jouw duurzame boodschap helder en aansprekend overbrengen, met aandacht voor leuke details.

CAMPAGNES & PARTNERSHIPS

Het liefst vormen we een langere periode een team met je en gooien we alle kanalen (ook die van jou) in de mix voor een groene wave die een niet stopt.

SOCIAL ACTIVATIE

Persoonlijk, eerlijk, kleurrijk en met humor: dat is wat thegreenlist-stijl uniek maakt in het groene veld. We denken graag na over een aanpak die informeert, leuk én beeldschoon is.





BRANDED ARTICLE

Een review van jouw product, een reportage van jouw bedrijf of een diepte-interview over jouw duurzame missie? Zeg jij het maar! De redactie maakt graag een steengoed verhaal voor jou op maat dat voor altijd goed vindbaar is.

AGENCY

We hebben zin om voor jou aan de slag te gaan. Om onze verfrissende dosis groen op jouw kanalen te brengen. Heb je een leuke opdracht? We hebben een breed netwerk van allerlei type duurzame contentmakers: tektschrijvers, videoreporters, podcasters, fotografen, vormgevers, illustrators, influencers, UGC-creators, social reporters... Roep het maar!

TALK GREEN

Saskia klautert graag op het podium voor een talk over haar groene zoektocht. Dat kan solo, maar ook in combinatie met anderen. We hebben een groot netwerk – van veelal vrouwen – die ook een bijdrage leveren aan een betere planeet. We vormen graag een team voor een toffe inspiratiesessie.

Meet the team



SASKIA



KIRSTEN



LAURI



MELANIE



CORINE



FLEUR



KATJA



DAVID



ANNE

Portfolio

- ALTER ECO

ASC & MSC

ARMEDANGELS

ARTIS

ATOUT FRANCE

BEVER

BIG GREEN SMILE

BLOOMON

BUILD YOUR DREAMS/ LOUWMAN

CENTER PARCS

COLUMBUS MAGAZINE

COSHI!

CRISP

DE HOGE VELUWE

DELA

DILLE & KAMILLE

DISNEY

EFTELING

EINDHOVEN 365

EKO

ENECO

ENERGYFLIP

EPSON

EUROPESE UNIE

FAIRPHONE

FAIRTRADE NEDERLAND

FAIRTRADE ORIGINAL

FOOD FOR SKIN

FORD

FRUITMASTERS

GREENCHOICE

GROHE

HET GOED KRINGLOOPWARENHUIZEN

HOLLAND & BARRET

HUTTOPIA

IN APELDOORN

INNOCENT

JUNGLÜCK SKINCARE

KING LOUIE

KRINGLOOP NEDERLAND
- LANDAL

MARCEL'S GREEN SOAP

MARKTPLAATS

MEET IN FREISLAND

MEPAL

MILIEU CENTRAAL

NESTLÉ

NIU

NS

OXFAM NOVIB

PHILIPS

PRINCESS TRAVELLER

REPEAT

RSPO

STATIEGELD NEDERLAND

STEDIN

SUSTAINABLE FASHION GIFT CARD

STAYOKAY

STOOV

TERRASANA

THE BODY SHOP

TONY CHOCOLONELEY

RAINFOREST ALLIANCE

UNILEVER

VANDEBRON

VERENIGING AFVALBEDRIJVEN

VERKADE

VERPACT

VISIT GRONINGEN

VISIT NETHERLANDS/ NBTC

VISIT TILBURG

VISIT WADDEN

VISIT ZÜRICH

VISIT ZWOLLE

VOEDINGSCENTRUM

WILDLING SHOES

WADDENVERENIGING

WECYCLE

ZEEMAN



Backstory

In 2019 kwam ik tot de schokkende ontdekking dat als iedereen op de wereld zou leven zoals ik, we ruim vier aardes per jaar nodig hebben. Vier aardes?! Dat moest veranderen. Ik moest veranderen!

En dus ben ik gaan onderzoeken hoe ik als gemiddelde consument duurzamer kan gaan leven. Ik heb dat vanaf het begin aangepakt als een journalistiek project. Alles wat ik leerde en tegenkwam ben ik tot de dag van vandaag gaan delen op mijn website en socials. Al snel kon ik op veel volgers en lezers rekenen. *Fast forward*: inmiddels is *thegreenlist.nl* uitgegroeid tot het duurzame lifestyle platform van Nederland, mijn bedrijf, waar ik met een enthousiast team dagelijks aan werk.

Met mijn positieve en open benadering hoop ik het juiste gesprek aan te gaan met mijn volgers en lezers, zodat we van elkaar kunnen leren. En dat slaat aan. Met de grootste groenere social-community van Nederland is er voor elk probleem wel een toffe oplossing bedacht. Samen weten we zoveel! En juist al die originele ideeën cureren wij en geven we een podium.

Het succes van *thegreenlist.nl* leidde tot optredens als duurzame lifestyle expert bij de tv-programma's *Koffietijd* en *Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven* en een vaste column bij het toonaangevende reismagazine *Columbus*.

In eerste instantie dacht ik dat mijn zoektocht naar een duurzamer leven een praktische opdracht zou zijn over het vinden van alternatieven. Maar het bleek veel meer te zijn dan dat. Voor mij is het een zoektocht naar een zinvoller leven. Het gaat over vertragen en leren wie je bent en wat belangrijk voor je is. Door dit te beseffen ben ik een gelukkiger mens geworden. Ik ben meer tevreden en kwam tot de conclusie dat streven naar minder je meer geeft: meer tijd, meer aandacht, meer kwaliteit in het leven. Kortom, ik kan deze levensstijl iedereen aanraden!

Liefs, Saskia



**‘WIJ WILLEN LATEN
ZIEN DAT
DUURZAMER LEVEN
BELANGRIJK ÉN
FUN IS’**