

## TIPS voor het perfecte plaatje voor de Doortrappen tentoonstelling

Ben jij een van de lokale krachten achter Doortrappen? Of ken je een collega, vrijwilliger of partner die zich dagelijks inzet voor senioren op de fiets? We zoeken inspirerende foto's voor een unieke tentoonstelling én prijsuitreiking op het Weer&Wind congres van 11 februari 2025!

### Wat vragen we?

Lever een foto aan van jezelf (of een collega) in actie als professional aan via:

<https://www.landelijkcongresdoortrappen.nl/foto-indienen/> vóór 20 januari. We zijn op zoek naar foto's die laten zien hoe divers het doortrappen netwerk is, we willen graag jou zien! Denk bijvoorbeeld aan een fysiotherapeut die een patiënt behandelt of een fietsenmaker die bezig is met het repareren van een fiets of een vrijwilliger die een fietsgroep begeleidt.

### Belangrijke tips voor een goede foto

1. **Zorg voor een scherpe foto:** Vermijd wazige of bewegende beelden.
2. **Licht:** Vermijd tegenlicht, en zorg dat het onderwerp goed belicht is. Natuurlijk licht werkt vaak het beste.
3. **Compositie:** Kies een mooie, evenwichtige opstelling. Zorg dat jij en je werk centraal staan. Het maakt niet uit of het een staande of liggende foto is, dit kan je zelf kiezen.
4. **Achtergrond:** Gebruik een achtergrond die jouw werk ondersteunt, zoals een praktijkruimte of werkplaats.
5. **Details:** Denk aan een werkgerelateerd attribuut (bijvoorbeeld een gereedschap of medisch instrument) om je werk meer naar voren te laten komen!
6. **Gebruik je telefoon:** Moderne smartphones zijn prima voor kwalitatieve foto's.
7. **Maak meerdere foto's:** Probeer verschillende hoeken en settings uit, en kies daarna de beste 4 a 5 foto's uit.
8. **Toestemming:** Let op, staat er iemand anders op de foto? Vraag diegene om toestemming, want de foto kan gebruikt worden voor de tentoonstelling en Doortrappen communicatie-uitingen buiten het congres.

### Voorbeelden

Bekijk hier een aantal voorbeelden van foto's ter inspiratie:

