

STOPPA SNUVAN! Bästa tipsen för ditt immunförsvar

HÄLSA

för kropp och själ i balans

**FRISK AV
GLUTEN-
DETOX**

Äntligen fri från magknip
14 alternativ till mjöl

Test!
**Bästa
halkskydden
i vinter**

**3
DIETER**
Vilken passar
dig?

**Så styr
generna
din vikt**

Ulrika Davidsson:
"Jag var med i vikt-
väktarna 13 gånger"

Motverka dina fetmagener med rätt livsstil
Anna: Jag gick ner 7 kilo med mat som passar min kropp



**STARK
MAGE &
RYGG**
Köp vår
nya dvd!

HÖSTENS
HETASTE
BJUDMAT



48.100 ex TS 2010 Helår

239.000 läsare Orvesto Konsument 2010 Helår

12 utgåvor/år



Hälsa

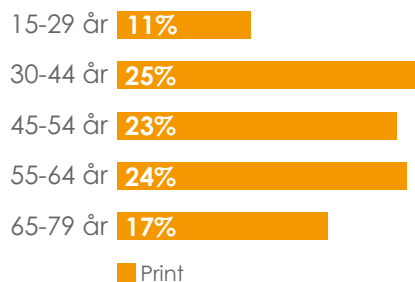
VI HJÄLPER DIG TILL ETT BÄTTRE LIV

TIDNINGEN SOM VÄNDER SIG TILL ALLA SOM ÄR PÅ JAKT EFTER SENASTE NYTT inom egenvård och välbefinnande, framför allt kvinnor 30-50 år. Hälsa ger läsarna koll på hälsområdet på ett glädjefyllt och trovärdigt sätt!

Tidningen Hälsa är Sveriges mest väletablerade hälsotidning och mer aktuell än någonsin. Under 2012 relanseras tidningen och blir lite bredare, lite snabbare men samtidigt fördjupande. Nya Hälsa satsar mer på sund mat, naturlig hälsa, motion och vardagspsykologi. Varumärket står också för de vegetariska och ekologiska alternativen. Nu införs även recept med fisk självklart med en ekologisk profil.

Hälsa är den enda tidning där man når både konsumenterna, hälsokostbutikerna och apoteken. Unikt och väldigt effektivt!

Hälsa's läsare i olika åldersgrupper



Källa: Orvesto Konsument 2010 Helår.

En konsumtionsstark läsekrets som spenderar

- Nästan **370 miljoner** kronor på hälsokost och viktminskningsprodukter per år.
8% av de totala utläggerna.
- Nästan **690 miljoner** kronor på kosmetika och hårvårdsprodukter per år.
5% av de totala utläggerna.
- Nästan **3 miljarder** kronor på resor per år.
4% av de totala utläggerna.
- Nästan **1,8 miljarder** kronor på kläder per år.
4% av de totala utläggerna.
- Drygt **360 miljoner** kronor på sportutrustning per år.
4% av de totala utläggerna.

Och mycket mer...

Orvesto Konsument 2010 Helår.



FRÅN TUMGREPP TILL TOP-OF-MIND

När Beiersdorf skulle lansera den nya kategorin Eucerin-Face som bara finns på apotek såg man möjligheterna med tidningen Hälsas unika distribution - konsumenter, hälsokostbutiker och egenvårdsansvariga på apoteken. Upplagan till apotekspersonalen stansades med ett tumgrepp som ledde direkt till uppslaget- "nyhet på apoteken".

Läs mer och hitta fler goda exempel på www.formaeffekt.se

HÄLSA KALENDARIUM 2012

NR 2012	MÅNAD	VECKA	UTG.DAG	MAT.DAG
1	December	52	28/12-11	30/11-11
2	Januari	3	19/01	20/12-11
3	Februari	8	23/02	25/01
4	Mars	12	22/03	22/02
5	April	16	19/04	21/03
6	Maj	20	16/05	17/04
7	Juni	25	20/06	22/05
8	Juli	29	19/07	20/06
9	Augusti	34	23/08	25/07
10	September	38	20/09	22/08
11	Oktober	42	18/10	19/09
12	November	47	22/11	24/10
1/2013	December	52	28/12	26/11

För aktuella teman gå in på www.formapg.se/temahalsa

EXTRA BONUS FÖR DIG SOM ANNONSÖR

Under året har tidningen flera extra aktiviteter som ger dig som annonsör i Hälsa många tusen extra läsare. I nr 4 och nr 10 är det en extra upplaga på hela 55.000 ex ! Därför kostar det lite mer att annonsera i dessa nummer.

NR 1 2012 & NR 1 2013 LÖSNUMMERKAMPANJ

Tidningen säljs för halva priset vilket ger **tre gånger så hög lösnummerupplaga** + 30 000 ex.

NR 4 & 10 STORNUMMER

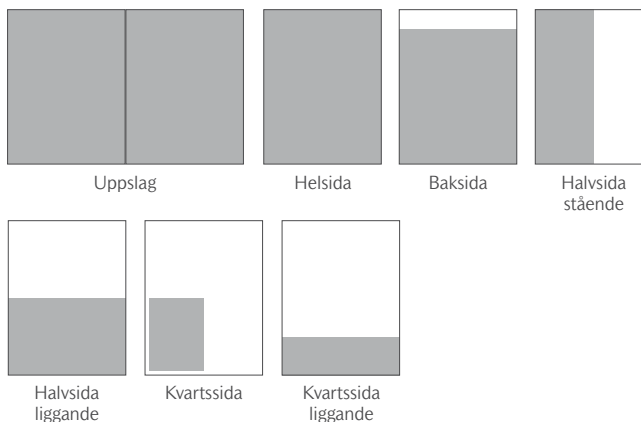
Delas ut till intresserade kunder i **hälsobutikerna** + 55 000 ex.

NR 11 MÄSSBESÖKARE

Delas ut till besökare på **Allt för hälsan mässan** + 15 000 ex.



Annonsformat och priser



Annons	Format utfall	Pris	Pris nr 4 & 10
Uppslag	430 x 280 mm	73.000:-	99.000:-
Helsida	215 x 280 mm	39.000:-	49.000:-
2:a och 3:e omslag	215 x 280 mm	45.500:-	63.700:-
Baksida	215 x 250 mm	50.500:-	70.700:-
Halvsida stående	105 x 280 mm	27.000:-	37.800:-
Halvsida liggande	215 x 137 mm	27.000:-	37.800:-
Kvartssida (satsyta)	94 x 124 mm	17.500:-	24.500:-
Kvartssida liggande	215 x 75 mm	18.500:-	25.900:-

BILAGOR

Tester visar att en tidningsbilaga ger upp till 10 gånger högre svarsfrekvens än oadresserad direktreklam. Din bilaga kan dessutom se ut nästan hur som helst och nå en köpstark målgrupp till en mycket låg kontaktkostnad. Det finns en mängd beprövade aktiviteter att välja mellan:

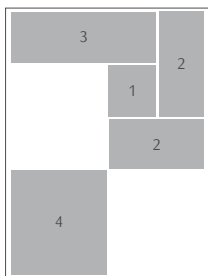
- **Fasta bilagor** – häftade eller limmade på annons och som varuprov.
- **Lösa bilagor** – maxformat 195 x 260 mm, min, 105 x 148 mm.
- **Selekterade bilagor** – helårsprenumeranter, postnummer, ålder.
- **Plastade** – inplastade bilagor med aktivitetsbrev selekterat till t ex återförsäljare.
- **Samproducerade bilagor** – 4-32 sid högupplösta PDF:er 215 x 280 mm.

PRISER BILAGOR

Vikt i gram	Hel upplaga kr/st	Delad upplaga kr/st
< 20	1:05	1:30
21-35	1:15	1:40
36-49	1:30	1:55
> 50		mot offert
Samproducerade bilagor		mot offert
Limmad/speciallösningar		mot offert

För materialdagar och teknisk information se www.formapg.se/annons

För mer information om bilagelösningar kontakta Hans Dahlberg, bilagekoordinator på 070-529 42 27 eller på e-post: hans.dahlberg@formapg.se



Format moduler

EFTERTEXT ANNONSERING

Annonsera på våra eftertext sidor. Ett enkelt och effektivt sätt att nå läsarna. Du kan enkelt bygga på med fler moduler stående eller liggande men max 6 moduler.

Pris/modul 2.800:-

1 modul	47 x 53 mm
2 moduler	97 x 53 mm
3 moduler	147 x 53 mm
4 moduler	97 x 108,5 mm

Annonsmaterial

Vi tar endast emot digitalt material. För teknisk information eller för att lämna material gå in på www.formapg.se/material.

Har du frågor om material kontakta Ronnie Öberg 021-475 77 59 eller Kristina Lindström 021-475 76 96.

ANNONSMATERIAL EFTERTEXT

Tryckfärdig PDF- fil mailas till eftertext.material@formapg.se
För annonser som inte levereras som färdiga PDF:er ska materialet tillhandahållas fem dagar före angiven materialdag.
För materialfrågor ring 08-555 779 52, 08-555 779 59 eller eftertext.material@formapg.se

ANDRA FRÅGOR

Kontakta Tina Golub, annonsansvarig Hälsa på 08-728 23 56 eller tina.golub@formapg.se

BEGÄRD PLACERING

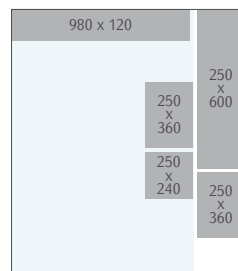
Samtliga priser är inkl. reklamskatt och exkl. moms.
För begärd placering: 10% pristillägg

BEORDRINGSUPPLYSNINGAR

Annonser kan flyttas eller annulleras om önskemål meddelas tidningen senast två månader före införingsdagen. Ansvar för fel i annons är begränsat till högst annonskostnaden. För skada på grund av uteblivet eller felaktigt material ansvarar ej.

Webbannonsering

På halsa.se kan du förlänga ditt budskap och ge besökarna en direktkontakt med ditt varumärke, din produkt, tjänst och hemsida. Innehållet på halsa.se är både brett och djupt, komplettera gärna med Hälsas nyhetsbrev som skickas ut varannan vecka. För aktuella trafiksiffror gå in på <http://kiaindex.net/>



Format

Format pixlar	CPM Pris	Fast pris per vecka
250 x 240	100:-	4.000:-
250 x 360	120:-	5.000:-
980 x 120	150:-	5.500:-
250 x 600	150:-	5.500:-
Take Over	600:-	
Nyhetsbrev, 250 x 240		4.000:-
Nyhetsbrev, 250 x 360		5.000:-

CPM = Cost per Mille

Webbpriserna kan komma att justeras under 2012. För fler annonslösningar och aktuell prisinformation kontakta Sanna Wijkström på 08-728 23 02 eller sanna.wijkstrom@formapg.se.



MIXIT

FORMA MAGAZINES PORTFÖLJ av kanaler ger dig som annonsör möjlighet att få ut mesta möjliga effekt av din kampanj. Vad är viktigt för dig? En konsekvent närvaro hos målgruppen, att maximera trycket, eller att kombinera b2b med konsument för att säkerställa att dina produkter når både hylla och konsumenterna. Genom att kombinera print, webb och nyhetsbrev så kan du både förlänga och fördjupa ditt budskap. Eller så vill du komma i personlig kontakt med målgruppen.

Möjligheterna är många...



Vi följer upp

FÖR ATT FÅ UT MAXIMALT av din investering så rekommenderar vi att du följer upp dina marknadsinsatser. RAM är ett kostnadseffektivt verktyg för att få svar på viktiga frågor som avsändar identifikation, budskap, utformning och förmåga bygga image och driva försäljning.

Vi berättar gärna mer!

Exempel...

”Strategin har gett en otrolig försäljningseffekt. Försäljningen 2010 från svenskar har ökat 146 procent och totalt står nu svenskarna för drygt 22 miljoner i bara webbintäkter.”

Henrik Högstrup på Lalandia.

Dagligvarubutiker, alla apotek och konsumenter!

När Cederroth lanserade ett nytt skavsårplåster till dagligvaruhandeln så gick man med en sampling av plåster i hela Icanyheters upplaga för att uppnå bättre distribution och kännedom i butikslädet. För att även nå apoteken, som också är en viktig återförsäljare, och samtidigt kommunicera med och bygga varumärket mot medvetna konsumenter gick man med annonser i tidningen Hälsa.

Läs mer på www.formaeffekt.se



Weekendpaket XL för hela familjen i Lalandia® i Rødbj, Danmark

9 st värda ca 4.044 kr/stuga
Lägg till bud 2.000 kr



Weekendpaket XL för hela familjen i Lalandia® i Billund, Danmark

8 st värda 5.353 kr/stuga
Lägg till bud 2.700 kr



”Det vi ser är en ökning med 85 procent i volym jämfört med den ”gamla” produkten och mot samma period föregående år.”

Jens Eriksson, Category Analyst på Cederroth.

Produkter mot annonsutrymme

En unik annonslösning! Auktionerna ger dig som annonsör många fördelar. Lalandia har mycket goda erfarenheter av detta och använder sig av auktionerna som ett steg i marknadsföringen och som en kreativ finansieringsväg.

I korthet går auktionslösningen ut på att:

1. Annonsutrymme byts mot produkter
2. Annonsören får fler exponeringar genom auktionernas annonser och nyhetsbrev
3. En unik försäljningskanal
4. Skapar engagemang och köplust hos läsare och webbesökare

Läs mer på www.formaeffekt.se

B



TEAM FORMA

MEDIESÄLJARE



Magnus Broberg
Mediesäljare
08-728 23 13
magnus.broberg@formapg.se



Mats Carlsson
Mediesäljare
08-728 23 36
mats.carlsson@formapg.se



Hans Dahlberg
Bilagekoordinator
08-728 23 11
hans.dahlberg@formapg.se



Christer Edström
Mediesäljare &
Annonsansvarig Icanyheter
08-728 23 16
christer.edstrom@formapg.se



Lotta Fredriksson
Key Account Manager
08-728 24 51
lotta.fredriksson@formapg.se



Tina Golub
Analytiker/Mediesäljare
& Annonsansvarig Hälsa
08-728 23 56
tina.golub@formapg.se



Sara Hellblom
Mediesäljare
021-475 76 33
sara.hellblom@formapg.se
Mammaledig tom aug 2012



Filippa Helmersson
Mediesäljare
08-728 23 15
filippa.helmersson@formapg.se
Mammaledig from feb 2012



Tomas Karlsson
Key Account Manager &
Annonschef Icakuriren
08-728 23 30
tomas.karlsson@formapg.se



Anna-Mari Klaavuniemi
Mediesäljare &
Annonsansvarig Market
08-728 23 51
anna-mari.klaavuniemi@formapg.se



Mikael Lagerberg
Mediesäljare
08-728 23 25
mikael.lagerberg@formapg.se



Claes Lorentzon
Mediesäljare
08-728 23 40
claes.lorentzon@formapg.se



Kicki Rosén
Mediesäljare & Vik.
Annonsansvarig LevaPs!
021-475 77 25
kicki.rosen@formapg.se



Carl von Schoting
Mediesäljare
08-728 23 46
carl.schoting@formapg.se



Zandra Sundman
Mediesäljare Eftertext
08-728 23 28
zandra.sundman@formapg.se



Ulrika Tidström
Analytiker
08-728 23 74
ulrika.tidstrom@formapg.se



Janna Wallén
Mediesäljare
08-728 23 14
janna.wallen@formapg.se



Emelie Wiklander
Mediesäljare Eftertext
08-728 23 29
emelie.wiklander@formapg.se



Sanna Wijkström
Internet Business Manager
08-728 23 02
sanna.wijkstrom@formapg.se



Kristina Zdilar
Mediesäljare & Annonsansvarig
Restaurangvärlden
08-728 24 38
kristina.zdilar@formapg.se



Lars Zdilar
Mediesäljare & Annonsansvarig
Hus & Hem
08-728 23 53
lars.zdilar@formapg.se



Betti Gaare
Traffic Webb
08-728 24 01
betti.gaaret@formapg.se



Kristina Lindström
Traffic Print
021-475 76 96
kristina.lindstrom@formapg.se



Ronnie Öberg
Traffic Print
021-475 77 59
ronnie.oberg@formapg.se

TRAFFIC

ADMINISTRATION



Elis Backström
Administrativ chef
021-475 76 13
elis.backstrom@formapg.se



Marika Strömgren
Administratör Auktioner
021-475 77 41
marika.stromgren@formapg.se

LEDNING



Daniel Livensjö
Annonsdirektör
08-728 23 72
daniel.livensjo@formapg.se

Scanna in koden
och ladda ner
Prislistan som en pdf!



För löpande information om våra titlar, sajter och event.
Anmäl dig till vårt nyhetsbrev på www.formapg.se/formanews



Stockholm: Box 6630, 113 84 Stockholm,
Besöksadress: Hålsingegatan 49, Stockholm

Västerås: 721 85 Västerås
Besöksadress: Port-Anders Gata, T3, Västerås

Tel 08-728 23 00
www.formapg.se/annons

Under augusti 2012 flyttar både Stockholms- och Västeråskontoret till nya lokaler på Birger Jarlsgatan 61.