

MEDIEINFORMATION 2024

Mød danskerne, der tager ansvar for deres sundhed

Naturli er det aktivistiske og alternative magasin til danskere, der er optaget af sunde valg i livet. Et magasin, der går sine egne veje – udfordrer det eksisterende og lader fornuft, viden og fakta råde. Naturli giver viden til at træffe sunde, grønne og bæredygtige valg i hverdagen.

Mød de mange danskere, der hver dag tager stilling, følger med for at navigere i sundhedsverdenen. Naturli skriver om sundhed og arbejder med en bæredygtighedsdagsorden, der griber ind i hele livet. Fra det vi spiser, til de valg, vi træffer om forbrug, genbrug, miljø og omstilling.

PÅ TRYK OG DIGITALT

Naturli udkommer i landets helsekostforretninger som et selvstændigt magasin. Derudover udkommer Naturli som et tillæg i magasinet Helse på landets sygehuse, venteværelser hos lægen, på biblioteker og offentlige samlingssteder. Helse har et læsertal på 253.000 (Helår 2023, Gallup).

Naturli har sit eget digitale univers med nyhedsportal og vidensdatabase med over 7.000 artikler og indlæg om sundhed. Og hver uge modtager over 5.000 aktivistiske forbrugere nyhedsbrevet fra Naturli, som læses med en usædvanligt høj åbningsprocent.



LÆSERPROFIL

Naturlis læser kendes på interesse og en særlig opmærksomhed på sundhed og sunde og alternative valg. Læserne har valgt at fokusere på forbrug, på maden i køleskabet, på økologien og supplerer hverdagen med kosttilskud for at bevare deres sundhed og forebygge for fremtiden.

Vi skriver til dem, der har læst med længe. Kernelæseren er 50+, men vi er særligt opmærksomme på næste generation, som er på vej – på de nye familier og på deres rejse ind i en bedre og sundere verden.

Ét medie – mange kanaler



MAGASIN

Kan læses på tryk – men har også en lang række læsere online.



ONLINE

Magasinets website, hvor alle artikler og indhold versioneres og genfortælles



SOME

Rækken af artikler, kampagner og udgivelser udkommer på både Facebook og Instagram

Udgivelsesplan 2024

Nr.	Tema/fokus/artikelserie	Nøgleord	Deadline	På gaden
1	Små seje skridt / Minusgrader med magt / Tør hud	D-vitamin / Antioxidanter / Fordøjelse	07.12.2023	09.01.2024
2	Energi / Miljøvenlig rengøring / Gør-det-selv-spa	C-vitamin / Ginseng / Omega-3 / Muskler	01.02.2024	27.02.2024
3	Immunforsvar og allergi / Sol / Hudpleje-vitaminer	Antihistamin / Natur / Slimhinder / UV-stråler	15.03.2024	09.04.2024
4	Rundt om stofskiftet / Holdbarhed / Fødder	Selen / Ernæringsterapi / Akupunktur	30.05.2024	25.06.2024
5	Kvindesundhed / Syn / Inner Beauty	Magnesium / D-vitamin / Kosttilskud	04.09.2024	01.10.2024
6	Alder / Omega 3/ Tarmsundhed	Omega-3 / Proteiner / Knogler / Myokiner	25.10.2024	19.11.2024

Annoncer + indstik



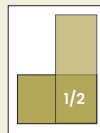
ANNONCE-FORMATER



**Helside
Bagside
Side 2 eller 5**

B: 208 x H: 275 mm /
+ 3 mm ekstra til beskæring

24.600,-
30.800,-
28.300,-



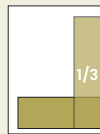
1/2 side
B: 87 x H: 235 mm
B: 180 x H: 115 mm

15.900,-



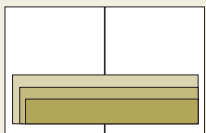
Opslag
B: 416 x H: 275 mm
+ 3 mm ekstra til beskæring

39.500,-

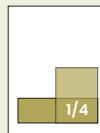


1/3 side
B: 57 x H: 235 mm
B: 180 x H: 75 mm

13.500,-



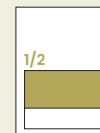
Opslag tværformater
1/2 side B: 388 x H: 115 mm **23.900,-**
1/3 side B: 388 x H: 75 mm **19.800,-**
1/4 side B: 388 x H: 55 mm **12.500,-**



1/4 side
B: 87 x H: 115 mm
B: 180 x H: 55 mm

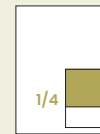
10.200,-

Guideannoncer



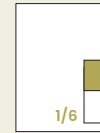
1/2 side guide
12.900,-

Foto u/tekst måt:
B: 180 x H: 79 mm
Tekst: Max 135 ord



1/4 side guide
8.400,-

Foto u/tekst måt:
B: 88 x H: 79 mm
Tekst: Max 75 ord



1/6 side guide
5.600,-

Foto u/tekst måt:
B: 57 x H: 63 mm
Tekst: Max 75 ord



ADVERTORIAL

Gå fra annoncering til fortælling. Brug de journalistiske greb til at fortælle om produkter, tilbud, og brug muligheden for at folde tingene bedre ud med en advertorial. Du kan også leje en journalist til din advertorial: Lad Naturli hjælpe dig med teksten. Vi tilbyder, at du for kun kr. 5.000,- kan leje en af vores dygtige, sundhedsfaglige journalister til at fortælle din historie – ring og hør nærmere.

Advertorial helside: 28.300,-
Advertorial opslag: 45.500,-



PRAKTISK

MATERIALE: Alt materiale sendes elektronisk til: naturli@frontmedia.dk

BUREAUPROVISION: Der ydes 2% bureauprovision for sikkerhedsstillelse og informations-godtgørelse. Ydes kun til nominerede bureauer.

DISTRIBUTION: Udkommer i landets helsekostforretninger som et selvstændigt magasin, og som et tillæg i magasinet Helse på landets sygehuse, venteværelser hos lægen, på biblioteker og offentlige samlingssteder.

RABATTER:

2 indrykninger: 10 %
Newbizz: 20 %

Spørg efter årsaftale

3 muligheder for indstik



MULTISIDER

Udvid Naturli med 4 eller 8 sider med redaktionelt indhold og formidling.

Brug multisider til formidling af din næste kampagne, jubilæum eller et særligt tema.

Multisider sidder altid midt i Naturli, har sit eget liv – men er en del af bladets flow og trykning.

Multisider 4 sider: 29.500,-

Multisider 8 sider: 49.500,-

Levering af færdige PDF'er på hhv. 4 eller 8 helsider i bladets format B. 208 x H. 275 + 3 mm til beskæring.



REDAKTIONELT INDSTIK

Få et indstik i Naturli, som optræder separat som 8 eller 16 selvstændige sider. Indstikket er enten hæftet eller limet ind i Naturli. Et indstik kan bruges til formidling af din næste kampagne, jubilæum eller et særligt tema.

- **Indstik 8 sider: 79.500,-**
- **Indstik 12 sider el. flere: Efter aftale**

Vi hjælper dig med at skabe formatet fra tekst og journalistik til design og produktion. En komplet løsning, hvor du kan vælge at lade Naturli være garant for budskaber og fortælling – eller du kan selv være afsender.

Trykkes på samme oplagspapir som Naturli. Inkl. særtryk på 10.000 ekstra til særskilt omdeling. Inkl. færdig redaktionel model, fra tilrettelæggelse til design, tekst, indhold og korrekturgange.



KAMPAGNEINDSTIK

Brug Naturli til at distribuere din næste kampagne, tilbud eller produktinformation. Du leverer selv indstikket til Naturlis trykkeri, og vi sørger for, at du udkommer sammen med vores planlagte udgivelse. Du kan bruge kampagnen til et kupontilbud, en 4-sidet brochure eller andet aktuelt informationsmateriale.

Vi tilbyder følgende former for indstik: Kartenklæb eller indblæsning (max 20 g).

- **Kampagneindstik: 24.900,-**

Hør mere om oplag, praktiske formater og muligheder.

Online + SoMe

Sammen med det trykte medie, driver Naturli sit eget website og har en række digitale familiemedlemmer. Vi kan hjælpe dig med at udkomme med dine annoncer og dine historier på vores platforme som en naturlig del af vores samarbejde og partnerskab. Der er 3 modeller at vælge imellem.



BANNERANNONCERING

Kom med på Naturli's online platform med din annonce som banner. Du kan vælge at udkomme på alle 3 medier: Naturli, Helse og Krop+Fysik.

Pris 1 måned: 5.000,-

Bannerformat der skal leveres:

930 x 180 px
320 x 320 px

Nyhedsbrev banner 3.000,-

Medtages i ét nyhedsbrev.

Bannerformat: B:930 x H:225 px



ONLINE ADVERTORIAL

Udgiv din historie/artikel om produkter, tilbud og services på vores online platforme. Du kan vælge at udkomme på alle 3 medier: Naturli, Helse og Krop+Fysik. Vi kan også hjælpe dig med tekst, indhold og journalistik.

- 4 ugers banner-kampagne på web, der linker til advertorial.
- Medtagelse i nyhedsbrev som omtale og link til din advertorial ved opstart.
- Facebook opslag med link til artiklen
- Advertorial ligger 12 mdr. på sitet

Pris

8.000,-



SOME

Vi kan hjælpe dig med at sende din historie og produkter ud sammen med vores online kampagner for medierne. Tal med os om, hvordan vi kan arbejde med dit indhold, fortalt af os – på Facebook, Instagram og Google. Vi kan skabe nye kampagner inkl. tekst, koncept, visuals og formater. Og du kan komme med i strømmen af annoncering sammen med Naturli og de andre familiemedlemmer.

Instagram: 1.500 følgere (pr. 01.01.24)

Facebook: 11.000 følgere (pr. 01.01.24)

Pris: Efter aftale

Temaoversigt 2024

NR 1: JANUAR/FEBRUAR

Nøgleord: D-vitamin • magnesium • antioxidanter • fordøjelse

Små seje skridt: Vi kigger på omstillinger i livet og på, hvordan det kan give mening at bryde en forandring op og tage et lille step ad gangen. Det gælder eksempelvis en kostomlægning i en grønnere retning med mere plantemad eller den omstilling fra modermælk til fast føde, som en småbørnsmor skal igennem. Vi zoomer ind på, hvordan du med små skridt kan blive mere bevidst glad i hverdagen.

Minusgrader med magt: Opbevaring på frost. Hvilke sunde fordele er der ved at opbevare på frost, og hvor længe kan maden holde sig.

Skønhed: SOS til tør hud

NR 2: FEBRUAR/MARTS

Nøgleord: C-vitamin • ginseng • omega-3 fedtsyrer • muskler

Få mere energi: Vi dykker ned i vintertrætheden og kigger på, hvordan kroppen har sine små energifabrikker, hvis arbejde vi kan understøtte med vores livsstil – kost og motion. Temaet tager også fat i de mentale flade batterier og ser på, hvordan der kan blive tanket op med ny energi i hverdagen. For børn kan det være yoga, som både styrker koncentration og giver indre ro.

Miljøvenlig rengøring: Forårsrengøring og helst uden at belaste miljøet. Hvordan kan den enkle miljøvenlige rengøring se ud, når boligen skal gøres forårklar.

Skønhed: 4 step til gør-det-selv-spa

NR 3: APRIL/MAJ

Nøgleord: Antihistamin • natur • omega-3 • slimhinder • UV-stråler

Styrk kroppens forsvar: Immunforsvar, allergi og høfeber. Hvordan du kan opbygge det bedst mulige værn mod den pollen-sæson, som kan være tæt på. Hvordan er samspillet mellem miljø, arv og individuel følsomhed. Hvad betyder indendørslivet for risikoen for allergi, og hvordan tager vi bedst hånd om børn med eksem.

Få det bedste ud af solen: Hvordan vrides det bedste ud af solens stråler, som både kan være en ven og en fjende for både store og små. Vi zoomer også ind på solcremen fra sidste år, dens effekt og holdbarhed.

Skønhed: 3 hudpleje-vitaminer

NR 4: JUNI/SEPTEMBER

Nøgleord: Plantestof • selen • stress • ernæringsterapi • akupunktur

Rundt om stofskiftet: Dette tema tager fat på stofskiftet, som stort set alle celler i kroppen er styret af. Når det er ude af balance, peger pilen typisk tilbage på en udfordret skjoldbrusk-kirtel. Det kan komme til udtryk som udbrændthed og lignende stress. Vi kigger på, hvordan det hænger sammen og hvad der kan afhjælpes.

Grønt med lang holdbarhed: Få styr på opbevaring af madvarer fra planteriget. Hvordan opbevarer man mest optimalt, hvad skal i køleskabet, og hvad kan med fordel ligge udenfor køleskabet.

Skønhed: Sommerklare fødder

NR 5: OKTOBER/NOVEMBER

Nøgleord: Magnesium • D-vitamin • kønshormoner • kosttilskud

Naturlige tilskud til din overgangsalder:

Vi guider dig rundt om din overgangsalder med naturlige tilskud, der kan afhjælpe eventuelle gener.

Kvindesundhed: Temaet zoomer ind på centrale brikker i din mentale sundhed, som er mere end bare fraværet af sygdom og mindst lige så vigtigt som at være fysisk sund. Psykiske lidelser er en af de største sygdomsbyrder på verdensplan. Der er en markant forringelse af danskernes mentale sundhed, så hvordan forebygger vi med afsæt i en holistisk forståelse? Et sidespor tager fat i den mentale sundhed hos børn.

Skarpt syn: Vi stiller skarpt på dit syn. Hvordan tager man bedst hånd om det, hvad kan forebygges, og hvad kan og skal behandles.

Skønhed: Boost huden indefra: Inner Beauty

NR 6: NOVEMBER/DECEMBER

Nøgleord: Omega-3 • proteiner • knogler • myokiner

Yngre end din alder: Temaet sætter denne gang spot på alder, som er en biologisk proces. Vi får skader i vores dna og proteiner, og skraldet hober sig op i cellerne. Derfor kigger vi på, hvad der speeder en aldringsproces op, og hvad der sænker tempoet. Plus et sidespor om, at høj levealder øger typisk risiko for sygdom, så hvordan kan vi forebygge mere, når vi samtidig mangler hænder i sundhedssektoren.

Din tarmsundhed: Vi kigger på den sunde fordøjelse fra flere vinkler, som af forskellige grunde kan komme under pres i juledagene. Vi kommer omkring det fysiske, biokemiske og psykiske aspekt, når fordøjelsen ikke fungerer optimalt. Hvordan kan balancen genoprettes – blandt andet ved at styrke evnen til at omsætte livet i det hele taget og tage hånd om faktorer omkring dig, som eksempelvis kan skabe stress.

Skønhed: Spot på din 40+ hud

HØR MERE OM, HVORDAN VI KAN HJÆLPE DIG

FRONT MEDIA

Gl. Strandvej 16,
2990 Nivå
www.frontmedia.dk



Kristina Langberg
Key Account Manager,
T. 2597 4450
kristina@frontmedia.dk



Lone Gurlev
Key Account Manager,
T. 2179 7440
Lone@frontmedia.dk



Morten Ungerman
Salgs- og digitalchef,
T. 2146 1717
morten@frontmedia.dk