

Mediendaten 2023

Gesundheit, Wellness, Wohlbefinden: Diese Themen erfreuen sich eines grossen öffentlichen Interesses. «gesundsitzen» vereint sie mit Lifestyle, spannenden Reportagen und wertvollen Tipps. Mit einem Inserat oder einer Publireportage erreichen Sie ein aufmerksames, interessiertes Publikum.



Konkurrenzlos mit einer Auflage von 120000 Exemplaren

«gesundsitzen» hat sich als das Schweizer Magazin für Gesundheit und Ergonomie etabliert. Mit einer Gesamtauflage von 150 000 Exemplaren und einer gezielten Verteilung bietet das Magazin wertvolle Kontaktmöglichkeiten. Es wird bei Chiropraktoren, Ärzten, Kliniken, Fitnesscentren und weiteren medizinischen Fachspezialisten zur kostenlosen Mitnahme aufgelegt. Persönlicher erreichen Sie Ihre Zielgruppe kaum.

Ausgeprägter Rücklauf

Weil die Zielgruppen von «gesundsitzen» themenbezogen ausgerichtet, profitieren Inserenten von tiefem Streuverlust und einem hohem Rücklauf. Die treue Leserschaft hat ein aussergewöhnlich hohes Feedbackverhalten via Wettbewerbe, Coupons und Aktionen. Durch spezielle Beilagen, Coupons, Post-its oder ansprechende Publireportagen bietet «gesundsitzen» viele Möglichkeiten aufzufallen und in Erinnerung zu bleiben.



Geschichten und Bilder

Lesefreundlich, emotional und voller Geschichten: So präsentiert sich «gesundsitzen». Interessante Rubriken, eine lebendige Gestaltung, viele Bilder, informative Zusatzelemente und ansprechend aufbereitete Publireportagen erhöhen die Attraktivität für Leser wie auch für Werbekunden.



Zielgerichtet und persönlich

Zielgruppen

- » Medizinische Fachkräfte und deren Patienten: Ärzte, Orthopäden, Rheumatologen, Internisten, Chiropraktiker, Physiotherapeuten, Alternativmediziner, Masseure
- » Spitäler, deren Mitarbeitende und Patienten
- » Fitnesscenter und deren Kunden: Fitnessinstruktoren, Fitnessgänger
- » Gesundheitsbewusste, Wellnessfreudige
- » Rückenzentren und deren Kunden: Produkt- und Ergonomie-interessierte

Verteiler (kein Streuversand)

Die Auflage wird vollumfänglich an Arztpraxen, Spitälern, Kliniken sowie Praxen von Chiropraktoren, Physiotherapeuten, medizinischen Masseuren und an Fitnesscenter adressiert und an deren Patienten/Kunden kostenlos zur Mitnahme abgegeben.

Regionale Verteilung

Gesamte Deutschschweiz in den Wirtschaftsräumen Bern, Basel, Zürich, Luzern, Chur und Liechtenstein



Technische Angaben

Rubriken

- » Büchertipp
- » Ergonomie & Rücken
- » Leben, Geniessen
- » Medizin und Rücken
- » PromiTalk
- » Trends und Wissen
- » Design und Werkstoffe
- » Lifestyle
- » Porträts
- » Sitzratgeber mit Produkteinfos
- » Wellness, Relax
- » Kreuz & Quer

Erscheinungsweise

1 x jährlich

Auflage

120 000 Exemplare

Termine Ausgabe 2023/2024

Redaktionsschluss:	13. Mai 2023
Inserateschluss:	2. Juni 2023
Anlieferung zu erstellender Inserate und Publireportagen	9. Juni 2023
Anlieferung druckfertiger Inserate (druckfähiges PDF)	16. Juni 2023
Erscheinung:	August 2023

Herausgeber

Arbeitsgemeinschaft Gesundes Sitzen (AGeS)
Rodtmattstrasse 90, 3014 Bern
Telefon 031 331 44 88, info@gesundsitzen.ch
www.gesundsitzen.ch

Projektleitung/Koordination

Freiraum Werbeagentur AG
Andrea Schaffner
Hauptstrasse 10, 5616 Meisterschwanden
Telelefon 041 508 18 00
andrea.schaffner@freiraum-ag.ch
www.freiraum-ag.ch

Redaktionsleitung

Martina Monti
martina.monti@dieredaktorin.ch

Layout

Andrea Hostettler
andrea.hostettler@freiraum-ag.ch

Inseratemarketing

Arbeitsgemeinschaft Gesundes Sitzen (AGeS)
Hanspeter Wittwer
Rodtmattstrasse 90, 3014 Bern
Telefon 031 331 44 88, info@gesundsitzen.ch
www.gesundsitzen.ch

Heftformat

Breite: 210 mm, Höhe: 297 mm (A4)

Satzspiegel

Breite: 182 mm, Höhe: 264 mm

Druck

Rollenoffsetdruck, 4/4-farbig Europaskala

Druckmaterial

- » Bevorzugtes Dateiformat für digitales Druckmaterial: Adobe-PDF/X-3 mit Schriften integriert oder gleichwertiges HighRes-PDF. Für randabfallende Inserate: 3 mm Beschnitt auf allen Seiten.
Bitte achten Sie darauf, dass Ihr PDF 4farbig cmyk aufgebaut ist und keine Pantonefarben enthält.
- » Bilddateien (tiff, eps, jpg) mindestens 300 dpi Auflösung

Anlieferung

Per E-Mail oder wetransfer:
andrea.schaffner@freiraum-ag.ch

Gestaltung von Inseraten und Publireportagen

Die Herstellung und Korrektur von Druckunterlagen ist in den Inseratepreisen nicht inbegriffen. Möchten Sie ein Inserat durch uns erstellen lassen? Liefern Sie den gewünschten Text unformatiert in einer Word-Datei sowie Logos und Bilder in Druckqualität als separate Dateien. Wir erstellen Ihnen einen entsprechenden Kostenvoranschlag.
Kontakt: andrea.schaffner@freiraum-ag.ch

Mögliche Inseratformate

1/1 Seite randabfallend 216 × 303 mm	1/1 Seite Satzspiegel 182 × 264 mm	Panorma randabfallend 426 × 147 mm	Panorma Satzspiegel 392 × 130 mm	1/2-Seite quer randabfallend 216 × 147 mm	1/2-Seite hoch randabfallend 106 × 303 mm
				1/2-Seite quer Satzspiegel 182 × 130 mm	1/2-Seite hoch Satzspiegel 89 × 264 mm
1/3-Seite quer randabfallend 216 × 102 mm	1/3-Seite hoch randabfallend 75 × 303 mm	1/4-Seite Satzspiegel 89 × 130 mm		Marktinfo 1/6-Seite quer (Kollektivseite) Satzspiegel 182 × 30 mm	
1/3-Seite quer Satzspiegel 182 × 85 mm	1/3-Seite hoch Satzspiegel 58 × 264 mm	Streifeninserat Satzspiegel 182 × 41 mm			

Werbemöglichkeiten

Inserate	Satzspiegel (Breite x Höhe)	randabfallend (Breite x Höhe)*	Preise
1/1 Seite	182 × 264 mm	216 × 303 mm	7 180.–
Panorma – 2 × 1/2-Seite quer	392 × 130 mm	426 × 147 mm	7 600.–
1/2-Seite quer	182 × 130 mm	216 × 147 mm	4 150.–
1/2-Seite hoch	89 × 264 mm	106 × 303 mm	4 150.–
1/3-Seite quer	182 × 85 mm	216 × 102 mm	3 150.–
1/3-Seite hoch	58 × 264 mm	75 × 303 mm	3 150.–
1/4-Seite	89 × 130 mm		2 180.–
Streifeninserat (nur unten an Seite möglich)	182 × 41 mm		950.–
Marktinfo 1/6-Seite quer	182 × 30 mm		1 650.–

* inkl. +3 mm Beschnitt auf allen Seiten

Publireportage

1/1 Seite	182 × 264 mm	7 180.–
1/2-Seite quer	182 × 130 mm	4 150.–

Gestaltung von Inseraten und Publireportagen: Gerne erstellen wir das Layout Ihres Auftritts. auf Anfrage

Optionen (Beilagen, Beihefter, Beikleber – auch regional) auf Anfrage

Alle Preise in CHF exkl. 7,7% MWST

Preise gültig bei Anlieferung fertiger Druckunterlagen; Erstellen von Anzeigen und Publireportagen auf Anfrage.

Werbeauftrag im Magazin «gesundsitzen»

Inserate-Grösse

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1/1 Seite, Satzspiegel | <input type="checkbox"/> 1/1 Seite, randabfallend |
| <input type="checkbox"/> Panorama, Satzspiegel | <input type="checkbox"/> Panorama, randabfallend |
| <input type="checkbox"/> 1/2 Seite quer, Satzspiegel | <input type="checkbox"/> 1/2 Seite quer, randabfallend |
| <input type="checkbox"/> 1/2 Seite hoch, Satzspiegel | <input type="checkbox"/> 1/2 Seite hoch, randabfallend |
| <input type="checkbox"/> 1/3 Seite quer, Satzspiegel | <input type="checkbox"/> 1/3 Seite quer, randabfallend |
| <input type="checkbox"/> 1/3 Seite hoch, Satzspiegel | <input type="checkbox"/> 1/3 Seite hoch, randabfallend |
| <input type="checkbox"/> 1/4 Seite, Satzspiegel | <input type="checkbox"/> Marktinfo 1/6 Seite quer, Satzspiegel |
| <input type="checkbox"/> Streifeninserat, Satzspiegel | |

Publireportage

- 1 Seite, Satzspiegel
- 1/2 Seite, Satzspiegel

Diverses

- Ich schicke Ihnen mein Inserat per Mail zu
- Ich schicke Ihnen mein Inserat per Post auf einem Datenträger zu
- Wir möchten das Inserat gestalten lassen. Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.
- Wir wünschen Unterstützung beim Erstellen der Publireportage. Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

Inserateschluss

2. Juni 2023

Auftraggeber/ Rechnungsadresse

Firma

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Bestätigung

Nach Erhalt des vollständig ausgefüllten Auftragsformulars erhalten Sie eine Bestätigung. Die Rechnung wird Ihnen zum Erscheinungstermin mit einem Belegsexemplar zugestellt. Sie können die Bestellung auch als pdf per Mail versenden.

Kontaktpersonen

Hanspeter Wittwer, Arbeitsgemeinschaft Gesundes Sitzen (AGeS), Rodtmattstrasse 90, 3014 Bern
Telefon 031 331 44 88, info@gesundsitzen.ch