

# Tervis + PLUSS



Tervis Pluss on muutunud kaasaegsemaks oma välimust ja sisu. Tahame pakkuda inspiratsiooni tervisliku eluviisi edendamiseks. Küllalt suurt tähelepanu pühendame ka meditsiinile, et lugeja saaks enda meelt ja olemist peenhäälestada. Igas ajakirjas jagame ilunõuandeid küpses eas naisele ja püüame anda väikese müskuse, kuidas leida sobiv trenn, kus käimine pole igakordne tahtjõu ületus vaid magus ootus. Otsime vastust küsimusele, milline on toitumisviis, mis annab energiat ja iga kuu avaldame täpse menüü, et võtta kaalust alla. Jagame teadmisi, innustust ja mõtteid tervise teemadele, et aidata teadlikumalt oma elu korralda. Oleme uhked, et suurt tähelepanu on pälvinud ka ajakirjas mitmekülgset kajastatud psühholoogia teemad.



HEIDIT KAIO, peatoimetaja

## MIKS TERVIS PLUSS?

- 18-aastase ajalooa tunnud ja usaldusväärne terviseajakiri Eestis.
- Eesti Lugejauuringu andmetel on Tervis Plussil 2017 II p.a. 42 000 püsilugejat.
- Tervis Pluss annab aastas välja 2 erinumbrit: Kilo & Kalor kevadel ning Terve & Illus sügisel.
- Igas numbris kajastame meditsiini, tervise, sportimise ja toitumise teemasid.

## LUGEJA PROFIIL:

Tervis Plussi lugeja on 40-aastane ja vanem kõrgharidusega naine, kes soovib elada tervislikku ja aktiivset elu. Ta usub elukestvasse õppesse, on praktilise ellusuhtumisega ning pooldab kodumaist toodangut. Lugeja hobideks on raamatute lugemine, looduses liikumine ja Eestis reisimine. Talle meeldib mõelda tervislikust eluviisist ja trenni tegemisest, aga ta ei pruugi veel seda aktiivselt viljeleda.

## REKLAAMI HINNAKIRI

Tagakaas.....	2000 € +km	1 lk .....	1400 € +km
Esiduubel (lk 2-3).....	2800 € +km	1/2 lk .....	800 € +km
Duubel .....	2200 € +km	1/3 lk .....	600 € +km
Esisisekaas .....	1800 € +km	1/4 lk .....	500 € +km
Tagasisekaas .....	1600 € +km	Uudis.....	320 € +km

AJAKIRJA FORMAAT: 210x280 mm