

# Tunne & Mieli

LEHTI MIELEN HYVINVOINNISTA



**TUNNE & MIELI** on lehti jokaiselle mielen hyvinvoinnista ja terveydestä kiinnostuneelle. Lehden aiheita ovat muun muassa mielenterveys, ihmissuhteet, itsensä kehittäminen ja henkinen kasvu, koulu- ja työhyvinvointi, ihmisten selviytymistarinat sekä hyvän mielen vinkit. Joka numeron kansikuvajutussa julkisuuden henkilö kertoo suhteestaan mielen teemoihin. Lehdessä on myös kolumneja, terveystuotisia, sudokuja ja ristikoita.



# Tunne & Mieli

## JULKAISIJA

Mielenterveyden  
keskusliitto,  
p. 09 565 7730  
www.mtkl.fi



## KUSTANTAJA

Oy MTKL Vireä Mieli Ab  
Malmin Kauppatie 26,  
00700 HELSINKI  
www.tunnejamieli.fi

## PÄÄTOIMITTAJA

Sirkku Immonen  
p. 040 124 4700  
sirkku.immonen@mtkl.fi

## TOIMITUSSIHTEERI

Aino Heikkonen  
p. 050 407 5448  
aino.heikkonen@mtkl.fi

## ILMOITUSMYNTI

Satu Martikainen  
Oy MTKL Vireä Mieli Ab  
p. 045 173 5102  
satu.martikainen@mtkl.fi

## ILMOITUSAINESTOT

Atte Kalke, Vitale Ay  
p. 045 841 6611  
atte@vitale.fi  
Munkkiranta 2 J 31,  
02360 Espoo

## PAINOPAIKKA ULKOASU JA TAITTO PAINOS LEHDEN KOKO

ForssaPrint  
Atte Kalke, Vitale Ay  
8 000–12 000 kpl  
224 mm x 297 mm

## Mainosten toimitus

Mainosmateriaalit voi toimittaa aineistopäivään  
mennessä lehden taittoon osoitteeseen [atte@vitale.fi](mailto:atte@vitale.fi).

### VALMIIN MAINOKSEN AINEISTO-OHJE

Aikakauslehtiasetuksin tehty painovalmis pdf-tiedosto,  
joka sisältää kaikki ilmoitukseen kuuluvat elementit (kuvat,  
grafiikka, fontit). Aineistossa olevat kuvat CMYK-muodossa  
vähimmäisresoluutiolla 300 dpi.

### RAKENNETTAVAN MAINOKSEN AINEISTO-OHJE

Mikäli sinulla ei ole yllämainitun kaltaista valmista mainosta,  
voit toimittaa meille mainokseen haluamasi tekstisisällön,  
kuvat tai elementit sekä mahdolliset toiveet. Valmistamme  
niiden pohjalta vedoksen, jonka hyväksytämme sinulla. Kuvat,  
logot ja elementit saavat olla mahdollisimman suurikokoisia.  
Logot ensisijaisesti vektorimuodossa (pdf tai eps). Mainosten  
kevyestä rakentamisesta, editoinnista tai korjaamisesta ei  
veloiteta erikseen. Laajempi suunnittelutyö 50 €/tunti + alv.

### ILMOITUSEHDOT

Ilmoitusten peruuttaminen 2 viikkoa ennen aineistopäivää.  
Reklamaatit kirjallisesti 7 vuorokauden kuluessa lehden  
ilmestymisestä. Ilmoittajan hyväksytyä valmistetun mainoksen  
vedoksen, vastuu mahdollisista virheistä siirtyy hänelle.  
Lehden vastuu virheistä tai ilmoituksen poisjäännistä rajoittuu  
enintään ilmoitushintaan.

## Ilmestymis- ja aineistoaikataulut

	Aineistopäivä	Ilmestyy	Erikoisteemat
1/2018	12.1.	1.2.	Elinvoimaa rakkaudesta
2/2018	15.3.	5.4.	Ravitsemus mielen hyvinvoinnin tukena
3/2018	18.5.	7.6.	Oma keho voimanlähteenä
4/2018	18.6.	2.8.	Miten saan elämäni virran soljumaan?
5/2018	14.9.	4.10.	Digitalisaatio ja mielen ilmiöt
6/2018	16.11.	5.12.	Erilaisia perheitä, monenlaisia elämiä

5/2018 NUMERO  
ON MESSU-  
JULKAISU JOSTA  
ERITYISJAKELU  
MIELENTERVEYS-  
MESSUILLA!

## Ilmoituskoot ja -hinnat

Koko	Leveys x korkeus mm	Hinta
<b>KEHYKSELLISET MAINOKSET:</b>		
TAKAKANSI* (kehykseen)	194 x 254	2 450 €
1/1 (kehykseen)	194 x 261	2 260 €
1/2 (kehykseen)	194 x 129 tai 95,5 x 261	1 270 €
1/4 (kehykseen)	95,5 x 129 tai 194 x 63	810 €
1/8 (kehykseen)	95,5 x 63	430 €
<b>LEIKKUUSEEN MENEVÄT MAINOKSET:</b>		
AUKEAMA	460 x 297 + 3 mm leikkuuvarat	4 300 €
TAKAKANSI* (leikkuuseen)	224 x 272 + 3 mm leikkuuvarat	2 470 €
1/1 (leikkuuseen)	224 x 297 + 3 mm leikkuuvarat	2 260 €
1/2 vaaka (leikkuuseen)	224 x 147 + 3 mm leikkuuvarat	1 270 €
1/2 pysty (leikkuuseen)	113,5 x 297 + 3 mm leikkuuvarat	1 270 €

\*(takakannen ilmoituskoko poikkeaa normaalista kokosivun ilmoituksesta,  
sillä sivun yläosaan pitää jäädä 30 mm valkoista osoitetiedoille.)

Mainosten hintoihin sisältyy 20 €:n käsittelymaksu.

Määräpaikkalisä +200 €

Hintoihin lisätään alv 24 %