

# porras

M E D I A T I E D O T 2 0 1 0

**Lehden julkaisija** Lihastautiliitto ry  
Läntinen Pitkätie 35, 20100 TURKU  
puh. (02) 273 9700 , fax (02) 273 9701  
[lihastautiliitto@lihastautiliitto.fi](mailto:lihastautiliitto@lihastautiliitto.fi)

**Päätoimittaja** Anne Heikkinen  
puh. (02) 273 9710, 050 330 8391  
[anne.heikkinen@lihastautiliitto.fi](mailto:anne.heikkinen@lihastautiliitto.fi)

**Toimitus/taitto** Riitta Liede  
puh. (02) 273 9732, 050 591 5049  
[riitta.liede@lihastautiliitto.fi](mailto:riitta.liede@lihastautiliitto.fi)

**Ilmoitusmyynti** Raija Kommonen  
puh. (09) 224 9151  
[raija@kommonen.com](mailto:raija@kommonen.com)

**Ilmoitusaineistot** TJM-Systems Oy  
PL 75, 02921 ESPOO  
puh. (09) 849 2770, fax (09) 852 1377  
[aineistot@tjm-systems.fi](mailto:aineistot@tjm-systems.fi)

**Painosmäärä** 4 500 kpl  
**Lehden koko** A4, 210 x 297 mm  
**Painopinta-ala** 185 x 270 mm  
**Painomenetelmä** offset  
**Painopaikka** Newprint Oy, Raisio



## Aineistovaatimukset

- Aikakauslehtiasetuksin tehty paino- valmis PDF-tiedosto.
- Fontit mukana (ei True Type kirjaimia) tai konvertoituna.
- Värit prosessi CMYK-muodossa (ei spot RGB:tä).
- Kuvat 300 dpi resoluutiolla .eps- tai .tiff-muodossa, ilman ICC-profiileja.
- Koottavista, korjattavista tai viallisista aineistomateriaaleista veloitetaan erikseen tarvittaessa.
- Aineiston mukana pitää olla saate, josta ilmenee käytetty ohjelma, versio ja julkaisu sekä lähettäjän yhteystiedot. (Väri- vedokset tulee lähettää postitse ja muut faxilla.)
- Ilmoitusten peruuttaminen 2 viikkoa ennen aineistopäivää.

## ILMOITUSKOOT JA -HINNAT

Koko	leveys x korkeus mm	4-väri	musta/valk.
TAKAKANSI* (leikkuuseen)	210 x 272 + 3 mm leikkuuarat	2 150 €	1 270 €
TAKAKANSI* (kehykseen)	185 x 260	2 150 €	1 270 €
1/1 (leikkuuseen)	210 x 297 + 3 mm leikkuuarat	2 150 €	1 270 €
1/1 (kehykseen)	185 x 270	2 150 €	1 270 €
1/2 (vaaka)	185 x 134	1 190 €	640 €
1/2 (pysty)	91,5 x 270	1 190 €	640 €
1/4 (pysty)	91,5 x 134	750 €	340 €
1/4 (vaaka)	185 x 66	750 €	340 €
1/8	91,5 x 66		185 €
1/16	91,5 x 32		120 €
1/32	45 x 32		75 €

\*Takakannen ilmoituskoko poikkeaa normaalista kokosivun ilmoituksesta, sillä sivun yläosaan pitää jäädä 25 mm valkoista osoitetiedoille.)

1-lisävärin hinta 200 €. Hintoihin lisätään alv. (23%)

## ILMESTYMIS- JA AINEISTOAIKATAULUT

	Artikkeliaineistot	Mainosaineistot	Ilmestymispäivä	Teemat
1/2010	29.1.	25.1.	vko 7	Henkilökohtainen avustaja
2/2010	12.3.	9.3.	vko 13	Kuntoutus
3/2010	7.5.	3.5.	vko 21	Lapset ja perhe
4/2010	13.8.	10.8.	vko 35	Itsestä huolehtiminen (muoti, kauneus jne.)
5/2010	15.10.	12.10.	vko 44	Apuvälineet, Seniorit
6/2010	26.11.	23.11.	vko 50	Kulttuuri (valokuva, kirjoittaminen jne.)