

# Hieroja

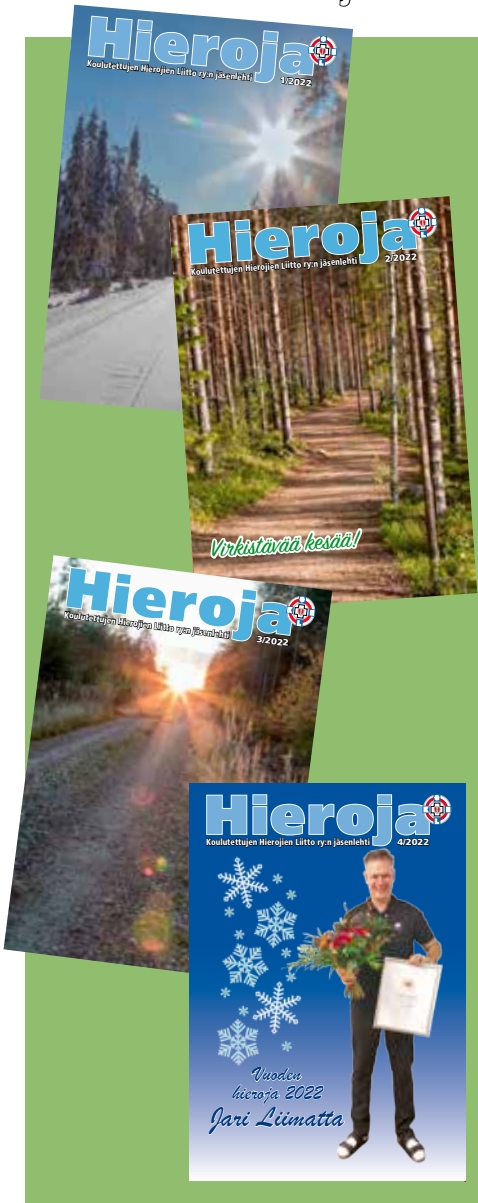
www.khl.fi



Koulutettujen Hierojien Liitto ry:n jäsenlehti

## Mediatiedot 2023

Kysy vuosipaketteja, saat ilmoituksesi koko vuoden lehtiin tuntuvalla pakettiedulla. Tarjoamme edullisesti myös printti + banneripaketteja, millä takaat parhaan näkyvyyden.



### LEHDEN JULKAISUJA

Koulutettujen Hierojien Liitto ry  
Kirkkokatu 21, 48100 Kotka

#### Liiton puheenjohtaja

Marko Leppänen  
Opiskelijankatu 37 C 14, 33720 Tampere  
puh. 050 4635 571  
marko.leppanen(at)khl.fi

#### Liiton toiminnanjohtaja

Timo Koskenranta  
Kirkkokatu 21, 48100 Kotka  
timo.koskenranta(at)khl.fi  
050 409 7945  
ma-pe klo 9.00 – 16.00

#### TOIMITUS:

**Toimituspäällikkö** Timo Koskenranta  
Kirkkokatu 21, 48100 Kotka  
puh. 050 409 7945

**Päätoimittaja** Marko Leppänen  
Opiskelijankatu 37 C 14, 33720 Tampere  
puh. 050 4635 571  
marko.leppanen(at)khl.fi

#### Toimitussihteeri

Iina Kuusisto-Leppänen  
puh. 0440 927 772,  
iina.kuusisto-leppanen(at)khl.fi

**Ulkoasu** Seppo Leiniitty  
Sammonkatu 25 D 63, 33540 Tampere  
puh. 044 357 1110  
seppo.leiniitty(at)tpnet.fi

### Ilmoitushinnat 1.1.2023

#### Sisäsivut

Koot ja hinnat:  
1/1 sivu 459 € (jos koko vuoden 4 numeroa, niin kaupan päälle fb-ilmoitus  
• 1/2 sivu 259 € • 1/4 sivu 199 €  
• 1/8 sivu 139 €

**Kannet** (2-puol. 4-väripainatus)  
TAKAKANSI: 889 €

II-SISÄKANSI edessä: 749 €

II-SISÄTAKAKANSI takana: 749 €

#### Koulutusilmoitukset

1/1 sivu 230 € • 1/2 sivu 160 €  
1/4 sivu 110 € • 1/8 sivu 90 €  
• 1/1 ja 1/2 sivujen koulutusilmoitukset sisältävät myös mainoskerran linkeineen jäsenien suljetussa FB-ryhmässä.  
Koulutusilmoituksia voidaan julkaista myös khl.fi -verkkosivustolla hintaan 300 €/2 kk (vain tekstitiedostoja, ei kuvia)

### HIEROJA-LEHDEN KOKO A4

**Ilmoitusaineistot  
osoitteeseen:  
liisa(at)jumissa.fi**

#### MAINOSPAKETTEJA:

##### • Kannet:

1/1 kokosivu koko vuoden  
(kaikki lehden 4 numeroa) + banneri 3300 €

##### • Sisäsivut:

1/1 kokosivu koko vuoden  
(kaikki lehden 4 numeroa) + banneri 2399 €

#### MAINOSBANNERIT

##### khl.fi -etusivulle:

Koko: 180 x 210 px (max 130 kt)  
3 kk / 6 kk / 12 kk -paketit sisältävät myös mainoskerran linkeineen jäsenien suljetussa FB-ryhmässä.

Hinnat: yksi vuosi 990 € • 6 kk 650 €  
3 kk 350 € • 1 kk 129 €

#### Muut luokitellut ilmoitukset:

##### Myydään/Ostetaan/ym.

1.50 €/palstamillimetri

**Kysy myös** sekä paperilehden että verkkosivuston "yhdistelmäpaketteja."

#### LEHDEN ILMOITUSMYynti:

##### Liisa Ovaska

puh. 050-442 5559  
liisa(at)jumissa.fi

#### Ilmestymisaikataulu 2023

Ilmestymispäivä	ilmoitusten jättöpäivä
1. 17.02.2023	27.01.2023
2. 12.05.2023	20.04.2023
3. 15.09.2023	21.08.2023
4. 15.12.2023	24.11.2023

Mahdolliset peruutukset ja muutokset kaksi viikkoa ennen ilmoitusten jättöpäivää. Peruutuksen syy mainittava.

#### Lehden levikki 1600 kpl

Osoitteellinen jakelu Koulutettujen Hierojien Liitto ry:n jäsenille (1600 kpl), lisäksi mm. hierojakouluille, kylpylöille ja terveydenhuolto-oppilaitoksille.

#### Aikakausmedia ry:n jäsen

PAINO: KTMP/Ykkösoffset Oy  
Mustasaari 2023 • ISSN 1455-7436

**Ilmoitusten tekniset  
tiedot sivulla 2 >>>**

**Ilmoita lehdessä ja tee  
tuotteesi tai palvelusi  
tutuksi alan  
ammattilaisille!**

### Lehden periaatelinja

Hieroja-lehden tarkoituksena on toimia hierojien ammatillisena tiedonvälityskanavana koko maassa.

Lehden tehtävänä on olla lukijoilleen hyödyllinen, ajankohtainen ja aikaansa seuraava tiedonvälittäjä.

Tässä tehtävässä se huomioi erityisesti Koulutettujen Hierojien Liitto ry:n jäsenten tarpeet.

Lehti noudattaa eettisesti korkeatasoista julkaisuperiaatetta.

Lehti on Aikakausmedia ry:n jäsen.

# ILMOITUSTEN TEKNISET TIEDOT:

Ilmoitukset voivat olla joko 4-värisiä tai mustavalkoisia.

(lehti leikataan puhtaaksi A4-kokoon tässä esitettyssä mallissa mustia kehysviivoja pitkin)

**KOKOSIVU = 1/1-sivu**  
(II-kansilehti edessä tai II-kansilehti takana)  
(puhtaaksileikattu • 4-värinen)  
210 x 297 mm + leikkausvarat (Bleedit) ympärillä 3 mm joka reunalla (**749 €**)

Jätettävä tyhjää tilaa (valkoista) vastaanottajan osoitetiedoille (35-40 mm).

**TAKASIVU = 1/1-sivu**  
(puhtaaksileikattu • 4-värinen)  
210 x 297 mm + leikkausvarat (Bleedit) ympärillä 3 mm joka reunalla (**889 €**)

**KOKOSIVU = 1/1-sivu**  
(sisäsivut)  
(lehden valkoiset marginaalit ilmoituksen ympärillä)  
lev. 180 x kork. 265 mm  
(**459 €**)

**1/2-sivua (vaaka)**  
(sisäsivut)  
lev. 180 x kork. 130 mm  
(**259 €**)

**1/4-sivua**  
(sisäsivut • pystymalli) **1/8-sivua** (sisäs.)  
88 x 130 mm 88 x 63 mm  
(**199 €**) (**139 €**)

**1/2-sivua**  
(pysty)  
88 x 265 mm  
(**259 €**)

**1/4-sivua (vaaka • sisäs.)**  
lev. 180 x kork. 63 mm  
(**199 €**)

**Lehti alan ammattilaisille!**  
Liiton jäsenistölle lehti julkaistaan paperilehden lisäksi myös sekä älylaitteissa että tietokoneella selailtavana verkkoversiona.

Koulutettujen Hierojien Liitto ry:n

## VERKKOSIVUT

klikkaa...

[www.khl.fi](http://www.khl.fi)

...aina ajan-tasaista toiminnasta

**MAINOSTAJA**  
Hieronnan ammattilaiset tavoitat myös verkosta!

...koska Hieroja-lehti on luettavissa myös digiversiona!

ja mainoksesi näkyvyys on taattu!

[www.khl.fi](http://www.khl.fi) – ja olet ajan tasalla

## PAPERILEHDEN ILMOITUSAINEISTOJEN TEKNISET SUOSITUKSET:

- **Valmisaineistot:** Ensisijaisesti Adobe Acrobatin painokelpoisina PDF-tiedostoina. Suositus PDF-Level 1.5. (vähintään). Fontit upotettuna PDF-tiedostoon..
- **Kuvien resoluutioksi** suositellaan 300 ppi/tuuma (koossa 1:1).
- **Väri-ilmoituksissa** väriarvot määritellään prosessiväreinä (CMYK).
- **ICC-väriprofiilit:** Älä sisällytä profiileja PDF-tiedostoon.
- **Office-ohjelmistoilla** (mm. Word) valmistetut aineistot eivät ole painokelpoisia. Niiden värimaailma ei tue painoprosessin värimaailmaa.
- **Photoshop-aineistot:** Ns. "kevytversioilla" (Lite) tuotetut ilmoitusaineistot eivät ole suotavia, mikäli ne sisältävät mustaa tekstiä ja aineisto on tarkoitettu julkais-ta 4-värisenä.

## ILMOITUKSET

### khl.fi -VERKKOSIVUSTOLLE:

- **Bannerin koko:** 180 x 210 px
- **Muoto:** joko staattinen banneri tai animoitu gif-tiedosto
- **Bannerin kilotavaraajoitus:** max. 130 Kt

Mahdollisuus mainostaa khl.fi -sivustolla myös koulutuksista. Hinnat 300 €/2kk. Sijoitetaan khl.fi -web-sivustolla kohtaan "opintopäivät." Vain tekstinä. Ei kuvia.

*malli-ilmoitus*

**Tiedät varmasti  
SI-nivelen mah-  
dollisesti ikävät  
oireet potilaalle  
mutta  
HALUATKO LISÄ-  
TIETOA TUOSTA  
VAIVASTA?**

Tehokas kurssimme  
tuo tieteellistä lisävaloa  
SI-nivelen oireisiin.

*toukokuussa 2023*

**Kurssin sisältö:**

- SI-nivelen toimintahäiriöt
- SI-nivelkivun aiheuttaja
- SI-nivelen yliikkuvuus
- kivuntunteen lievitys
- jos kivun tunne pitkittyy

**ILMOITTAUDU NYT!**

Yhteystiedot:

*1/2 sivua pystymalli  
(leveys 88 mm x korkeus 245 mm)*

Katso tarkemmin verkkosivuiltamme

**Fyssarikeskus Oy**  
*fyssarikeskus.fi*

*ilmoitukset ovat modulikokoisia  
(myös kokosivun ilmoitus on  
mahdollinen: koko 180 x 245 mm)*

**Ilmoitukset näkyvät myös  
lehden verkkoversiossa  
[www.khl.fi](http://www.khl.fi)**

**Tähän  
ilmoituksen  
sisältö**

*1/4 sivua pystymalli  
(leveys 88 mm x korkeus 120 mm)*

**Tiedota hieronnan  
AMMATTILAISILLE  
lisäkoulutus- tai  
kurssitarjonnastasi!**



**...näillä  
koulutusilmoitusten  
erikoissivuilla!**

**EDULLISESTI!!!**

Suosittu kurssimme jatkuvat....

*malli-ilmoitus*

## KIPUTIEDE JA HIERONTA

- Tiedätkö, miten kiputiedettä voi soveltaa hierojan työssä?
- Kivun neurofysiologiset mekanismit ja niihin vaikuttaminen?
- Entä millaisia selitysmalleja asiakkaalle annetaan hoidosta?

### ME OSAAMME OPASTAA!

Ilmoittaudu tammikuussa  
alkavalle kurssillemme!

*1/2 sivua vaakamalli  
(leveys 180 mm x korkeus 120 mm)*

Lähemmät tiedot: [www.kipujahierontaklinikka.fi](http://www.kipujahierontaklinikka.fi)

## Tähän ilmoituksen sisältö

*Ilmoitukset näkyvät myös  
lehden verkkoversiossa  
[www.khl.fi](http://www.khl.fi)*

*1/4 sivua vaakamalli  
(leveys 180 mm x korkeus 57 mm)*

*1/8 sivua (lev. 88 mm x kork. 57 mm)*

**..taas marraskuussa!  
apua sidekudoshieronnassa**

*malli-ilmoitus katso:*  
**[katinkuntohuone.fi](http://katinkuntohuone.fi)**

**katin kuntohuone**

### • KIINNOSTUITKO?

*Ota yhteyttä ilmoitusmyyntiin:*

*Liisa Ovaska, 050-442 5559*

*tai: [liisa\(at\)jumissa.fi](mailto:liisa(at)jumissa.fi)*

*Ilmoitushinnat: kokosivu = 230 €*

*• 1/2 sivu = 160 €*

*• 1/4 sivu = 110 € • 1/8 sivu = 90 €*