

# Lähellä

LEHTI OMAISHOITAJILLE JA LÄHEISILLE

## Mediakortti 2024

Lähellä-lehti on Omaishoitajaliiton 4 kertaa vuodessa ilmestyvä jäsen- ja aikakauslehti. Lehti kertoo ajankohtaisista omaishoidon kysymyksistä. Se on alansa valtakunnallinen erikoislehti ja Aikakauslehtien Liiton jäsenlehti.

15 000 kappaleen painoksesta postitetaan lehti jokaiselle Omaishoitajaliiton jäsenelle (n. 11 500). Lisäksi liiton paikallisyhdistykset saavat lehtiä jäsenhankintaansa varten.

Lähellä-lehti on luettu lehti ja myös sen mainoksista pidetään. Vuonna 2023 tehdyn lukijakyselyn mukaan 57 % lukijoista lukee ilmoituksia paljon, 40 % vähän ja vain 3 % ei lue mainoksia lainkaan.

Mainostajana saatte pitkäaikaista lisänäkyvyyttä, sillä Lähellä-lehden näköisversio on vapaasti luettavissa sivulla [www.omaishoitajat.fi/lahella-lehti](http://www.omaishoitajat.fi/lahella-lehti).

**Mainostamalla Lähellä-lehdessä tuette Omaishoitajaliiton toimintaa.**



### JULKAISIJA

Omaishoitajaliitto ry  
Närståendevårdarnas förbund rf  
Hämeentie 105 A 18, 00550 Helsinki  
Puh. 020 7806 500  
[omaishoitajat.fi](http://omaishoitajat.fi)

### PÄÄTOIMITTAJA

Toiminnanjohtaja  
Sari-Minna Tervonen  
020 7806 514  
[sari.tervonen@omaishoitajat.fi](mailto:sari.tervonen@omaishoitajat.fi)

### ILMOITUSMYynti

Omaishoitajaliiton toimisto  
020 7806 500

### ILMOITUSAINeISTO

[viestinta@omaishoitajat.fi](mailto:viestinta@omaishoitajat.fi)

### PAINOS

15 000

### LEHDEN KOKO

A4, 210 x 297 mm

### PAINOPINTA-ALA

178 x 254 mm

### TAITTO JA PAINO

PunaMusta Oy

## LEHDEN TEEMAT

Nro 1  
2024

### Omainen hoitajana | Palautuminen

Kerrotaan mitä on olla omaishoitaja ja miten omaishoito vaikuttaa koko perheen elämään.

Palautumista käsitellään laajasti sisältäen niin henkisen kuin fyysisen palautumisen. Tarkastellaan muun muassa unen ja liikunnan merkitystä omaishoitajan arjessa.

Nro 2  
2024

### Kun omaishoito päättyy | Hyvinvointia luonnosta

Omaishoito voi päättyä monista eri syistä. Kerrotaan mitä silloin voi tehdä ja mistä saa tukea.

Käsitellään luonnon merkitystä omaishoitajan ja apua tarvitsevan läheisen hyvinvoinnille.

Nro 3  
2024

### Sosiaaliturva ja palvelut | Etäomaishoito

Omaishoitajien tarpeet vaihtelevat suuresti. Käsitellään omaishoitajien sosiaaliturvaa sekä tarjolla olevia palveluja.

Etäomaishoito vaatii käytännön järjestelyjä omaishoitajan arjessa. Tärkeää on myös sujuva yhteydenpito hoidettavaan.

Nro 4  
2024

### Vaikuttava omaishoitoyhteisö | Mielen voimavarat – muutoksesta voimaa

Omaishoitajat ovat oman elämänsä asiantuntijoita. Omaishoitoyhteisö – Omaishoitajaliitto jäsenyhdistyksineen – vaikuttaa aktiivisesti siihen, että omaishoitajien asema paranisi. Omaishoitajayhdistykset tekevät myös tärkeää työtä omaishoitajien tukena arjessa.

Omaishoito muuttaa elämää ja herättää erilaisia tunteita. Käsitellään keinoja, miten muutoksen kanssa pärjätään.

**Kaikissa numeroissa on henkilökuvia ja arjessa selviytymisen tarinoita sekä vinkkejä omaishoitotilanteisiin. Lehti kertoo myös omaishoitajayhdistysten toiminnasta.**

## Ilmoituskoot ja -hinnat

Koko	Mitat (leveys x korkeus)	Hinta
1/1 sivu		
Takakansi	178 x 247 mm	1 984 €
Sisäsivut	178 x 254 mm	1 808 €
1/2 sivu		
vaaka	178 x 125 mm	1 000 €
pysty	87 x 254 mm	1 000 €
1/4 sivu		
vaaka	178 x 60 mm	632 €
pysty	87 x 125 mm	632 €
1/8 sivu		
vaaka	87 x 60 mm	328 €

### ILMOITUSLIITTEET

Lehden väliin tulevat liitteet sopimuksen mukaan.  
Kysy lisää ja pyydä tarjous ilmoitusmyynnistä.

### AINEISTOVAATIMUKSET

Valmis mainosaineisto ensisijaisesti aikakauslehtiasetuksin (Press Quality) tehtynä painovalmiina PDF-tiedostona.

Tekstit vektorigrafiikaksi konvertoituna tai fontit tiedostoon sisällytettynä.

Värit prosessi CMYK-muodossa ja kuvat 300 dpi resoluutiolla.

Painovalmis PDF ei saa sisältää väriprofileja.

Lisää aineisto-ohjeita:  
<https://punamusta.com/aineisto-ohjeet/aineisto-ohje-aikakauslehti/>

Ilmoitusten peruuttaminen 2 viikkoa ennen aineistopäivää.

Mainostaja vastaa siitä, että mainosmateriaali on omaishoitajille kohdennettu, hyvän tavan sekä lain mukainen eikä loukkaa kenenkään tekijänoikeutta.

Lehdellä on oikeus kieltäytyä julkaisemasta ilmoitusta, jos sen sisältö on loukkaava tai Lähellä-lehteen sopimaton.

Reklamaatiot esitettävä kirjallisesti 14 vrk:n kuluessa lehden ilmestymisestä ilmoitusmyyntiin.

Lehden suurin vastuu ilmoituksen julkaisemisessa sattuneesta virheestä tai ilmoituksen poisjäämisestä rajoittuu ilmoituksen hintaan.

## Ilmestymis- ja aineistoaikataulut

Nro	Aineistot	Ilmestyy	Teemat
1/2024	4.1.	22.2.	Omainen hoitajana Palautuminen
2/2024	4.4.	23.5.	Kun omaishoito päättyy Hyvinvointia luonnosta
3/2024	1.8.	19.9.	Sosiaaliturva ja palvelut Etäomaishoito
4/2024	3.10.	21.11.	Vaikuttava omaishoitoyhteisö Mielen voimavarat – muutoksesta voimaa