

Annonsprislista 2022

På produktsidorna
Fri zon och **Fritt val** lyfter vi gärna fram en av dina produkter/böcker/cd om du har med en annons i samma nummer, **dubbelt annonsvärde!**

Extra digital marknadsföring?

Vill du i samband med annonsering lätta ut t ex en produkt, bok eller biljett till ditt evenemang? Utlottningar publiceras i vårt nyhetsbrev, på facebook, instagram och på free.se.

Free delas ut på **mer än 300 platser** i hela Sverige

"Självklart annonserar vi i Free för det är en tidning som ligger i tiden med dagens behov för utveckling av kropp och själ och det är så klart att vi vill synas där för målgruppen är den rätta."

– Ruthi Ljungsberg,
Veda Lila

"Tidningen Free har gett mycket bättre respons än 'annan tidning inom samma område' om man ser på våra weborders."

– Marianne Borg,
6:e sinnet AB



free
din ledstjärna

6 nummer per år!

Frimodigt
Presentation av en annonsör

Fri zon
Presentation av annonsörers produkter

Fritt val
Presentation av annonsörers böcker, musik och film

Inspirerande artiklar om personlig utveckling, hälsa och andlighet!

Lee Seger
Fri vägledning

Agneta Orlå
Fri kraft

Benny Rosenqvist
Fråga vårt medium

Free fyller
40 år
2022!

FRIEX • Årgång 40 • free.se

Öppna upp till en inspirerande värld!

Free riktar sig till dig som är
**utbildare, kroppsbehandlare,
inspiratör och terapeut**

Free är en ledstjärna inom hälsa, personlig utveckling och egenvård. Tidningen startades redan 1982 och är den enda gratistidningen i sitt slag. Free trycks på miljöcertifierat papper och kan även läsas digitalt på free.se. Free distribueras över hela landet via hälsobutiker, hälsocenter, kursgårdar, terapeuter, bokhandlar och via intresserade konsumenter. Tidningen finns även på alternativmässor runt om i Sverige.

Annonsprislista 2022

1/2-sida stående 98 x 248	1/8-sida 98 x 59	1/4-sida liggande 200 x 59
	1/4-sida stående 98 x 122	1/2-sida liggande 200 x 122



Annonsformat

Tidningens format 210 x 270 mm. Fyrfärg är genomgående i hela tidningen.
Angivna priser gäller vid tryckfärdigt annonsmaterial.

Uppslag	420 x 270 mm	24 500:–
Helsida	210 x 270 mm	14 800:–
Halvsida liggande	200 x 122 mm	8 800:–
Halvsida stående	98 x 248 mm	8 800:–
1/4 liggande	200 x 59 mm	4 500:–
1/4 stående	98 x 122 mm	4 500:–
1/8	98 x 59 mm	1 750:–

Vid annons med utfall (helsida + uppslag) tillkommer 3 mm åt vardera håll.

Radbandet

Textannons under rubrik 60 ord totalt inkl. rubrik 650:–

Webbannonsering

www.free.se Begär offert

Övrigt

Begärd placering 10 % tillkommer på annonspriset
Bilaga eller kapp Begär offert
Produktionskostnad 500:–/tim

Rabatter

Vid bokning av annons i flera nummer tar vi förstås fram ett riktigt bra paketpris!
På produktsidorna Frizon och Fritt val exponerar vi även (i mån av plats) en av era produkter/böcker om ni har med en annons i samma nummer, **dubbelt annonsvärde!**

Betalningsvillkor 20 dagar.

Moms (25 %) tillkommer på samtliga priser.

*Med reservation för ändringar i utgivningsplanen.

Boka din annons här!

Tel: 070-629 71 89

E-post: marie@free.se

Annonslämning och annonsproduktion

Tel: 070-287 15 50

E-post: annons@free.se

Tryckfärdig annons och/eller annonsmaterial lämnas digitalt via mejl

Vill du ha hjälp att göra din annons?

Produktionskostnad: 500 kr/tim

Teknisk information

Annonsformat: PDF

Rastertäthet: 150 linjer/tum

Upplösning: 300 dpi

Färg: 4x4 EUR

Free – din ledstjärna

www.free.se

Free trycks på miljö-
certifierat papper.



Utgivningsplan 2022

Utgivningsplan 2022		Stor mäss- upplaga*			Kursgårds- special	Stor mäss- upplaga*
Nummer	1	2	3	4	5	6
Utgivningsdag	7/1	2/3	4/5	4/7	2/9	3/11
Sista bokningsdag	30/11 -21	31/1	31/3	31/5	29/7	30/9
Deadline färdigt material	6/12 -21	4/2	5/4	6/6	5/8	5/10

Annonsera i Free!

**Content Marketing – marknadsföring via innehåll
– det är vad tidningen Free står för.**

I 40 år har tidningen delats ut gratis på över 300 ställen över hela Sverige.

Free kommer ut 6 gånger/år och innehåller förutom annonser intressanta artiklar inom andlighet, hälsa och personlig utveckling.

Free finns på Facebook och Instagram och kan även läsas gratis digitalt.



Som annonsör i Free når ni en stor grupp medvetna läsare med ett starkt intresse för personlig utveckling, komplementära behandlingsmetoder, andlighet, en holistisk världsbild, samt ekologiska och rena produkter.

ANNONSPRISER

Uppslag	420 x 270 mm	24.500:-
Helsida	210 x 270 mm	14.800:-
Halvsida liggande	200 x 122 mm	8.800:-
Halvsida stående	98 x 248 mm	8.800:-
1/4 liggande	200 x 59 mm	4.500:-
1/4 stående	98 x 122 mm	4.500:-
1/8	98 x 59 mm	1.750:-

Kombinera gärna annons i tidningen med banner på free.se



BEHANDLINGAR

Är du trött på dina gamla mönster och vill förändras?

Besök min hemsida för:

- Fri mini healing
- Fri konsultations-samtal
- Inspiration

www.heartpresence.net

Ljus & kärlek
WILLIAM LINDMARK HEART PRESENCE

BEHANDLINGAR SOM GER KRAFT OCH ENERGI

KROPPSBEHANDLINGAR
20-30 min från 475 kr

AROMATERAPI – REGNDROPPSSÄSSAGE
Massage med eteriska oljor från Young Living.

MASSAGE – HOLISTISK MASSAGE
Pågå, armar och nackmassage som ökar cirkulationen, för själslig, fysisk, emotionell och vitalitet.

TIBETANSK ANKASTMASSAGE – FACELIFTMASSAGE
Öppnande ansiktsmassage.

LIFE* THERAPY
Med Terapeutens färdiga fokus, skapa harmoniska handpans och tekniker hjälper LIFE*Therapy kroppen, nervsystemet och sinnet att skapa av och återställa balans i sin glädjeförmedling. Energiträsk i kroppens system aktiveras och samtidigt som den energi balanseras och stärks.

HOLISTISKA SAMTAL

HEALING – ENERGI/BEHANDLINGAR
CHARAKTERANALYSER – BALANSHEALING
BALANSKUPPNING – HÅRBALANSERING
Hårbalansering är en kroppsteknik som ökar efter att kroppen har blivit stressad och är i obalans för och stress.

Annelie Bostrom
Cert. LIFE*-Terapeut, Massör & Hålsinspirator
Sörbygatan 74, Gäddede
076 367 86 86 - info@universellbalans.se
www.universellbalans.se @bokodrekt.se

Webbutik!

Ekologisk Hudvård & Massage

I vår webshop hittar du ekologiska hudvård & Massage. Följ oss på Instagram för aktuella erbjudanden och inspiration. Utan dig ett köp i en butik. Beställ på Nilla Salong.

www.nillasalong.se

S KINA BERGMAN®

HBP HOLOGRAFISK BIO-PSYKOSYNTESE-terapeut och FREEBLOCKER® coach

Det här är vad allt handlar om:
FYSAP FREE YOUR SOUL AND PERSONALITY®
FREEBLOCKING® = färre hinder + större frihet

Registrera dig för din Refleksionsguide
"7 steg: Identifiera dina blockeringar och nyckeln till din högsta potential"

Du kommer att få 7 nyckelfrågor att arbeta med och som är skapade för att hjälpa dig identifiera de blockeringar som håller dig tillbaka. Blockeringar är det som – omedvetet – styr och begränsar oss i våra liv. De är hindren längs vägen. Det som gör att du upprepar samma saker, trots att det inte fungerar eller tjänar dig.

<https://kinabergman.com/se/refleksionsguide> @kinaskraftkalla.kinabergman

Kinas Kraftkalla - Riddargatan 28 - Östermalm - Stockholm - freeblockercoach@kinabergman.com - 070 493 5967

Everyone deserves to fly!

Kontakta mig!

Jag svarar på eventuella frågor om annonsering och tar förstås fram ett förmånligt paketpris om ni vill annonsera i flera nummer.

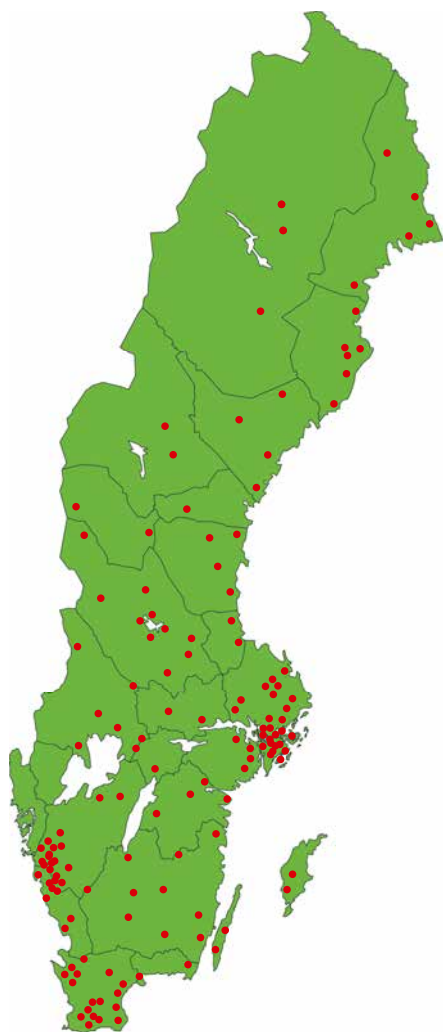
Marie Sjölander

Telefon: 070-629 71 89

E-post: marie@free.se



Så sprids Free



Free delas ut på mer än 300 platser i Sverige

och utkommer varannan månad. Den distribueras bland annat via hälsobutiker, hälsocenter, kursgårdar, terapeuter, bokhandlar och via intresserade konsumenter. Tidningen finns även på alternativmässor runt om i Sverige.

Free är en gratistidning som är annonsfinansierad och kommer ut 6 gånger/år. Free trycks på miljöcertifierat papper och ges ut av M Sjölander AB.



free.se

Frees webbplats där du kan annonsera med banner samt lägga in event i Kalendern utan kostnad. Här kan du även läsa tidigare nummer av Free.



Free på sociala medier

På Facebook och Instagram där vi har över 10 000 följare presenterar vi bland annat utlottningar eller andra erbjudanden från våra annonsörer!



Free nyhetsbrev

I vårt nyhetsbrev presenterar vi utlottningar från våra annonsörer och nyhetsnotiser. Här finns även möjlighet att annonsera.



eFree

Vår digitala tidning på nätet – bläddra i Free var du än befinner dig, klicka på en annons – på ett ögonblick är du där.

Nå ut smart – kontakta

Marie, 070-629 71 89 · marie@free.se

Teknisk information till annonsproducenten

Tekniska uppgifter

Rastertäthet: 150 linjer/tum

Upplösning: 300 dpi

Format: 210x270

Satsyta: 200x248 mm

Färg: 4+4 EUR

Tryckeri

V-TAB, Vimmerby.

ICC-profil: CoatedFOGRA39 (ISO 12647-2:2004)

Annonslämning

Annonsen lämnas digitalt via e-post.

Om filen är tung kan man skicka den via www.sprend.com.

Tryckfärdig annons

PDF el. PDF/x-format gjort i t ex InDesign, QuarkXpress, Illustrator eller Photoshop i högupplöst format (300 dpi).

Färg: CMYK enligt Europaskalan.

I andra hand vill vi ha

Högupplöst JPG, TIF, EPS eller annat bildformat (300 dpi).

Vi vill inte ha

Dokument från exempelvis Word, PowerPoint, PageMaker och Publisher. Det behandlas som annonsmanus och timdebiteras.

Bilder

Bilder ska vara högupplösta i 300 dpi. Bilder som ska tryckas i färg ska vara sparade som CMYK enligt Europaskalan.

Färger

Annonsen får enbart innehålla CMYK-färger enligt Europaskalan. Vi reserverar oss för att vissa färgskillnader kan uppstå vid tryck på grund av papperskvaliteten tidningen trycks på.

Annonssformat

Tidningens format 210 x 270 mm. Fyrfärg är genomgående i hela tidningen.

Angivna priser gäller vid tryckfärdigt annonsmaterial.

Uppslag		420 x 270 mm
Helsida		210 x 270 mm
Halvsida	liggande	200 x 122 mm
Halvsida	stående	98 x 248 mm
1/4	liggande	200 x 59 mm
1/4	stående	98 x 122 mm
1/8		98 x 59 mm

Vid annons med utfall (helsida + uppslag) tillkommer 3 mm åt vardera håll.

Tilläggskostnader

Vid ej levererat tryckfärdigt material.

Arbete så som t ex, sättning, montering, layout debiteras med 500 kr/timme.

Skickar du annons som inte följer ovanstående eller om det skickas som manus så måste vi layouta din annons. Detta timdebiteras!

När du lämnar ett manus som ska bearbetas av oss, ska det vara inlämnat i god tid, se informationen om utgivningen.

Med heloriginal menas ett material som är komplett och utan bearbetning kan lämnas vidare till tryck. När vi sätter annonsen efter ditt manus kostar det dig 500 kr/timme.

Annonserna placeras under bokad rubrik, dock kan undantag göras av placeringstekniska skäl.

Vid begärd placering tillkommer 10 % av annonspriset.

Repetition av annons

Om du har bokat flera nummer i rad och du vill repetera din annons i något nummer, ska detta meddelas till oss.

Om du vill ändra din stående annons:

- Har du skickat in annonsen som tryckfärdig pdf måste du skicka en ny sådan.
- Har vi gjort den åt dig kan vi göra mindre textändringar, såsom datum, utan kostnad för dig. Layout och mer omfattande textändringar timdebiteras.

Annonproduktion

Vill du ha hjälp att göra din annons kan du kontakta:

Åsa Östlund, Free

asa@free.se, annons@free.se

Tel: 070-287 15 50

Produktionskostnad 500 kr/tim.



Annonslämning

Åsa Östlund, Free

E-post: asa@free.se, annons@free.se

Telefon: 070-287 15 50