

MEDIA KIT 2021

„DOBRA MAMA”



PROFIL MAGAZYNU

“Dobra Mama” ukazuje się w cyklu dwumiesięcznym i jest kierowana do osób zainteresowanych tematyką parentingową: kobiet w ciąży oraz młodych rodziców. Magazyn jest redagowany przy współpracy ze sztabem specjalistów: ginekologów, położnych, doradców laktacyjnych, dietetyków, fizjoterapeutów, psychologów oraz fachowców z innych dziedzin związanych z parentingiem. Dzięki ich profesjonalizmowi “Dobra Mama” jest rzetelnym poradnikiem, który pomaga rodzicom świadomie towarzyszyć dziecku od momentu poczęcia do pierwszych lat życia.

Dystrybucja

Ogólnopolska: za pośrednictwem najważniejszych kolporterów: Kolporter, Ruch, Garmond, Pol Perfect w sieciach: Empik, Trafika, HDS, na stacjach paliw, online, serwisy internetowe:

www.dobra-mama.pl, www.dobre-produkty.pl, www.e-kiosk.pl, www.e-gazety.pl, www.nexto.pl, www.publio.pl, www.eprasa.pl.

Bezpośrednia, podczas największych targowych imprez branżowych: eventów parentingowych, warsztatów, którym patronujemy, w szkołach rodzenia, szpitalach, w gabinetach ginekologicznych.

Grupa docelowa

Kobiety w ciąży oraz planujące dziecko, rodzice małych dzieci.

Formy promocji

Inserty, dodatki, wystawki w salonach prasowych, na stacjach benzynowych.

Nakład 30 000 egzemplarzy

Nakład rozpowszechniany płatny, czyli suma sprzedaży egzemplarzowej wydań drukowanych, sprzedaży egzemplarzowej e-wydań, prenumeraty wydań drukowanych i prenumeraty e-wydań oraz innych płatnych form rozpowszechniania wydań drukowanych i innej płatnej dystrybucji e-wydań.

Sprzedaż ogółem, czyli suma sprzedaży egzemplarzowej wydań drukowanych, sprzedaży egzemplarzowej e-wydań oraz wszystkich form prenumeraty wydań drukowanych i prenumeraty e-wydań.

„DOBRA MAMA” W LICZBACH

30 tys.

nakład

62

wydane edycje

10

lat na rynku

6

wydań w roku

79,7 tys.+

fanów na Facebooku

293 tys.+

odślon serwisu www.dobra-mama.pl

dobrze **MAMA**

NR 1/63/2021

Ciąża i poród: pierwsze objawy, po których rozpoznasz ciążę, badania prenatalne, dzień z życia przyszłej mamy

Strefa mamy: cud natury – co eksperci wiedzą o mleku, nowoczesna mama – co to znaczy?, powrót do formy z wózkiem biegowym

Strefa dziecka: noworodek w domu, roczniak poznaje świat, zapytaj specjalistę stomatologa

Strefa taty: jak przygotować się do ojcostwa, tata zostaje w domu, zadanie dla taty, wybieramy wózek na wiosnę

Sprawdzone przez mamy: wygodna laktacja, gadżety zorganizowanej mamy, mama na zakupach

Niezbędnik: nowości modowe dla dzieci, bajkowe łóżeczka dla dzieci, wszystko do kąpiel

Moda i uroda: nowości pielęgnacyjne dla kobiet w ciąży, mama idzie do ślubu

dobrze **MAMA**

NR 2/64/2021

Ciąża i poród: żelazo w ciąży, jak dbać o siebie w ciąży, przygotowanie na przyjście dziecka

Strefa mamy: jaką bieliznę wybrać na czas karmienia?, mama eco, zaburzenia postawy u dzieci

Strefa dziecka: jedzenie w słoiczkach, patent na odparzenia, fakty i mity na temat pielęgnacji

Strefa taty: czy warto inwestować w wózek 3 w 1, tata na urlopie

Sprawdzone przez mamy: poczytaj mi, mamoo, mama na zakupach, wyprawka dla malucha

Niezbędnik: pluszowy przyjaciel malucha, najlepsze foteliki do karmienia, na święta wielkanocne

Moda i uroda: mama lubi podróże, powrót do formy na wiosnę

dobrze **MAMA**

NR 3/65/2021

Ciąża i poród: poród naturalny kontra CC, czuły dotyk – skóra do skóry, wyspij się z brzuszkiem

Strefa mamy: zapytaj lekarza – specjaliści radzą, drugie mleko, niania czy żłobek

Strefa dziecka: pokój jak z bajki Disneya, pierwsze buty, czas na butelkę

Strefa taty: instynkt ojcowski, kupujemy nianię elektroniczną, jak przygotować się do ojcostwa

Sprawdzone przez mamy: zabierz na wakacje, zabawki do ogrodu, kosmetyki na wakacje

Niezbędnik: higiena intymna w trakcie upałów, wakacje z maluchem

Moda i uroda: kostiumy kąpielowe dla mam, wakacyjny urlop – kosmetyczka mamy

dobrze **MAMA**

NR 4/66/2021

Ciąża i poród: emocje położnej związane z porodem, toksoplazmoza w ciąży, przeziębienia w ciąży

Strefa mamy: słabe włosy po ciąży, kosmetyki do kąpiel, rzeczywistość po porodzie

Strefa dziecka: wcześniaki – powikłania i następstwa, sen niemowlaka, badania słuchu u dziecka

Strefa taty: zabawy z tatą, bezpieczny dom, bezpieczna podróż, między nami ojcami

Sprawdzone przez mamy: dieta karmiącej mamy, mama na zakupach, pościel dziecięca

Niezbędnik: najlepsze gryzaki, wyprawka do żłobka, jestem duży – idę do przedszkola

Moda i uroda: ćwiczenia po porodzie, okrycie na jesień

dobrze **MAMA**

NR 5/67/2021

Ciąża i poród: bezpieczne preparaty dla mam, rana po CC, zapobieganie rozstępom

Strefa mamy: zdrowa mama, kiedy do lekarza z maluchem, brak pokarmu

Strefa dziecka: przeziębienia, skóra wrażliwa, rozpoznaj rotawirusy

Strefa taty: rola ojca w życiu dziecka, aranżacja pokoiku

Mama poleca mamie: mebelki do dziecięcego pokoju, DM na zakupach, skóra z problemami

Must have: do kołyski, pomysłowe zabawki, delikatne tkaniny

Moda i uroda: moda na jesienne chłody, kosmetyczka dla zapobiegliwych

dobrze **MAMA**

NR 6/68/2021

Ciąża i poród: suplementy diety a ciąża, mama u kosmetyczki, przygotuj się do porodu

Strefa mamy: pielęgnacja biustu, kąpiel malucha, wyprawka dla dziecka, bolesność piersi

Strefa dziecka: infekcje pod kontrolą, dieta na odporność, dlaczego maluch płacze?

Strefa taty: kąć do zabawy wg taty, urlop tacierzyński

Mama poleca mamie: materac do łóżeczka, kosmetyki do higieny intymnej, DM na zakupach

Must have: bezpieczne tekstylia, prezenty pod choinkę, akcesoria w pastelowych barwach

Moda i uroda: zimowe inspiracje, dbaj o skórę w zimie, powrót do formy po porodzie

TERMINARZ EDYCJI

	Numer wydania	Materiały do	Emisja
DOBRA MAMA	NR 1/63/2021	29.01.2021	luty-marzec
DOBRA MAMA	NR 2/64/2021	12.03.2021	marzec – kwiecień
DOBRA MAMA	NR 3/65/2021	5.05.2021	maj – czerwiec
DOBRA MAMA	NR 4/66/2021	7.07.2021	lipiec – sierpień
DOBRA MAMA	NR 5/67/2021	9.09.2021	wrzesień – październik
DOBRA MAMA	NR 6/68/2021	4.11.2021	listopad – grudzień

CENNIK REKLAM

Reklama gotowa

	Cena	Format
II okładka	10 000 zł	210 x 280 mm
III okładka	9000 zł	210 x 280 mm
IV okładka	12 000 zł	210 x 280 mm
2/1 rozkładówka	14 500 zł	420 x 280 mm
1 strona prawa	7500 zł	210 x 280 mm
1/2 strony (pion/poziom)	3100 zł (pion), 4700 (poziom)	105 x 280 mm (pion) 210 x 140 mm (poziom)
1/3 strony (pion/poziom)	2000 zł	70 x 280 mm (pion), 210 x 90 mm (poziom)
1/4 strony (pion/poziom)	1700 zł	100 x 135 mm (pion), 210 x 68 mm (poziom)

Artykuł sponsorowany

	Cena	Format
2/1 rozkładówka	14 000 zł	420 x 280 mm
1 strona prawa	6500 zł	210 x 280 mm

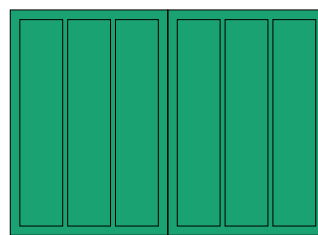
Pozostałe formy reklamowe

	Cena	Format
prezentacja produktu	700 zł	zdjęcie + tekst do 300 znaków
wizytówka firmy	1000 zł	82 x 63 mm
wyspa reklamowa	2000 zł	80 x 80 mm
prezentacja sklepu internetowego	1900 zł	1 strona

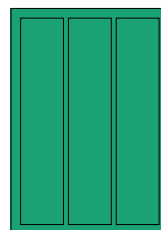
SPECYFIKACJA TECHNICZNA

- tryb kolorów: CMYK
- rozdzielczość bitmap: 300 dpi
(w formacie JPG, TIFF, PSD)
- spady: 5 mm
- minimalna odległość obiektów
od krawędzi strony: 3 mm
- pliki wektorowe: EPS, PDF
- zamiana wszystkich tekstów na krzywe

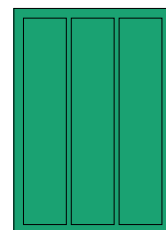
FORMATY REKLAM



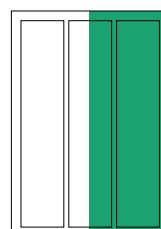
Rozkładówka 420 x 280 mm



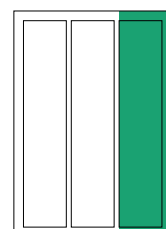
Cała strona
210 mm x 280 mm



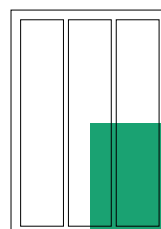
Art. sponsorowany
210 mm x 280 mm



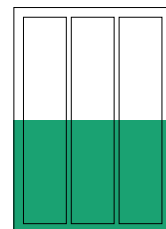
1/2 strony – pion
105 mm x 280 mm



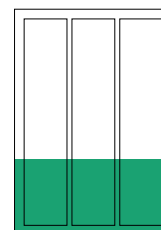
1/3 strony – pion
70 mm x 280 mm



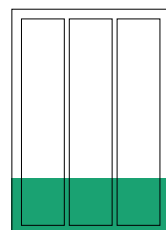
1/4 strony – pion
105 mm x 140 mm



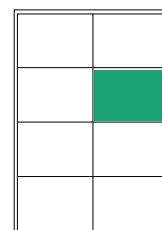
1/2 strony – poziom
210 mm x 140 mm



1/3 strony – poziom
210 mm x 90 mm



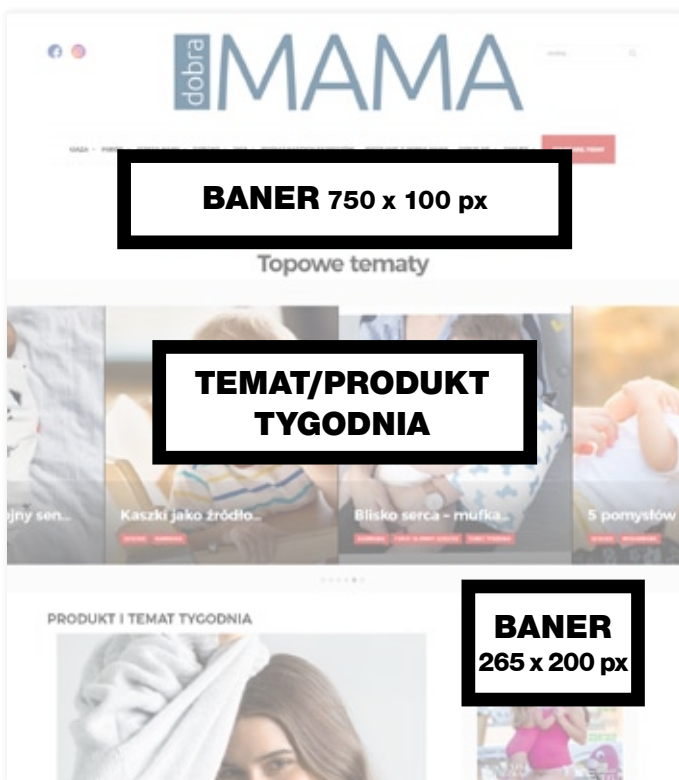
1/4 strony – poziom
210 mm x 68 mm



Wizytówka
82 mm x 63 mm

FORMY REKLAMOWE NA WWW I FACEBOOKU

BANER 1140 x 300 px

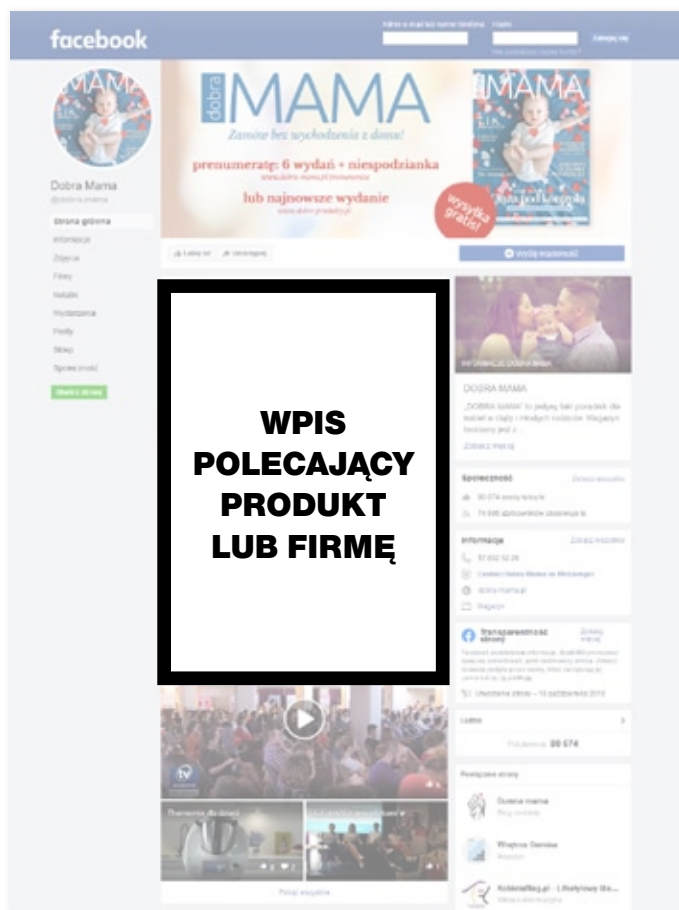


BANER 750 x 100 px

TEMAT/PRODUKT TYGODNIA

BANER 265 x 200 px

www.dobra-mama.pl



WPIS POLECAJĄCY PRODUKT LUB FIRME

www.facebook.com/dobra.mama



79 700 +
Polubień na Facebooku



1 430 000
Średni miesięczny zasięg postów na Facebooku

CENNIK REKLAM NA WWW I FACEBOOKU

TEMAT TYGODNIA – na stronie głównej wyróżniony przez tydzień, polecamy go na Facebooku	400 zł/tydz.
PRODUKT TYGODNIA – prezentacja produktu z przelinkowaniem na stronę klienta	450 zł/tydz.
PREZENTACJA FIRMY: logo + adres + produkty	1500 zł/12 mies.
ROTUJĄCY BANER MAŁY 265 x 200 px (waga max 80 kB) – na stronie głównej	300 zł/mies.
ROTUJĄCY BANER DUŻY 750 x 100 px (waga max 80 kB) – na stronie głównej	400 zł/mies.
ROTUJĄCY BANER DUŻY 1140 x 300 px (waga max 80 kB) – na stronie głównej	750 zł/mies.
POP-UP	450 zł/mies.
POLECAMY – możliwość interakcji na fanpage'u Dobra Mama	ustalenia indywid.
PUBLIKACJA INFORMACJI PRASOWYCH – na stronie www.dobra-mama.pl i polecenie wpisów na Facebooku	ustalenia indywid.

Znajdziesz nas w salonach prasowych oraz:



MEDIA KIT 2021

„ABC DOBREJ MAMY”



PROFIL MAGAZYNU

„ABC Dobrej Mamy” to zbiór najważniejszych informacji z zakresu ciąży, porodu i wczesnego macierzyństwa podanych w pigułce. Niezbędna wiedza potrzebna każdej kobiecie oczekującej na poród zawarta w bezpłatnym miniporadniku przyda się także przyszłym ojcom przygotowującym się na powrót mamy i dziecka ze szpitala. Poradnik jest rekomendowany przez szkoły rodzenia i położne w całej Polsce.

Dystrybucja

Bezpłatna publikacja dystrybuowana: w szkołach rodzenia, wśród położnych i ginekologów, w szpitalach na oddziałach położniczych, podczas targów, warsztatów dla kobiet w ciąży i młodych rodziców.

Grupa docelowa

Kobiety w ciąży oraz planujące dziecko.

Formy promocji

Wystawki w szkołach rodzenia i na eventach parentingowych, m.in. Spotkanie z DOBRĄ MAMĄ, DOBRA MAMA DAYS, Bezpieczny Małuch, Świadoma Mama, targi Kids Time, Mother & Baby,

„ABC DOBREJ MAMY” W LICZBACH

10 tys.

Nakład

27

wydanych edycji

7

lat na rynku

4

wydania w roku

79,7 tys.+

fanów na Facebooku

293 tys.+

odstón serwisu www.dobra-mama.pl

ZAWARTOŚĆ „ABC DOBREJ MAMY” NA 2021



Niezbędnik – wybór przydatnych gadżetów dla dziecka i mamy w trakcie ciąży i po niej

Moda i uroda – ciążowe nowości modowe, najnowsze trendy, inspiracje, kosmetyki, które poprawią wygląd i samopoczucie mamy

Ciąża i poród – kompendium wiedzy o ciąży, przygotowanie, jej przebieg, dolegliwości, przygotowanie do porodu

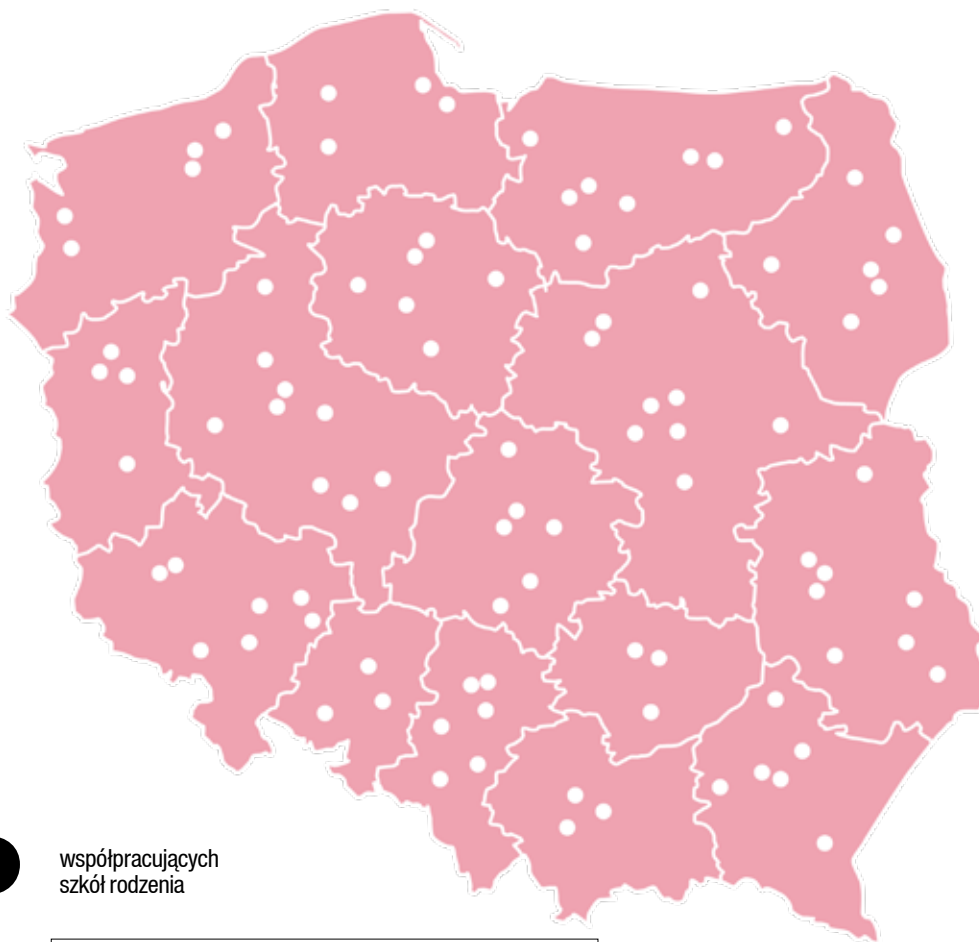
Sprawdzone przez mamy – wszystko, co powinno być warte uwagi mam i rodziców, produkty szczególnie przydatne

Strefa mamy – poród naturalny lub przez CC, półóg, rozwój dziecka w pierwszych miesiącach, karmienie, wpływ ciąży na zdrowie i psychikę

Strefa dziecka – pielęgnacja, żywienie, sen, zdrowie, rozwój, podróże, pokój malucha

Mama na zakupach – szczególnie polecane produkty dla mam i dzieci

DYSTRYBUCJA, SZKOŁY RODZENIA, EVENTY, TARGI



300

współpracujących
szkół rodzenia

więcej na:

www.abcdobrej mamy.pl/szkola-rodz

PATRONUJEMY

“ABC Dobrej Mamy” jest dystrybuowane podczas najpopularniejszych targów i eventów parentingowych w kraju oraz podczas wydarzeń organizowanych przez redakcję magazynu: warsztatów Spotkania z DOBRĄ MAMĄ i największych na Podkarpaciu targów DOBRA MAMA Days.



DOBRA MAMA DAYS



SPOTKANIA Z DOBRĄ MAMĄ



BEZPIECZNY MALUCH



POŁOŻNA NA MEDAL



EKOCUDA



ŚWIADOMA MAMA



KIDS TIME

więcej na:

www.dobra-mama.pl/category/dobra-mama-patronuje

TERMINARZ EDYCJI

	Numer wydania	Materiały do	Emisja
ABC DOBREJ MAMY	NR 1/27/2021	18.12.2020	grudzień – luty
ABC DOBREJ MAMY	NR 2/28/2021	12.03.2021	marzec – czerwiec
ABC DOBREJ MAMY	NR 3/29/2021	24.06.2021	lipiec – wrzesień
ABC DOBREJ MAMY	NR 4/30/2021	25.09.2021	październik – grudzień
ABC DOBREJ MAMY	NR 5/31/2022	20.12.2021	styczeń – marzec

CENNIK REKLAM

Reklama gotowa

	Cena	Format
II okładka	3500 zł	200 x 270 mm
III okładka	3000 zł	200 x 270 mm
IV okładka	4900 zł	200 x 270 mm
1 strona prawa	2800 zł	200 x 270 mm
2/1 rozkładówka	5000 zł	400 x 270 mm
1/2 strony (pion/poziom)	2000 zł	100 x 270 mm (pion) 200 x 135 mm (poziom)
1/4 strony (pion/poziom)	1200 zł	100 x 135 mm (pion) 200 x 68 mm (poziom)

Moduł

	Cena	Format
1 moduł	600 zł	100 x 70 mm

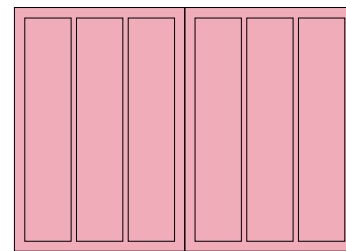
Pozostałe formy reklamowe

	Cena	Format
prezentacja produktu	900 zł	zdjęcie + tekst do 300 znaków
wyspa reklamowa	3000 zł	80 x 80 mm
prezentacja sklepu internetowego	4000 zł	1 strona
wizytówka firmy	1300 zł	100 x 66 mm

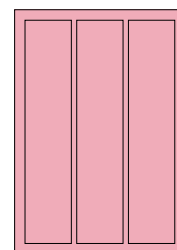
SPECYFIKACJA TECHNICZNA

- tryb kolorów: CMYK
- rozdzielczość bitmap: 300 dpi
(w formacie JPG, TIFF, PSD)
- spady: 5 mm
- minimalna odległość obiektów
od krawędzi strony: 3 mm
- pliki wektorowe: EPS, PDF
- zamiana wszystkich tekstów na krzywe

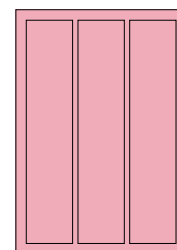
FORMATY REKLAM



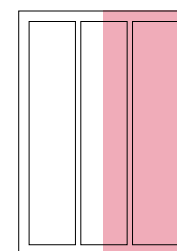
Rozkładówka 400 x 270 mm



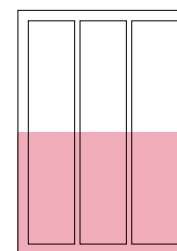
Cała strona
200 mm x 270 mm



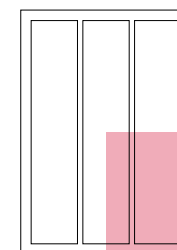
Art. sponsorowany
200 mm x 270 mm



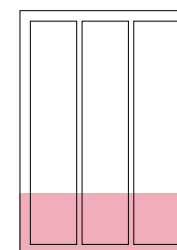
1/2 strony – pion
100 mm x 270 mm



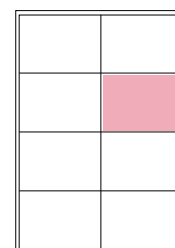
1/2 strony – poziom
200 mm x 135 mm



1/4 strony – pion
100 mm x 135 mm



1/4 strony – poziom
200 mm x 68 mm



wizytówka firmy
100 mm x 66 mm

WYDAWNICTWO DOBRY DOM

35-302 Rzeszów, ul. Litewska 10
e-mail: wydawnictwo@grupadobrydom.pl
www.grupadobrydom.pl

BIURO REKLAMY

reklama@grupadobrydom.pl
tel. 669 446 464

