



## ELÄMÄNMAKUINEN ROHKAISIIJA

Viva on suomalaisen jo monia asioita kokeneen lukijansa asialla ja tohtii puhua vaikeistakin asioista suoraan, mutta lämminhenkisesti. Viva kannustaa sekä nais- että mieslukijoitaan nauttimaan elämästä ja uudesta vapaudesta sekä opastaa entistä eettisempien elämäntapojen ääreen. Viva arvostaa lukijaansa, joka on aktiivinen toimija ja pystyy panostamaan monella tavoin – myös rahallisesti – elämänlaatuunsa. Lukija harrastaa matkailua ja kulttuuria, lukee paljon, hoitaa terveyttään monipuolisesti, vaalii ihmissuhteitaan ja huolehtii läheisistään.

### TEKNISET TIEDOT

#### TIEDUSTELUT JA VARAUKSET

yrittyspalvelu@otavamedia.fi  
puh. 050 346 1574

#### AINEISTOT

Varauksen yhteydessä mainostajalle / aineiston toimittajalle lähtee sähköposti sisältäen linkin aineiston toimitusta varten.

#### LIITTEIDEN TOIMITUS

Annika Siimula, p. +372 50 555 10,  
Kroonpress AS, Tähe 133, Tartu 51013, Estonia

#### ILMESTYMINEN

12 nroa vuodessa

#### LEHDEN KOKO

230 x 297

#### PAINOMENETELMÄ

Offset

#### SIDONTA

Stiftaus

#### LUKIJAMÄÄRÄ

82 000

### HINNAT

KOKO	HINTA €
2/1	8 030
1/1	4 460
1/2	3 030
1/4	2 230
2. KANSI	4 910
3. KANSI	4 910
TAKAKANSI	4 910

### AIKATAULUT JA TEEMAT 2021

NRO	ILM.PÄIVÄ	VARAUS	AINEISTO	ERIKOISAIHE
1	7.1.	11.12.	15.12.	Nuukailuvinkkejä arkeen. Tunnista ja hoida kohdunlaskeuma. Keinot kodin valaistuksen parantamiseen.
2	4.2.	14.1.	19.1.	Kuivan ihon hoitokeinot. Kenen kannattaisi ottaa terveysvakuutus? Älä eksy nettiliittymäviidakossa!
3	4.3.	11.2.	16.2.	Vahvista keuhkoja ja paranna hengitystä. Vinkejä uuden auton valintaan. Löydä näkemisen uudet apuvälineet.
4	31.3.	10.3.	15.3.	Ilo irti hiuksista! Apua kutisevalle päänahalle. Puutarhurien keväiset ilonaiheet. Pelasta vanhat videot ja valokuvat.
5	29.4.	8.4.	13.4.	Sääri punaisena: ruusu vai ihottuma? Millaista apua kotiin voi ostaa? Taas pinnalla: nostalgiset tietokonepelit
6	3.6.	12.5.	18.5.	Rakkaus. Miten laatia avoparin testamentti? Miten TV:stä saisi enemmän hyötyä?
7	1.7.	10.6.	15.6.	Helteen näppärät taltutuskeinot. Mistä seniorille neuvoja omakotitalon remonttiin?
8	5.8.	15.7.	20.7.	Silmien parhaaksi: hoida kuivuutta ja kutinaa. Miten toimia, kun ero on ainoa vaihtoehto. Uskallanko ostaa käytetyn tietokoneen?
9	2.9.	12.8.	17.8.	Rauhoita oireileva vatsa. Talveksi etelään - mistä koti? Miten pyykki kuivaksi kätevästi?
10	30.9.	9.9.	14.9.	Miten pääsee eroon peliriippuvuudesta? Näin käytät uusia maksutapoja.
11	4.11.	14.10.	19.10.	Mikä auttaa, kun eturauhanen kiukuttelee? Vaihtoehtoja omistusasumiselle.
12	2.12.	11.11.	16.11.	Näin uupumuksen voi voittaa.

Päivitetty tälle sivulle:

4.3.2021 numeroiden 4 ja 5 teemat päivitetty; 19.11.2020 korjattu lehden koko