



# MEDIA KIT 2024

hollyfar

MARCAS E COMUNICAÇÃO

a PHOENIX company







## A REVISTA DOS PROFISSIONAIS DE NUTRIÇÃO

A VIVER SAUDÁVEL é o **único meio de comunicação exclusivamente dirigido aos Nutricionistas portugueses**, assegurando a cobertura de mais de 90% do total destes profissionais.



Com uma **tiragem de 4.500 exemplares e periodicidade bimestral**, a revista é o espaço de relação privilegiado dos Nutricionistas, contando com a colaboração dos seus principais KOL e acompanhando **todos os temas relativos à profissão e à sua prática**.



A revista está **presente nos principais eventos do setor, assim como nas reuniões dos estudantes de Ciências da Nutrição**. Para isso, contamos com tiragens extra, distribuídas aos participantes destas iniciativas.



VIVER SAUDÁVEL é o **meio ideal para as marcas** comunicarem diretamente com uma classe de profissionais que ganha cada vez maior relevo no ecossistema da saúde dos cidadãos.

**85%**  
Profissionais  
de Nutrição



**8%**  
Indústria



**3,5%**  
Serviços  
de Nutrição  
(Públicos e Privados)

**3%**  
Instituições  
e Assinaturas

**0,5%**

Entidades  
Oficiais



# ESPAÇOS PUBLICITÁRIOS

FORMATO FECHADO  
CAPA A ABRIR



PÁGINA DUPLA NA CAPA



SOBRE CAPA



MEIA BADANA NA CAPA



CONTRA-CAPA



VERSO DE CAPA



PÁGINA DUPLA OU VERSO  
DE CAPA + PÁGINA 3



PÁGINA ÍMPAR  
PUBLIREPORTAGEM



MEIA PÁGINA ALTO



MEIA PÁGINA BAIXO



MEIA PÁGINA DUPLA





## TABELA DE PUBLICIDADE 2024

ESPAÇO (Page Units)	Preço (Price)	Dimensões (Format)
Página Dupla na Capa (Cover Double Page)	4.285€	414 x 290 mm
Sobre Capa (On Cover)	4.285€	204 x 290 mm
Meia Badana na Capa (Half Flap on Cover)	2.680€	105 x 290 mm
Contra Capa (Back Cover)	2.265€	210 x 290 mm
Verso de Capa (Inside Front Cover)	2.265€	210 x 290 mm
Verso de Capa + Página 3 (Inside Front cover + 3 Pages)	3.600€	420 x 290 mm
Página ímpar (Right Hand Page)	1.495€	210 x 290 mm
Página Dupla (Double Page)	2.370€	420 x 290 mm
Meia Página ao Baixo (Half Page Across)	1.030€	210 x 142 mm
Meia Página ao Alto (Half Page Upright)	1.030€	102 x 290 mm
Meia Página Dupla (Double Half Page)	1.775€	420 x 142 mm
Publireportagem – 1 Página (Advertorials – 1 Page)	1.880€	210 x 290 mm
Caderno de Nutrição	2.575€	148 x 210 mm

ESPAÇO (Page Units)	Preço (Price)
1 Folha (1 Sheet)	1.700€
2 Folhas – Díptico (2 Sheets)	2.780€
4 Folhas – Díptico de 4 Folhas (4 Sheets)	4.945€

*A todos os valores acresce o IVA à taxa em vigor.*

### Informações Técnicas:

**Periodicidade:** Bimestral

**Formato:** 210x290 mm

**Mancha:** 180x225 mm

**Tiragem:** 4.500 Exemplares

**Processo de Impressão:** Offset (175 linhas)

**Materiais requeridos:** formato Ti, Eps ou Pdf em alta resolução, com provas de cor. Os materiais entregues pelo anunciante ou pelo seu mandatário, devem ser publicados na sua íntegra, coibindo-se o editor de qualquer modificação sem o acordo prévio do cliente. **Reserva:** deverá ser adjudicada pela respetiva ordem de publicidade, carta ou e-mail. A aceitação pelo editor de uma inserção só confere ao anunciante o direito de ocupar o espaço que está reservado. **Modificações – Anulações:** Nenhuma destas efetuada pelo cliente ou pelo seu mandatário, pode ser aceite por telefone. O prazo de anulação da ordem é de 30 dias antes da publicação. **Entrega:** Todos os materiais são da responsabilidade do cliente, devendo ser entregues até à segunda semana do mês anterior ao mês de capa. **Condições de pagamento:** O pagamento da publicidade deve ser feita até 30 dias após a data de saída da revista. A falta de pagamento nos prazos acordados implica a anulação dos descontos financeiros e de quantidade atribuídos, podendo ainda ser exigida uma taxa supletiva de juros moratórios nos termos da lei. **Situações Especiais:** Cores adicionais, badanas, reprints e colagens estão sujeitos a estudo técnico e orçamentação prévia.



## RECEITA SAUDÁVEL

Inserido como encarte na **VIVER SAUDÁVEL**, descreve os modos de preparação de receitas, informações sobre os ingredientes, benefícios, e respetivo valor nutricional, servindo de instrumento de guia e aconselhamento para que estes profissionais transmitam/partilhem as receitas com o seu público.

Esta ferramenta é igualmente um espaço único para a promoção das marcas. **O verso de cada RECEITA SAUDÁVEL (Formato monofolha A4) é destinado a um anúncio, preferencialmente de uma marca que corresponda a um ou mais Ingredientes.**

**Valor de Tabela:**  
1.900 Euros (+IVA)



## CADERNO DE NUTRIÇÃO

Inserido como encarte (díptico) na **VIVER SAUDÁVEL**, esta ferramenta de **formação Inclui 3 páginas de conteúdo e 1 página de anúncio**, devendo abordar um tema no âmbito das Ciências da Nutrição.

**O conteúdo, desenvolvido pelo patrocinador, deve ser unbranded e assinado por um profissional de saúde (Nutricionista, Médico, Farmacêutico, entre outros), sendo sujeito a revisão pelo Conselho Editorial da revista VIVER SAUDÁVEL.**

**Valor de Tabela:**  
2.575 Euros (+IVA)



# ONLINE





# PORTAL VIVER SAUDÁVEL



**102 584**

Sessões em 2023



**77 382**

Visitantes em 2023



**214 784**

Page Views em 2023





# PORTAL VIVER SAUDÁVEL ESPAÇOS PUBLICITÁRIOS

**BANNER FLASH SCREEN  
NA HOMEPAGE**



**BANNER SUPERIOR  
NA HOMEPAGE**



**BANNER LATERAL SUPERIOR NA HOMEPAGE E  
TODAS  
AS PÁGINAS DE CONTEÚDO DO PORTAL (EXCLUSIVO)**



**BANNER DE TOPO EM TODAS  
AS PÁGINAS DO PORTAL**



**BANNER LATERAL  
INFERIOR NA HOMEPAGE**



**BANNER INFERIOR  
NA HOMEPAGE**



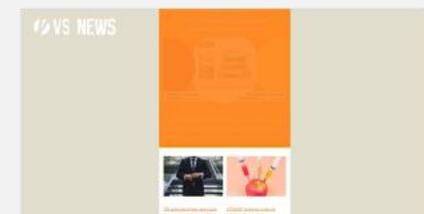
**BANNER FOOTER  
NA HOMEPAGE**



**CONTEÚDO PATROCINADO (Publreportagem  
com destaque na homepage durante 1 semana)**



**ADD-ON CONTEÚDO PATROCINADO  
NA E-NEWSLETTER FARMANEWS**





## PORTAL VIVER SAUDÁVEL TABELA 2024

ESPAÇO (Page Units)	Preço (Price)	Dimensões (Format)
Banner Flash Screen na Homepage	620€	1600 x 1200 mm
Banner Superior na Homepage	260€	1200 x 150 mm
Banner Lateral Superior na Homepage e em todas as páginas de Conteúdo - exclusivo	775€	300 x 600 mm
Banner de Topo em todas as páginas do Portal	360€	300 x 250 mm
Banner Lateral Inferior na Homepage	310€	300 x 600 mm
Banner Inferior na Homepage	155€	1200 x 150 mm
Banner Footer na Homepage	105€	300 x 250 mm
Conteúdo Patrocinado (Publireportagem com destaque na Homepage durante 1 semana)	720€	Texto, Imagens, Links, Vídeos, etc.
Add-On Conteúdo Patrocinado na E-Newsletter VS News	310€	Texto, Imagem e link para o Conteúdo Patrocinado no Portal

A todos os valores acresce o IVA à taxa em vigor.  
Ficheiros gif animado, gif ou jpeg, com menos de 1Mb.



## VS NEWS

### ESPAÇOS PUBLICITÁRIOS

 Cerca de **2.202 envios semanais**

 **Dimensões:** 1.200x150 pixels

→ **Banner Superior**  
**260€** 1 mês/4 envios

→ **Banner Intermédio**  
**210€** 1 mês/4 envios

A todos os valores acresce o IVA à taxa em vigor.  
Ficheiros gif animado, gif ou jpeg, com no máximo 50Kb.





## E-MAIL MARKETING



Envio de uma vaga de e-mail marketing para a base de nutricionistas – **1.420 envios.**

**Valor Tabela:** 2.550 Euros (+IVA)





**PRÉMIOS VIVER**  
**SAUDÁVEL**



## PRÉMIOS VIVER SAUDÁVEL

Os PRÉMIOS VIVER SAUDÁVEL são organizados pela Revista VIVER SAUDÁVEL e aconteceram pela primeira vez em 2021.

**Trata-se de uma iniciativa anual que visa distinguir a excelência e premiar o que melhor se faz na Nutrição em Portugal e as pessoas que, pelo seu trabalho em prol da melhoria da Saúde dos portugueses, nas mais diversas áreas, elevam as Ciências da Nutrição.**

Neste momento, os PRÉMIOS VIVER SAUDÁVEL compreendem 4 categorias:

- Nutricionista do Ano
- Projeto do Ano – Alimentação Coletiva e Restauração
- Projeto do Ano – Nutrição Clínica
- Projeto do Ano – Nutrição Comunitária e Saúde Pública
- Projeto do Ano – Investigação

Consulte-nos para saber mais sobre as **condições de Patrocínio**.

INICIATIVA  
**ANUAL**

ÚLTIMA EDIÇÃO  
**2023**

**5**  
Categorias

