

# MEDIAKAART 2026

ENERGIEK EN FIT DOOR OERGEZOND ETEN

# Paleo

LIFESTYLE MAGAZINE

Ingrediënten afgestemd op het seizoen  
Recepten voor dagelijkse en speciale eetmomenten

Interviews met ervaringsdeskundigen

— GLUTEN- & LACTOSEVRIJ —

# MEDIAKAART 2026

## PALEO LIFESTYLE MAGAZINE



### UITGEVER

Vipmedia Publishing & Services  
Postbus 7272, 4800 GG Breda  
Telefoon: +31 (0)76 530 17 17

### ADVERTENTIE-EXPLOITATIE

Peter Kroes  
Mobiel: + 31 6 12 18 48 93  
Email: peter@vipmedia.nl

### HOOFDREDACTEUR

Inge van der Helm  
Pinksterbloem 30  
2631 SB Nootdorp  
Email: inge.van.der.helm@vipmedia.nl

### RECEPTEN & FOTOGRAFIE

Robbin de Bont  
Email: info@add-pepper.nl

### VERSCHIJNINGSDATUM

Best of Paleo 4-2025: 9/12/25  
Best of Paleo 1-2026: 8/12/26

### RESERVERINGSTERMIJN

5 weken voor verschijning

### DEADLINE AANLEVEREN

4 weken voor verschijning

### LEESBEREIK

32.000 lezers

### PRIJS

€ 9,95

### UITVOERING

100 pagina's, Gelumbacked  
Omslag 190 grams houtvrij offset

### ADVERTENTIEFORMATEN

**1/1 pagina:**  
aflopend 230 x 300 mm + rondom 3 mm extra afloop  
zetspiegel 220 x 290 mm

**1/2 pagina:**  
zetspiegel liggend 220 x 140 mm  
zetspiegel staand 105 x 290 mm

**1/4 pagina:**  
zetspiegel 105 x 140 mm

### TARIEVEN

1/1 pagina full colour: € 1300,-  
1/2 pagina full colour: € 695,-  
1/4 pagina full colour: € 395,-

Neem voor alle advertentiemogelijkheden contact op met de advertentie-exploitatie. We denken graag met u mee.

### REPRODUCTIEMATERIAAL

Certified PDF + kleurproef

### DOELGROEP

De lezers van Paleo zijn hoofdzakelijk vrouwen (85%) van 30 tot 65 jaar oud. Ze zijn hoger opgeleid en verdienen boven modaal. Ze zijn bovenmatig geïnteresseerd in voeding, een gezonde leefstijl, duurzaamheid en natuur.

### BLADFORMULE

Paleo Lifestyle magazine is een inspirerend tijdschrift over de oergezonde en populaire levenswijze van Paleo. Het staat vol met tips en nieuwtjes over voeding, beauty en mindset, verhalen van (ervarings)deskundigen, de basics van Paleo en natuurlijk heel veel recepten. Het magazine verschijnt 4x per jaar met een grote verscheidenheid aan gerechten afgestemd op het seizoen.