

# PFLEGEKAMMER

DAS MAGAZIN DER LANDESPFLEGEKAMMER RHEINLAND-PFALZ

schlütersche

## Mediadaten 2022

Profil | 2

Zielgruppe | 3

Themen | 4

Termine | 4

Preise | 5

Druckunterlagen | 6

Content Marketing | 7

Macher | 8



# DAS PROFIL



BESTENS INFORMIERT AUF ALLEN KANÄLEN

## PAPIER & DIGITAL

„Kompakt“ und in einer „Jahresausgabe“ erhalten alle Mitglieder branchenaktuelle Pflegenews und Pflegefachartikel.

## IHRE VORTEILE

Ihre Werbung erscheint immer in der digitalen und in der gedruckten Variante. Und das ohne zusätzliche Kosten!

## Jahresausgabe

Einmal pro Jahr erhält jedes Mitglied eine Jahresausgabe des Kammermagazins, in der die Kammer aufzeigt und darlegt, was im abgelaufenen Jahr für die Mitglieder im Detail und für die Pflege als Berufsstand geschehen ist. Darin enthalten sind auch wichtige Unterlagen zur Mitgliedschaft.



## Digital

Die digitale Ausgabe des Kammermagazins ist über Handy, Tablet und Computer lesbar und wird fünfmal im Jahr produziert.

## Kompakt

Im handlichen A5-Format bekommen die Mitglieder viermal pro Jahr die wichtigsten Stellungnahmen, Positionspapiere und Kommentare zu aktuellen, pflegerelevanten Themen nach Hause geliefert.

# DIE ZIELGRUPPE

## MITGLIEDER.

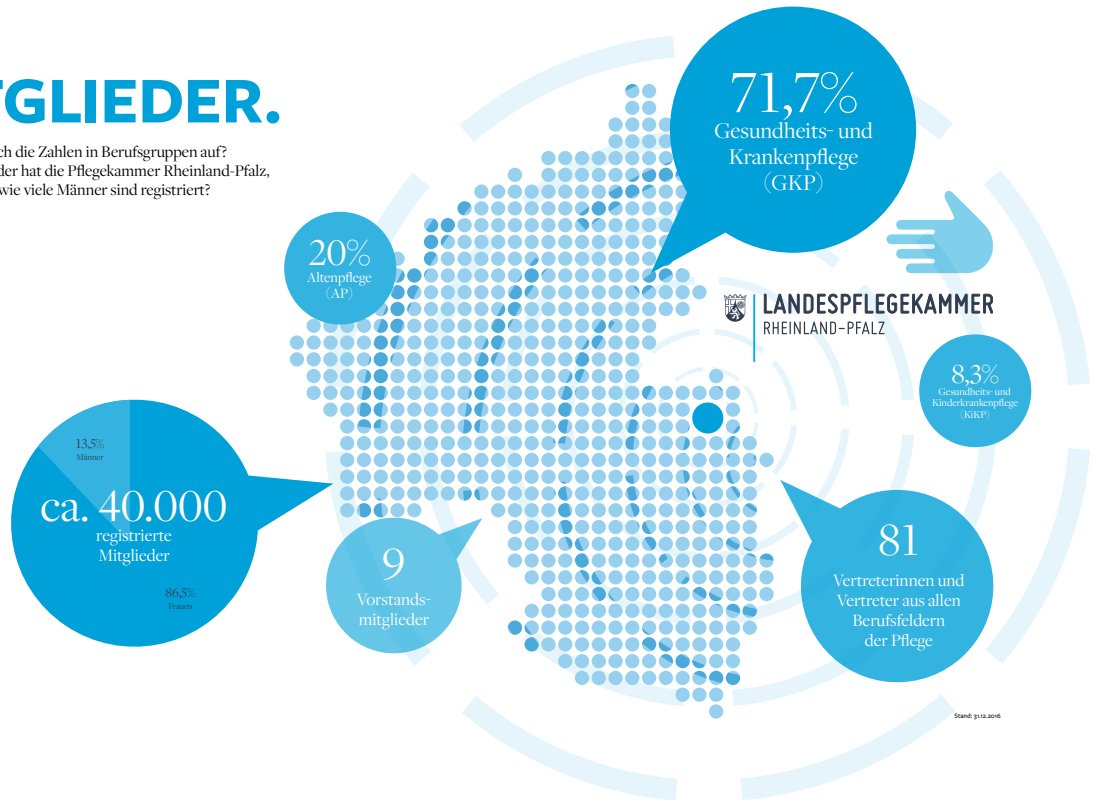
Wie schliessen sich die Zahlen in Berufsgruppen auf?  
Wie viele Mitglieder hat die Pflegekammer Rheinland-Pfalz,  
wie viele Frauen, wie viele Männer sind registriert?



Knapp  
**42.000**  
Leser Print

**26.437**  
Reads / Leser

**49.887**  
Impressions



**Aktuelles & Politik | wechselnde Schwerpunktthemen | Wissen & Lernen | Rat & Recht | Beruf & Praxis**

Das sind die Themenkomplexe mit denen sich das Magazin in jeder Ausgabe beschäftigt. Das Schwerpunktthema rückt einen spezifischen Aspekt in den Fokus.

## FÜR ALLE AUSGABEN GILT:

Kompakt  
in der  
gedruckten  
Ausgabe

Ausführlich  
und mit  
Hintergrund-  
informationen  
auf der Website

Das Magazin  
erscheint fünfmal  
im Jahr (eine  
Jahresausgabe,  
viermal  
kompakt)

Die Erscheinungs-  
termine richten sich  
nach Aktualität und  
Kommunikations-  
bedarf der Kammer-  
mitglieder.

**PFLEGEKAMMER Jahresausgabe** (Format DIN A4)

**PFLEGEKAMMER kompakt** (Format DIN A5) &  
**PFLEGEKAMMER digital**

# DIE PREISE

Anzeigenpreisliste Nr. 6 gültig ab 01.10.2021

## PFLEGEKAMMER Jahresausgabe

Heftformat: DIN A4 & digital Erscheinungsweise: 1 x jährlich

### Anzeigenpreise print und digital

Format	Größe	Preis in 4-farbig
2/1	420 mm b x 297 mm h	7.200 ₺
1/1	210 mm b x 297 mm h	4.000 ₺
1/2	210 mm b x 148 mm h	2.200 ₺

**Die für Print gebuchten Anzeigen erscheinen automatisch auch in der digitalen Version – ohne Mehrkosten!**

## PFLEGEKAMMER kompakt & PFLEGEKAMMER digital

Heftformat: DIN A5 & digital Erscheinungsweise: 4 x jährlich

### Anzeigenpreise print und digital

Format	Größe	Preis in 4-farbig
2/1	296 mm b x 210 mm h	4.000 ₺
1/1	148 mm b x 210 mm h	2.200 ₺
1/2	148 mm b x 105 mm h	1.300 ₺

Rabattstaffel:

5 Anzeigen = 20%; 3 Anzeigen = 10%

Präsenz 365 Tage im Jahr

Sonderformate/-werbeformen auf Anfrage!

*Alle Preise gelten zzgl. gesetzlicher MwSt.*

# DIE DRUCKUNTERLAGEN

6

Druckunterlagen senden Sie bitte als PDF an:  
[anzeigendaten-pflege@schluetersche.de](mailto:anzeigendaten-pflege@schluetersche.de)



Rückfragen bitte an  
[anzeigendaten-pflege@schluetersche.de](mailto:anzeigendaten-pflege@schluetersche.de)  
oder Telefon 0511 8550-2521.

Bei Anschnittanzeigen (Formatanzeigen) ist aus technischen Gründen folgendes zu beachten:

- Bitte keinen Text im Bereich von 3 mm bis zur Schnittkante.
- Bei der Erstellung des Anzeigenmotivs ist die Beschnittzugabe von 3 mm an den Außenkanten zu berücksichtigen.
- Bitte teilen Sie uns mit, auf welche Internetadresse Ihre Anzeige verlinkt werden soll.

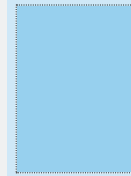
## AGBs:

Die gültigen allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf unserer Internetseite: <http://agb.schluetersche.de>

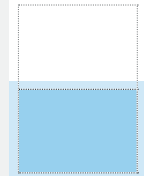
### Heftformat: DIN A4



**2/1-Seite**  
420 x 297  
A: 426 x 303



**1/1-Seite**  
210 x 297  
A: 216 x 303

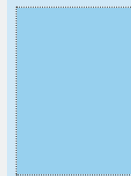


**1/2-Seite quer**  
210 x 148  
A: 216 x 154

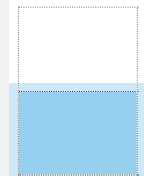
### Heftformat: DIN A5



**2/1-Seite**  
296 x 210  
A: 302 x 216



**1/1-Seite**  
148 x 210  
A: 154 x 216



**1/2-Seite quer**  
148 x 105  
A: 154 x 111

A = Anschnittformate, Breite x Höhe in mm,  
inkl. Beschnittzugabe allseits (3 mm je Beschnittkante)

# CONTENT MARKETING INTEGRATION

## Wenn es mehr zu sagen gibt! Content Marketing Integration

- Redaktionelle Inhalte ab 2 Seiten (Doppelseite)
- Full-Service: Gemeinsame Konzepterstellung und Umsetzung nach Ihrer Zielsetzung

### Budget ab 6.000,00 EUR

(Detailspezifikation nach Aufwand; produzierte Inhalte können auch für weitere Kommunikationskanäle genutzt werden)

24 | Schreibezeit

Die LAN RHEINLAND SICH VOR

FÜR DIE PSYCHOGESUNDHEIT MENSCHEN RHEINLAND

Auf einer Pressekonferenz haben die beiden Kammern die Plakataktion vorgestellt. Links im Bild: Sabine Maier, Präsidentin der LandesPsychotherapeutenkammer

EXTREMSITUATION CORONA-PANDEMIE

## Die wichtigsten Tipps der Psychotherapeuten

Wie bewahre ich mein seelisches Gleichgewicht in einer Krisensituation wie der Corona-Pandemie? Darauf geben die LandesPsychotherapeutenKammer Rheinland-Pfalz und die LandespsychotherapeutenKammer Rheinland-Pfalz und die LandespsychotherapeutenKammer Rheinland-Pfalz eine gemeinsame Antwort.

Text | Brigitte Anderl-Dolliva

Die beiden Kammern haben einen Flyer und ein Plakat entwickelt, die wie ein Wegweiser sind: Aufgeführt sind typische Symptome psychischer Überlastung und Tipps, was Pflegendes Unternehmen können, um diesen vorzubeugen, spricht, wie Pflegefachpersonen es schaffen, Resilienz (geistliche Widerstandskraft) und Ressourcen zu aktivieren und auszubauen. Außerdem sind Anlaufstellen aufgeführt, an die sie sich wenden können, falls sie Unterstützung brauchen.

Die Ratsschläge basieren auf der Überzeugung, dass ein fürsorglicher Umgang mit sich selbst und ein sozialer Zusammenhalt im Team (gutes Miteinander, Unterstützung und Vertrauen) Schlüsselfaktoren für die Krisenbewältigung sind.

Das Prinzip dieser Hilfen beruht auf einem einfachen Drei-Schritt-Verfahren, das sich bereits bei anderen Krisen – etwa beim Einsatz von Helfern in Krisengebieten – bewährt hat:

- **Achtsamkeit:** Im ersten Schritt geht es darum, eigene Belastungen wahrzunehmen, ernst zu nehmen und darauf zu reagieren. Denn häufig agieren wir in herausfordernden Situationen ganz automatisch. Selten halten wir inne, um unsere eigene Befindlichkeit zu prüfen. Häufig bemerken wir Belastungen erst, wenn sie in Überlastung übergegangen sind.
- **Selbstfürsorge:** Im zweiten Schritt gilt es zu schauen, was ich für mich selbst tun kann. Gerade in schwierigen Situationen ist ein liebevoller Umgang mit sich selbst von Bedeutung. Da reichen oft schon kleine Maßnahmen, um sich selber etwas Gutes zu tun: raus in die Natur gehen, Freunde treffen, einen Lieblingfilm sehen und, und, und...
- **Hilfen suchen und annehmen:** Wenn die Selbstfürsorge nicht mehr ausreicht, geht es im dritten Schritt darum, Hilfen innerhalb der Organisation zu identifizieren und zu nutzen – beispielsweise die Unterstützung des Teams oder des Vorgesetzten. Auch kann es eine gute Idee sein, der Einrichtungsleitung vorzuschlagen, Unterstützungsangebote zu etablieren.

Wenn das nicht ausreichen oder einem zu unangenehm sein sollte, empfiehlt es sich, professionelle Hilfen in Anspruch zu nehmen, etwa telefonische Hotlines, Angebote der Unfallkasse und der Berufsgenossenschaften oder der LandesPsychotherapeutenKammer RLP. Diese hat zusätzliche psychotherapeutische Behandlungsplätzen zur Unterstützung von schwer belasteten Pflegenden eingerichtet.

Dieses Drei-Schritt-Verfahren ist auch auf den Plakaten abgebildet. Plakate und Flyer hat die LandespsychotherapeutenKammer an alle Kliniken und Pflegeeinrichtungen in Rheinland-Pfalz versandt, sie werden dort aufgehängt und ausgelegt. Das Info-Material sollte helfen, die drei einfachen Schritte im Alltag präsent zu haben und sich immer wieder daran zu erinnern, wie wichtig Selbsthilfe, aber auch Unterstützung sind, um gesund durch Krisenzeiten zu kommen. »

1  
2  
3

Resilienz | 25

Oktober 2020

Inhalt und Gestaltung erfolgt in enger Abstimmung mit Ihnen!

# DIE MACHER

## Herausgeberin:

Landespflegekammer Rheinland-Pfalz (KdöR)

Große Bleiche 14-16

55116 Mainz

[www.pflegekammer-rlp.de](http://www.pflegekammer-rlp.de)

## Verlag:

Schlütersche Fachmedien GmbH

Ein Unternehmen der Schlüterschen Mediengruppe

Hans-Böckler-Allee 7

30173 Hannover

[www.schluetersche.de](http://www.schluetersche.de)

## Redaktion:

Kirsten Gaede

Telefon 0511 8550-2426

[gaede@schluetersche.de](mailto:gaede@schluetersche.de)

Kerstin Werner

Telefon 0511 8550-2457

[werner@schluetersche.de](mailto:werner@schluetersche.de)

## Vermarktung:

Britta Rinne

Telefon 0511 8550-2434

[rinne@schluetersche.de](mailto:rinne@schluetersche.de)

