

Mediakit 2026

flow



Merk

Flow is hét slow life merk. Het is een ode aan bewuster leven, creativiteit en dagen zonder haast. Flow helpt mensen in **een weg te vinden** in deze hectische snel veranderende wereld met een magazine en online content waarbij mentale gezondheid, **slow life**, verbinding en vertraging centraal staan.

Flow is **praktisch en dichtbij**, nooit zweverig of spiritueel. Psychologen, hoogleraren, schrijvers en andere deskundigen duiden de tijdgeest en geven tips om het leven anders in te richten. Met meer ruimte voor authenticiteit, rust en mentale gezondheid.

Flow kent drie vaste thema's: **Grow** (persoonlijke ontwikkeling), **Glow** (over de gelukmomenten van het leven) en **Slow** (langzamer, bewuster leven). Flow – opgericht in Haarlem in 2008 – is een wereldwijd succes en verschijnt in vier talen (Engels, Frans, Duits en Nederlands) in meer dan 20 landen.

flow



Doelgroep

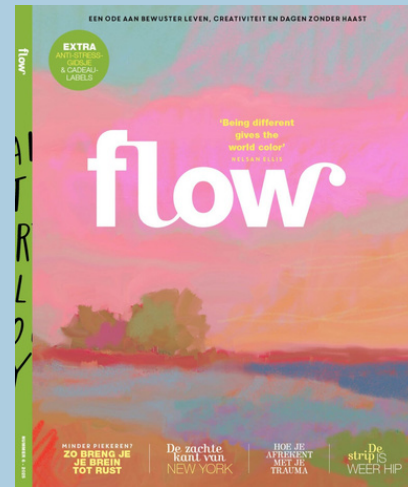
Flow inspireert mensen en helpt haar lezers een weg te vinden in deze turbulente wereld. Flow wordt vooral gelezen door **vrouwen, hoogopgeleid** met een ondernemende instelling. Het inkomen van het huishouden is modaal of boven modaal.

Ze **kiezen bewust** voor een gezond en lekker leven, genieten van biologisch en duurzaam, en verliezen zich graag in mooie boeken, kunst en cultuur. Reizen, zelfontwikkeling, creativiteit en een sfeervol interieur maken hun leven compleet.

Elke dag zoeken ze naar nieuwe ideeën om het beste uit zichzelf en de wereld te halen.

flow

Dit is Flow



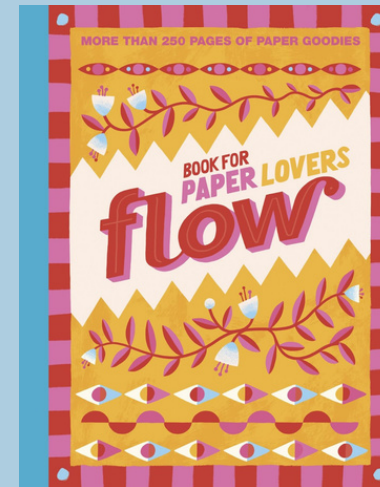
Magazine

10x per jaar



International

*Engels, Duits,
Frans*



Paper Lovers

2x per jaar



Zomerboek

Winterboek



Kalender

Agenda



Online

*340.200
pageviews p/m*



Nieuwsbrief

*61.194
volgers*



Facebook

*131.800 volgers NL
53.000 volgers Int
9.900 volgers
Paper Lovers*



Instagram

*349.000
volgers*



Pinterest

*74.000
volgers*



Youtube

*222.000
volgers*



LinkedIn

*8.000
volgers*



TikTok

*8.900
volgers*



Online
Trainingen

flow



Facts & Figures

Geslacht: 18% man, 82% vrouw
Leeftijd: jonger dan 35 jr 45%, 35-49 jr 24%, 50-64 jr 23%
en 65+ jr 9%
Opleiding: Hoog 59%
Inkomen: Modaal+ 56%

Magazine

Printbereik: 167.000 per editie (NPMM DGM 2026-I)
Frequentie: 10x per jaar + 4 specials

Online

340.200 pageviews per maand (www.flowmagazine.nl)

Nieuwsbrief

61.194 nieuwsbriefabonnees
CTO 25% - CTR 11% - Open Rate 43%
Frequentie: 1x per week op zaterdag

Social Volgers

Facebook NL: 131.800
Instagram: 349.000
Pinterest: 74.000
TikTok: 8.900
Youtube: 222.000
LinkedIn: 8.000

flow

Mogelijkheden



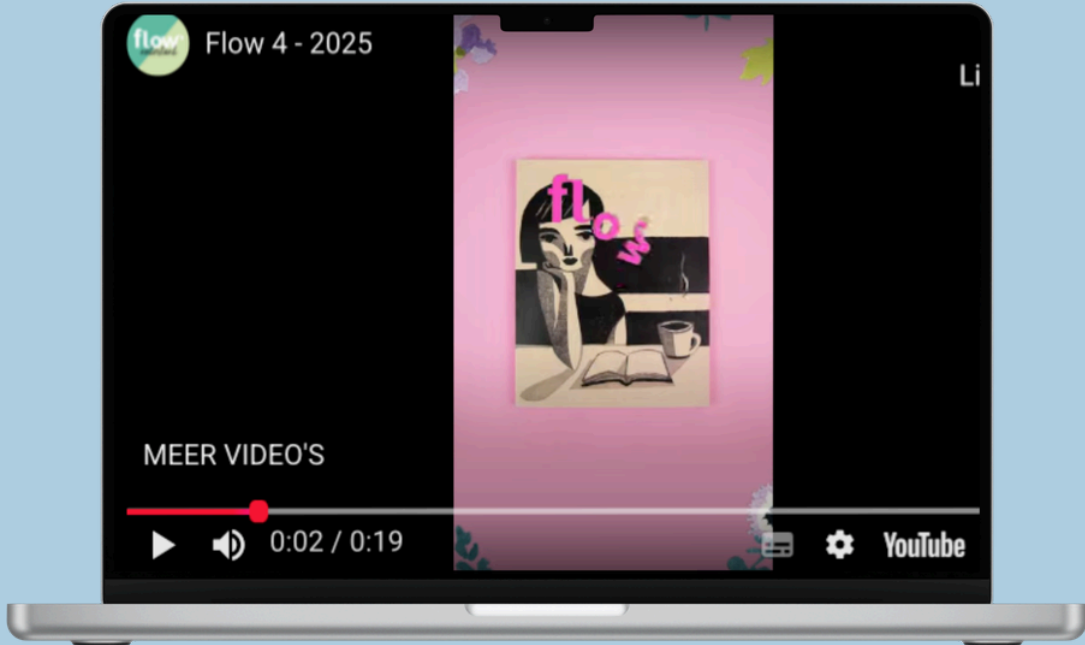
Social Post



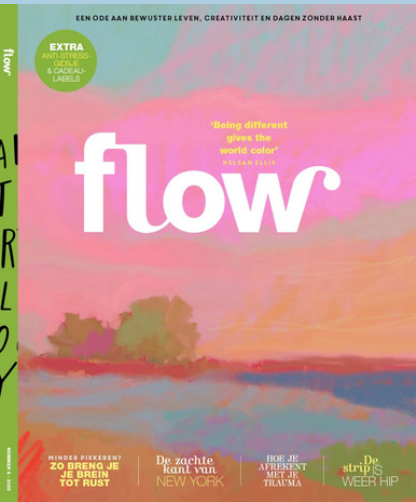
Nieuwsbrief



Digitaal



Video



Print



Paperwrap



Paperwrap

Nieuw in 2026

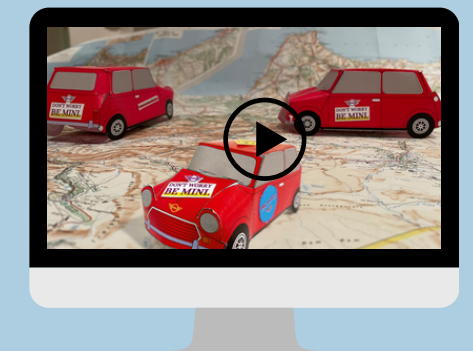
De paperwrap is meer dan verpakking: het is een **communicatiemiddel** dat je merkverhaal al vanaf de deurmat vertelt. Bedruk het met een boodschap of teaser voor maximale zichtbaarheid en personalisatie.

Vanaf 2026 verpakken we onze magazines in papier in plaats van plastic. De paperwrap is **milieuvriendelijk**, gemaakt van hernieuwbare grondstoffen, volledig recyclebaar en stoot minder CO₂ uit.

Voordelen

- Je boodschap is het eerste wat de lezer ziet
- Bereikt de lezer tweemaal
- Maakt je merk letterlijk grijpbaar
- Versterkt je duurzame imago

Roularta Brand Studio helpt je dit inzetten binnen een crossmediale strategie voor nog meer merkimpact.



flow



Brand Studio

Roularta Brand Studio is hét **creatieve bureau** binnen Roularta en specialist in het ontwikkelen, creëren en publiceren van hoogwaardige branded content.

Onze kracht ligt in **storytelling**: we brengen merkverhalen tot leven zodat ze raken, blijven hangen en activeren. Als strategische partner bieden we op maat gemaakte, crossmediale oplossingen die je doelgroep raken en in beweging zetten.

Ons team vertaalt **merkverhalen** naar impactvolle content die naadloos aansluit bij diverse kanalen, van print en digitaal tot video, social en podcast.

We vertellen verhalen met impact op de juiste platformen, zodat jouw boodschap de juiste mensen bereikt, op het juiste moment en via de juiste **media**.

Basistarief Print

in euro's excl. BTW

1/1 pagina	€ 8.346,-
2/1 pagina	€ 15.607,-

Positie index

Voorkeurspositie	110
Spread in het hart	110
1ste pagina rechts	110
Cover 2 of 3	120
Openingsspread	120
Cover 4	130
Uitklapcover <i>exclusief productiekosten</i>	280

Inserts, bijsluiters en Paperwrap

Op aanvraag

Branded Content

1/1 pagina	€ 9.180,-
2/1 pagina	€ 17.168,-
Productiekosten <i>vanaf</i> *	€ 1.500,-

Formaten en afmeting in mm

Formaat breedte x hoogte

Bladspiegel Flow

1/1 pagina	225 x 280
2/1 pagina	225 x 280 - 225 x 280

+ 5mm overvul ivm de afsnede

Bladspiegel Flow Specials

1/1 pagina	190 x 245
2/1 pagina	190 x 245 - 190 x 245

+ 5mm overvul ivm de afsnede

Advertentiemateriaal

digitale bestanden in bestandsformaat
CertifiedPDF

Nieuwsbrieven

Nieuwsbrief item € 3.100,-

Productiekosten Nieuwsbrieven*

Nieuwsbrief item € 250,-

Digitaal

Product	Tarief
Branded content	€ 2.500,-
Video	op aanvraag

Social Post CPM tarief

Facebook Post	€ 12,50
Instagram Post/Story	€ 12,50

Productiekosten Digitaal *

Branded content	€ 1.000,-
Social Post	€ 250,-
Video	op aanvraag

Display CPM tarief

Billboard	€ 20,-
Halfpage	€ 20,-
Leaderboard	€ 20,-
Large Rectangle	€ 20,-
Medium Reclangle	€ 20,-
Large Leaderboard	€ 20,-
Wide Skyscraper	€ 20,-
Mobile Interstitial	€ 20,-
Mobile Medium Rectangle	€ 20,-
Mobile Large Banner	€ 20,-
Mobile Banner	€ 20,-
Rich media	op aanvraag

Vragen over aanleveren materiaal: Traffic Afdeling traffic@roularta.nl

Op alle aan ons verleende opdrachten zijn de advertentievoorwaarden van toepassing, deze kunt u terugvinden op onze website: roularta-advertising.nl

* op basis van 1 correctieronde (geen korting van toepassing)

Contact



Roularta Media Nederland
+31 (0)20 210 54 59
advertising@roularta.nl

www.roularta-advertising.nl

flow