

Medieplan 2026



Ren Mat er Norges eneste økologiske matmagasin. Det kommer ut fire ganger i året, fordelt på sesongene, og er uunnværlig for alle som er opptatt av grønn mat og livsstil.

Ren Mat er landets eneste magasin med et rendyrket fokus på økologisk mat og grønn livsstil. Vi søker å formidle kunnskap om økologisk mat på en grundig og inspirerende måte, slik at forbrukere blir inspirert til å etterspørre økologisk, næringslivet motiveres til å satse og bøndene til å dyrke og produsere mat etter økologiske prinsipper.

Gjennom grundige reportasjer, inspirerende oppskrifter, nytt om matvarer, vin, bøker, ernæring og forskning, hjelper vi forbrukerne å finne de sunne og grønne alternativene. Magasinet er uunnværlig for alle som vil følge med på utviklingen innen økologisk mat, landbruk og forbruk, og som er opptatt av en bærekraftig og fornuftig bruk av ressursene.



Ren Mat holder leserne oppdatert på sammenhengen mellom mat, matproduksjon, miljø og helse. Våre lesere er bevisste forbrukere, matprodusenter, forskere, byråkrater og folk i foredlingsindustri og omsetningsledd.

Distribusjon

Medlemmene i Økologisk Norge mottar Ren Mat. Magasinet har i tillegg egne abonnenter som ikke er medlemmer av ØN.

Ren Mat distribueres til Narvesen over hele landet, samt på flyplasser, i enkelte matbutikker og uavhengige butikker. Du finner Ren Mat i Kinsarvik naturkostbutikkene, i kafeer, restauranter og gårdsbutikker. Vi distribuerer også til produsenter, leverandører, enkelte kommuner, statsforvaltere, institusjoner, skoler og barnehager. Ren Mat distribueres også på flere av de store matmarkedene og matmessene i Norge.

Nummer	Opplag	Sidetall	Annonsefrist	Utgivelse
1/26	9 000	84	16. feb.	9. mar.
2/26	9 000	84	7. mai	22 jun.
3/26	9 000	84	24. aug.	14. sep.
4/26	9 000	84	9. nov	30. nov.

81%

av Ren Mat sine lesere kjøper
mest mulig mat og andre
produkter økologisk

Kjerneleserne er kvinner i alderen 30-59, med
høyere utdanning og fast inntekt. 40% har
hjemmeboende barn.

58%

av Ren Mat sine lesere dyrker
økologisk i egen kjøkkenhage



21 100

følgere på Instagram



21 650

følgere på Facebook



7 200

abonnenter på
nyhetsbrev



35 000

unike brukere besøker
renmat.no hver måned

Leserne ønsker seg annonser for blant annet
mat og drikke, hage og hageutstyr, helsekost,
husholdningsartikler, velvære og økologiske
kafeer, restauranter og hoteller.

Annonsepriser 2026

Annonser sendes i høyoppløst PDF. Bilder bør være minst 300 dpi og alle farger i CMYK.
Alle priser er eks. mva og gjelder ferdig materiell.

1/1 side	B: 210 x H: 275 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 23 900
1/2 side	B: 200 x H: 130 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 12 500
1/2 side	B: 97,5 x H: 265 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 12 500
1/4 side	B: 97,5 x H: 130 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 6 900
1/8 s. (Økotorget)	B: 88 x H: 47 mm	Kr 4 100
1/16 s. (Økotorget)	B: 42 x H: 47 mm	Kr 2 200
Bakside	B: 210 x H: 215 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 28 900
Dobbeltside	B: 420 x H: 275 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 35 000
2.omslag	B: 210 x H: 275 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 26 500
3.omslag	B: 210 x H: 275 mm + 3 mm utfall/bleed	Kr 26 500

Nettannonser

Forside, høy posisjon	B: 940 x H: 290 pixler	Kr 9 000 per mnd
Forside, lav posisjon	B: 940 x H: 290 pixler	Kr 5 000 per mnd
Artikkeloversikt, artikler, oppskriftsoversikt	B: 940 x H: 290 pixler	Kr 5 000 per mnd



Rabatter

Printannonse 2 utgaver: 10% rabatt

Printannonse 3 utgaver: 15% rabatt

Årsavtale printannonse: 20% rabatt

Årsavtale nettannonse: 20% rabatt

Årsavtale pakke print- og nettannonse: 25% rabatt. Kontakt oss for øvrige annonsepakker.

For annonsering i Ren Mat, ta kontakt
med annonseansvarlig Sissel Bjerkeset
sissel@eddapresse.no / 922 10 891

Avbestillingsfrist: 2 uker før materiellfrist.

Betingelser for annonsering

Ren Mat følger Vær Varsom-plakaten og Redaktørplakaten. Annonser må ikke stride mot Ren Mats grunnsyn, etiske holdninger eller på annen måte svekke lesernes tillit. Alt kommersielt innhold skal passe inn i Ren Mats profil, både hva gjelder innhold/budskap og design/form. Alle annonser godkjennes av redaktør, og redaktør forbeholder seg retten til å avvise, fjerne og/eller endre annonser. Ved forhold som gjør at annonser av redaksjonelle årsaker ikke kan benyttes i en utgave, vil annonsen i forståelse med annonsør flyttes til samme eller bedre plassering i påfølgende utgave. Redaksjonen vil så fort som mulig varsle annonsør når slike endringer skjer. Ren Mat har rett til å tolke og vedlikeholde disse retningslinjene, og retten til å endre dem når som helst ved å utstede reviderte regler.





Kontakt

Redaktør: Kjersti Skar Staarvik

kjersti@renmat.no / 928 48 222

Design: Erland Banggren / Bielke & Yang

hello@erlandbanggren.com / 907 50 568

Annonseansvarlig: Sissel Bjerkeset

sissel@eddapresse.no / 922 10 891

Ren Mat utgis av Økologisk Norge



Økologisk Norge
Grønlandsleiret 31
0190 Oslo



renmat.no



facebook.com/ektemat



instagram.com/renmatno