

## MEDIA FACTS

Monatlich verkaufte Auflage:

**1.429.300 Exemplare**

IVW 4/2022

Reichweite:

**4,42 Mio.** Leser:innen pro Monat

AWA 2022, deutschsprachige Bevölkerung ab 14 Jahre

Durchschnittliche Lesedauer pro Ausgabe:

**1 Stunde 27 Minuten**

Copytest 4/19, Ipsos

Heftnutzung:

Durchschnittlich **3,6-mal**  
wird jede Ausgabe in die Hand genommen

Copytest 4/19, Ipsos

TAP Senioren Ratgeber:

**€ 22,39**

1/1 Seite 4c netto, Preise 2023, IVW 4/2022



## THEMENAUSWAHL

### MAI 2023

#### Gelenkschmerzen

Was sind die häufigsten Ursachen? Wie unterscheiden sich Arthrose und Arthritis? Welche Schmerzmittel eignen sich? Welche Übungen tun den Gelenken gut? Welche Sportarten sind gelenkfreundlich? Warum lohnt es sich, Übergewicht abzubauen? Der Leser findet im Beitrag auf diese und weitere wichtige Fragen Antworten.

#### Makuladegeneration - So schützen Sie Ihr Augenlicht

Die altersabhängige Makuladegeneration zählt zu den häufigsten Ursachen für Sehbehinderungen hierzulande. Wir klären auf, was man selbst zur Vorsorge tun kann oder wie man lernt, mit der Erkrankung besser zu leben.

#### Neues Vormundschafts- und Betreuungsrecht

Seit Beginn des Jahres gilt das Gesetz zur Reform des Vormundschafts- und Betreuungsrechts. Es stärkt die Selbstbestimmung von betreuten Menschen und die Qualität der rechtlichen Betreuung. Nähere Details hierzu im Beitrag

#### Mit der Großfamilie ein Hausboot mieten

Warum nicht mit der ganzen Familie die Müritzküste, Lahn oder Mosel mit einem Hausboot entdecken? Welche Seen, Flüsse eignen sich für Anfänger? Benötigt man einen Führerschein? Wie schnell lernt man das Anlegen, Fahren und die Regeln? Alles Wissenswerte im Beitrag

#### Pflegeroboter in der Zukunft?

Ein Pro und Contra aus dem Pflegealltag

#### Lebensmittel-Check

Kaufen Sie öfter Weinsteinbackpulver?

#### Endlich wieder aufs Rad

Der Frühjahrscheck rund ums Radfahren

#### Unterwegs in Südtirol

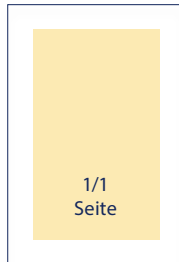
Die Südtiroler Bergwelt lädt zum Wandern ein.

Änderungen vorbehalten

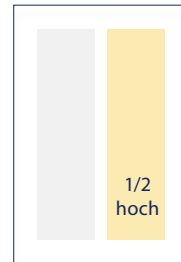
## FORMATE & PREISE



S.: 316 × 186  
A.: 340 × 225



S.: 148 × 186  
A.: 170 × 225



S.: 69 × 186  
A.: 81 × 225



S.: 148 × 89  
A.: 170 × 109



S.: 69 × 89

### Weitere Formate auf Anfrage

S. = Satzspiegel-Format

A. = Angeschnittene Anzeigen

Angaben in Millimetern (Breite × Höhe)

Beschnittzugabe: je 6 mm. Bei Anschnittanzeigen müssen Text- und Bildmaterial mindestens 8 mm vom Anschnittformat entfernt sein.

Preisliste 2023 (Nr. 43, gültig ab 15. Februar 2023), Erscheinungsweise: monatlich

Formate	Senioren Ratgeber
½ Seite	32.000 €
½ Seite	18.550 €
¼ Seite	10.200 €
U2, U4*	36.600 €

Weitere Formate, Sonderformate auf Anfrage. Alle Preise zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer.  
Agentur-Rabatt: 15 %.

\* Nicht in der Gesamtauflage möglich. Belegbare Auflage auf Anfrage.