

MEDIA FACTS

Monatlich verkaufte Auflage:

1.358.417 Exemplare

IVW 4/2023

Reichweite:

4,32 Mio. Leser:innen pro Monat

AWA 2023, 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:

€ 24,56

1/1 Seite 4c netto, Preise 2024, IVW 4/2023



**ANZEIGENSCHLUSS:
08.02.2024**

THEMENAUSWAHL

APRIL 2024

Fußpilz

Fußpilz befällt vor allem die Zehenzwischenräume, Fußsohlen und in schweren Fällen auch den Fußrücken - und er ist ansteckend. Woran erkennt man Fußpilz und was hilft dagegen? Wir informieren ausführlich zu Ursachen, Therapie und Vorbeugung der lästigen Krankheit.

Lesen im Alter

Zu den beliebtesten Hobbys zählt das Lesen. Der relativ einfache Zugang zu Literatur sorgt dafür, dass Lesen als Hobby weit verbreitet ist. Vielen ist jedoch nicht bewusst, welche positiven Effekte das Lesen auf die Gesundheit hat. Mehr dazu erfährt der Leser im Beitrag.

E-Bike

Viele Menschen steigen aufs Rad und immer öfters auf eines mit Elektromotor. Das Angebot ist vielfältig: vom motorisierten Cityrad mit tiefem Einstieg bis hin zu sportlichen Mountainsbikes. Doch worauf ist bei der Anschaffung zu achten? Dazu viele Ratschläge

Schminktipp ab 60

Im Alter verliert die Haut an Elastizität und Geschmeidigkeit. Wir stellen eine Reihe von Tipps vor, wie man z.B. mit Basics wie Foundation, Concealer und Kajalstift für einen frischen und natürlichen Make-up-Look sorgen kann. Plus: aktuelle Trends

Warum Hobbys im Alter so wichtig sind

Hobbys sind sinnstiftend, machen Spaß, fangen auf, sind gut gegen Langeweile und helfen sogar der Beziehung, weil jeder seinen eigenen Interessensbereich hat. Dazu stellen wir einige Echtfälle vor.

Parkinson

Neue Leitlinien legen u.a. fest, dass Patienten mit Parkinson früher auf invasive Möglichkeiten angesprochen werden. Hierzu nähere Details

Dinkel

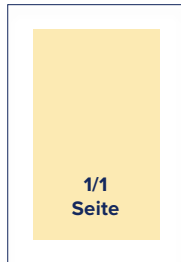
Ist Dinkel wirklich so gesund?

Änderungen vorbehalten

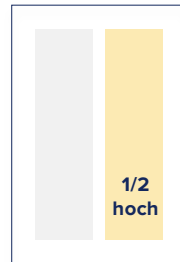
FORMATE & PREISE



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 2024 (Nr. 45, gültig ab 01. März 2024), Erscheinungsweise: monatlich

Formate	Senioren Ratgeber
2/1 Seite	66.390 €
1/1 Seite	33.360 €
1/2 Seite	19.340 €
1/4 Seite	10.630 €
U2, U4*	38.160 €

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

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