

## MEDIA FACTS

Monatlich verkaufte Auflage:

**1.210.483 Exemplare**

IVW 2/2024

Reichweite:

**3,97 Mio. Leser pro Monat**

AWA 2024, 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:

**€ 27,56**

1/1 Seite 4c netto, Preise 2024, IVW 2/2024



**ANZEIGENSCHLUSS:  
12.08.2024**

## THEMENAUSWAHL OKTOBER 2024

### Wandern im Alter

Wandern ist für viele ältere Menschen eine beliebte Freizeitbeschäftigung. Sie fördert die geistige und körperliche Gesundheit, kann Krankheiten vorbeugen und Stress abbauen. Doch man sollte richtig vorbereitet sein. Dazu stellen wir eine Checkliste vor.

### Medikationsfehler

Um mehr Medikamenten-Sicherheit zu erreichen, ist es wichtig zu wissen, was man einnimmt, wie man es richtig einnimmt und für was man es einnimmt. Außerdem: Wie sehen die Wirkung und Nebenwirkungen aus und die weitere Therapie?

### Sodbrennen

Wenn Kortison über einen längeren Zeitraum genommen werden muss, kann eine vorbeugende Behandlung mit einem magensäurehemmenden Medikament notwendig sein, um Magenbeschwerden wie Sodbrennen zu verhindern. Mehr dazu im Beitrag

### Sexualität

Viele Männer über 60 leiden an einer erektilen Dysfunktion. Viagra scheint vielen ein Mittel der Wahl. Aber für wen ist es geeignet? Braucht man zwingend ein Rezept? Zahlt die Kasse? Welche Untersuchungen sind nötig, damit man es verschrieben bekommt?

### Urlaub für alle

Gemeinsame Auszeit für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen? Dazu zeigen wir verschiedene Möglichkeiten auf, wie das gelingen kann - mal organisiert und mal individuell geplant.

### Fentanyl-Pflaster

Was muss man beachten hinsichtlich Anwendung, Wirkweise und Lagerung?

### Einkaufs-Check: Schon probiert?

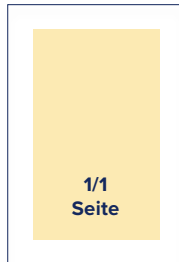
Goldene Milch oder Kurkuma-Latte

Änderungen vorbehalten

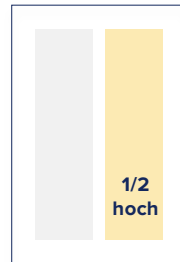
**FORMATE & PREISE**



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.