

# MEDIZIN

populär

**Die schönsten Seiten**  
*für die Lust am Leben*

**2012**

# MEDIZIN

populär

**Das starke Angebot**  
*für die Lust am Leben*

**2012**

# Nummer 1 im Segment Gesundheits-, Wellness- und Sportmagazine



Druckauflage .....	89.167
bezahlte Privat-Abos .....	23.709
Arzt und Wartezimmer .....	31.772
Streetsampling .....	18.000
..... bis maximal	42.000
Kiosk .....	mindestens 3.000
schlank und schön Hotels .....	2.270



Reichweite .....	4,5 %
Leserinnen & Leser .....	320.000
Reichweite Frauen .....	6,3 %
Reichweite Männer .....	2,6 %
Halbjährlich aktualisierte Daten von MA und ÖAK als pdf auf unserer Homepage zum download unter <a href="http://www.medinpopulaer.at">www.medinpopulaer.at</a>	
Erscheinungsweise 11mal jährlich	

## Eigentümer

Verlagshaus der Ärzte, Gesellschaft für Medienproduktion und Kommunikationsberatung GmbH, 1010 Wien, Nibelungengasse 13, Telefon 01/512 44 86-0, Geschäftsführer: Mag. Martin Stickler

## Herausgeber

Mag. Martin Stickler

## Verlagsleitung/Anzeigenleitung

Christina Eva-Maria Hohenberg  
Telefon 01/512 44 86-38, Fax -34, Mobil 0 664/22 22 860  
[ch.hohenberg@aerzteverlagshaus.at](mailto:ch.hohenberg@aerzteverlagshaus.at)

## Anzeigensekretariat

Eva Resch, Telefon 01/512 44 86-37, Fax -34  
[e.resch@aerzteverlagshaus.at](mailto:e.resch@aerzteverlagshaus.at)

## Anzeigenberatung

Michael Hayek, Telefon 01/512 44 86-35, Fax -34  
Mobil 0 664/402 96 44, [m.hayek@aerzteverlagshaus.at](mailto:m.hayek@aerzteverlagshaus.at)  
Mag. Marion Nussbaumer, Telefon/Fax 01/493 15 22  
Mobil 0 676/738 13 33, [marion.nussbaumer@aon.at](mailto:marion.nussbaumer@aon.at)

## Abo-Service

Erika Schwarzeneker, Telefon 01/512 44 86-25, Fax -24  
[e.schwarzeneker@aerzteverlagshaus.at](mailto:e.schwarzeneker@aerzteverlagshaus.at)

Silvia Graf, Telefon 01/512 44 86-26, Fax -24  
[s.graf@aerzteverlagshaus.at](mailto:s.graf@aerzteverlagshaus.at)

## Herstellung und Druck

Niederösterreichisches Pressehaus Druck- und Verlagsgesellschaft mbH, Gutenbergstraße 12, 3100 St. Pölten

## Für ein optimales Druckergebnis

**PDF:** Print-PDF nach PDF/X-1a-Norm, composite, PDF-Version 1.3 ohne Transparenzen. Bilder 300 dpi Auflösung. Nur CMYK. Alle Schriften eingebettet. Inklusive Schneidzeichen und 3 mm Beschnitt. Keine Verschlüsselung.

**CD-ROM an:** Verlagshaus der Ärzte GmbH, MEDIZIN populär Anzeigenabteilung, 1010 Wien, Nibelungengasse 13

**Proofs:** Farbverbindlich standardisiertes Proof, Papierklasse 1 und 2 (ISOcoated) V2.0, mit den Enddaten übereinstimmend, in 100% Originalgröße

**Fogra-Medienkeil:** Muss auf dem Proof enthalten sein (bitte unbedingt Version V2.0 verwenden).

## Anzeigenformate Breite x Höhe in mm, 4c

Bei allen Formaten bitte inklusive Schneidzeichen und bei abfallenden Formaten zusätzlich mindestens 3 mm Beschnitt.



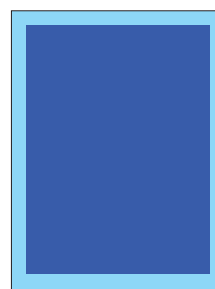
### Cover-Flappe

vorne	75 x 280
hinten	105 x 280
<b>€ 13.500,-</b>	



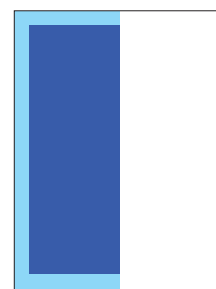
### 2/1

Satzsp.	390 x 248
abf.	420 x 280
<b>€ 12.150,-</b>	



### 1/1

Satzsp.	183 x 248
abf.	210 x 280
<b>€ 6.900,-</b>	



### 1/2 hoch

Satzsp.	89 x 248
abf.	106 x 280
<b>€ 3.910,-</b>	

## Heftformat

Euroformat 210 x 280 mm

## Beilagen

Standardauflage	pro Stück	€	0,16
zzgl. Postgebühr* bis max. 80g	pro Stück	€	0,05
zzgl. Fremdbeilagengebühr			
Abo-Auflage	pro Stück	€	0,19
zzgl. Postgebühr* bis max. 80g	pro Stück	€	0,05
zzgl. Fremdbeilagengebühr			
Einschweißen	pro Stück	€	0,15

Beilagenformat max. 200 x 270 mm  
Beilagen über 80g und Teilbelegung auf Anfrage.

\* vorbehaltlich Transporttarif-Änderungen.

## Beihefter

Beiheftergebühr	pro Stück	€	0,14
-----------------	-----------	---	------

zuzüglich aliquoter Portokosten.  
Teilbelegung und technische Angaben auf Anfrage.

## Tip-on Karten

1/1 Seite 4c Trägerinserat	€	6.900,-
Maschinelle Verarbeitung und Klebung auf Standardauflage	€	0,09

zuzüglich aliquoter Portokosten,  
Mindestformat 60 x 80 mm. Teilbelegung auf Anfrage.

## Warenproben

1/1 Seite 4c Trägerinserat	€	6.900,-
Maschinelle Verarbeitung und Klebung auf Standardauflage		
pro Warenprobe	€	0,09

zuzüglich aliquoter Portokosten,  
Mindestformat 60 x 80 mm. Teilbelegung auf Anfrage.

## Cover-Flappe

Seite 1+2 jeweils Format 75 x 280 mm + 3 mm Überfüller

Seite 3+4 jeweils Format 105 x 280 mm + 3 mm Überfüller

Stammauflage (laut ÖAK) € 13.500,-

## Gesunde Tipps

Bild und Text  
(maximal 440 Zeichen inklusive Leerzeichen) € 1.020,-

## Sonderformate und Covermutationen

auf Anfrage

## Platzierungszuschläge

U2 und U4	20 %
Fixplatzierungen	10 %
Sonderplatzierungen	20 %

## Rabatte

ab 1 Seite	3 %
ab 3 Seiten	6 %
ab 5 Seiten	10 %
ab 10 Seiten	20 %

Rabatte gelten bei Abnahme innerhalb eines Kalenderjahres.

## Anzeigenproduktion

1/4 Seite	€	150,-
1/3 Seite	€	180,-
1/2 Seite	€	210,-
1/1 Seite	€	270,-

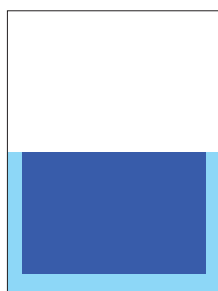
## Stornierung

eines Auftrages kann nur bis zum Anzeigenschluss ausschließlich in schriftlicher Form erfolgen.

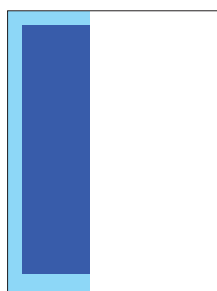
Für die Abwicklung von Aufträgen gelten die Geschäftsbedingungen des Verlages. Download unter [www.medinpopulaer.at](http://www.medinpopulaer.at)

Alle Preise zuzüglich 5 % Werbeabgabe und der gesetzlichen Mehrwertsteuer vom Endbetrag.

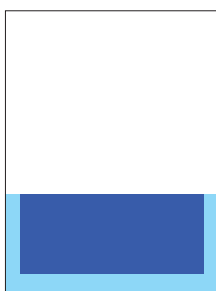
**Beilagen, Beihefter, TOC und Warenproben sind von Rabatten ausgenommen.**



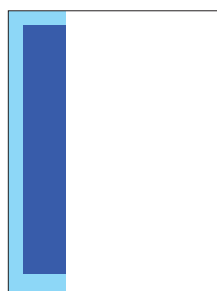
<b>1/2 quer</b>
Satzsp. 183 x 121
abf. 210 x 139
<b>€ 3.910,-</b>



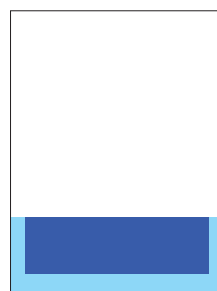
<b>1/3 hoch</b>
Satzsp. 68 x 248
abf. 78 x 280
<b>€ 3.400,-</b>



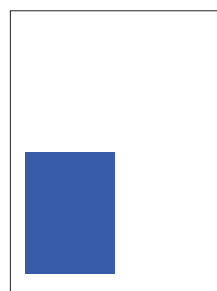
<b>1/3 quer</b>
Satzsp. 183 x 79
abf. 210 x 96
<b>€ 3.400,-</b>



<b>1/4 hoch</b>
Satzsp. 42 x 248
abf. 56 x 280
<b>€ 2.040,-</b>



<b>1/4 quer</b>
Satzsp. 183 x 56
abf. 210 x 74
<b>€ 2.040,-</b>



<b>1/4 2-spaltig</b>
Satzsp. 89 x 121
<b>€ 2.040,-</b>

## 1./Jänner

### **Körperpflege & Kosmetik**

Wüste im Gesicht: Das hilft gegen trockene Haut

### **Bewegung & Fitness**

Spielerisch fit werden:

Fünf Anregungen zu lustvoller Bewegung

### **Essen & Trinken**

Vitaminbomben vom Fensterbrett: Sprossen, Keimlinge & Co

### **Medizin & Vorsorge**

Rauchstopp: Erfolgswege im Kampf gegen die Sucht

### **Serie**

Gesund durch die kalte Jahreszeit (4)

Richtig essen gegen Schnupfen & Co

**ET** 09.01.2012 ■ **AS** 02.12.2011 ■ **DU** 16.12.2011

## 2./Februar

### **Körperpflege & Kosmetik**

Kosmetische Leiden: Das wirkt gegen Narben, Äderchen & Co

### **Bewegung & Fitness**

Kampfsport: Mit Judo & Co die Angriffe des Alltags abwehren

### **Essen & Trinken**

Gesunde Snacks:

Tipps für den schnellen Happen zwischendurch

### **Medizin & Vorsorge**

Stress und Schlafprobleme: Ein gefährlicher Teufelskreis

### **Serie**

Gesund durch die kalte Jahreszeit (5)

Mit Wechselbädern das Immunsystem stärken

**ET** 03.02.2012 ■ **AS** 19.12.2011 ■ **DU** 13.01.2012

## 3./März

### **Körperpflege & Kosmetik**

Länger jung aussehen: Was hilft wirklich gegen Falten & Co?

### **Bewegung & Fitness**

Laufen für Anfänger: Die häufigsten Fehler von Einsteigern

### **Essen & Trinken**

Nervenfutter: Das richtige Essen in stressigen Zeiten

### **Medizin & Vorsorge**

Venenleiden auf dem Vormarsch: So beugen Sie vor

### **extra 50plus**

Gesundheitstipps für Frauen und Männer im besten Alter

**ET** 02.03.2012 ■ **AS** 31.01.2012 ■ **DU** 13.02.2012

## 4./April

### **Körperpflege & Kosmetik**

Blasen, Knötchen, Quaddeln: Alarmsignale der Haut

### **Bewegung & Fitness**

Kinder, rührt euch!

So kommt der Nachwuchs in Bewegung

### **Essen & Trinken**

Ausgewogen, bitte! Die Gefahren einseitiger Ernährung

### **Medizin & Vorsorge**

Trübe Aussichten: Wenn die Augen Probleme bereiten

### **extra Gesund abnehmen**

Schlank werden – schlank bleiben: So gelingt's

**ET** 02.04.2012 ■ **AS** 02.03.2012 ■ **DU** 15.03.2012

## 5./Mai

### **Bewegung & Fitness**

Richtige Ernährung, Entspannung & Co:

Was Sportler brauchen

### **Essen & Trinken**

Ölwechsel: Welche Speiseöle sind wirklich die besten?

### **Medizin & Vorsorge**

Zähne und Zahnfleisch:

Expertentipps für ein gesundes Gebiss

### **extra Beauty**

So bleiben Sie gesund und schön von Kopf bis Fuß

**ET** 02.05.2012 ■ **AS** 30.03.2012 ■ **DU** 13.04.2012

## 6./Juni

### **Körperpflege & Kosmetik**

Schweiß lass nach!

Was tun gegen unangenehme Körpergerüche?

### **Bewegung & Fitness**

Macht stark und schlank: So gesund ist Rudern

### **Essen & Trinken**

Grillen ohne Reue: Was Ernährungsexperten raten

### **Medizin & Vorsorge**

Zeigt her eure Füße: Fußprobleme aus ärztlicher Sicht

**ET** 01.06.2012 ■ **AS** 03.05.2012 ■ **DU** 14.05.2012

## 7-8/Juli-August

### Körperpflege & Kosmetik

Nägel mit Köpfen: Die sieben Sünden bei der Nagelpflege

### Bewegung & Fitness

Fit am Strand: Tipps für einen bewegten Urlaub

### Essen & Trinken

Gesunde Drinks: Die Hitliste der besten Durstlöscher

### Medizin & Vorsorge

Kreislaufprobleme, Harnwegsinfekt & Co:  
Das schützt vor den Leiden des Sommers

**ET** 02.07.2012 ■ **AS** 31.05.2012 ■ **DU** 15.06.2012

## 9/September

### Körperpflege & Kosmetik

Wahr oder falsch? Haut- und Haarpflegetipps  
auf dem Prüfstand

### Bewegung & Fitness

Volle Konzentration: Mit Sport den Geist trainieren

### Essen & Trinken

Es gibt Saures! Wie gesund ist Eingelegtes aller Art?

### Medizin & Vorsorge

Darm in Aufruhr: Was hilft gegen Verdauungsprobleme?

### extra Frauen

Alles dreht sich um Ihr Wohlbefinden

**ET** 03.09.2012 ■ **AS** 03.08.2012 ■ **DU** 16.08.2012

## 10/Okttober

### Körperpflege & Kosmetik

Gesunde Füße: Das Verwöhnprogramm  
für einen gepflegten Auftritt

### Bewegung & Fitness

Reich der Mitte: So wichtig ist Bauchmuskeltraining

### Essen & Trinken

Kaffee: Wie gesund ist unser Lieblingsgetränk wirklich?

### Medizin & Vorsorge

Abwehrkräfte stärken: Gesunde Tipps  
für kleine und große Rotznasen

### extra Männer

Alles über die Schwachpunkte des starken Geschlechts

**ET** 01.10.2012 ■ **AS** 03.09.2012 ■ **DU** 14.09.2012

## 11/November

### Körperpflege & Kosmetik

Sensible Hautregionen: Was bei der Pflege zu beachten ist

### Bewegung & Fitness

Pistenpannen: Skiunfällen rechtzeitig vorbeugen!

### Medizin & Vorsorge

Atemwege in Gefahr: Das schützt Lunge und Bronchien

### extra Ernährung

Der unentbehrliche Ratgeber für bewusste Esser

**ET** 02.11.2012 ■ **AS** 01.10.2012 ■ **DU** 15.10.2012

## 12/Dezember

### Körperpflege & Kosmetik

Haut und Haare im Winter: Die besten Pflegetipps

### Bewegung & Fitness

Eislaufen: Weit mehr als ein Ausdauertraining

### Essen & Trinken

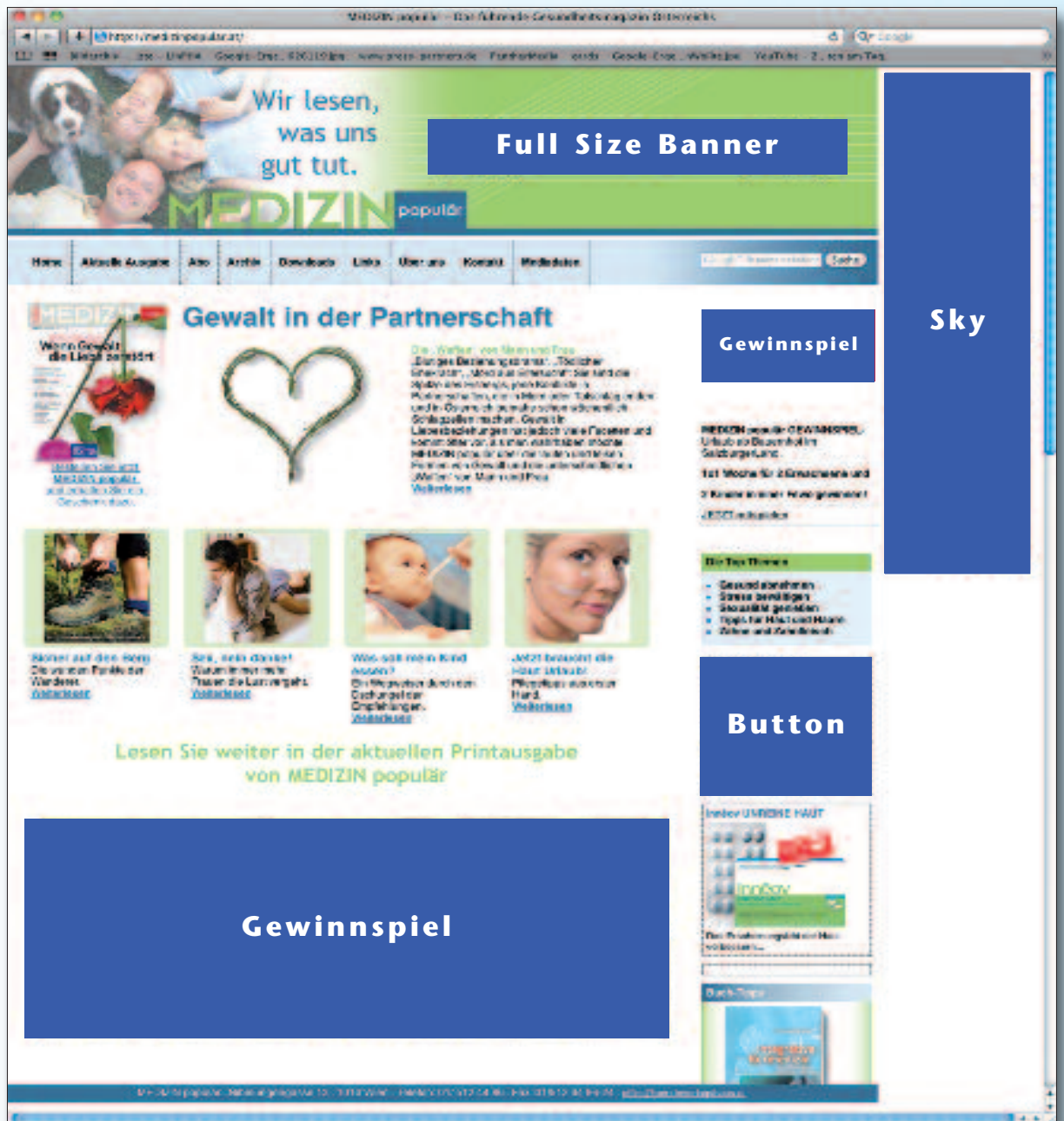
Verdauungsschnapsel & Co:  
Die größten Ernährungsirrtümer

### Medizin & Vorsorge

Schmiere für die Gelenke: So stärken Sie Knie, Schulter & Co

**ET** 03.12.2012 ■ **AS** 02.11.2012 ■ **DU** 16.11.2012





**Full Size Banner**

- Format 468 x 60 px (jpg), maximal 20 kB
- Platzierung im Kopf der Startseite
- Preis/Monat € 400,-

**Skyscraper oder Sky**

- Format 120 x 600 px oder 160 x 600 px (jpg), maximal 25 kB
- Platzierung rechts außen auf der Startseite
- Preis/Monat € 650,-

**ContentAd**

- Format 300 x 250 px (jpg), maximal 37 kB
- Platzierung auf der Startseite
- Preis/Monat € 750,-

**Button**

- Format Breite bis 191 x 150 px (jpg), maximal 20 kB
- Platzierung auf der Startseite unter Buch-Tipps
- Preis/Monat € 200,-

**Gewinnspiel**

- Format 711 x 260 px (jpg), maximal 35-40 kB
- Platzierung auf der Startseite
- Preis/Monat € 1.500,-

**Auf Wunsch**

gestalten wir Ihren Auftritt  
 • Preis/Werbeform á € 150,-

Google Analytics	09/2011
Visits	58.103
Unique Visits	54.461
Pageviews	80.006

Alle Preise zzgl. 20% MwSt.  
 Frequenzpakete auf Anfrage.