

## Mediadaten 2024

Zeitschrift 190 000 Exemplare verteilt  
185 357 Exemplare (WEMF-beglaubigt 2023)  
davon 2976 Exemplare verkauft  
Online-Ausgabe 65 000 Abonnenten (eyepin eMarketing 2023)

### Unser Konzept

Näher beim Menschen. Dieses Versprechen löst Sprechstunde Doktor Stutz sechs Mal im Jahr auf eindrückliche Art und Weise ein. Einmal nachdenklich und berührend, einmal unterhaltend und lustig. Vorurteilslos begegnen wir Menschen in gesunden und kranken Tagen und erhalten tiefe Einblicke in alle Bereiche des Lebens. Interessante Personen mit unterschiedlichen Hintergründen und Lebensgeschichten verraten uns ihre besten Rezepte für ein erfülltes Dasein. Neben den kompetentesten Fachleuten der Schweiz bieten wir unseren Lesern emotionale Geschichten und alles Wichtige rund um Gesundheit, Vorsorge und Familie.

In jedem Heft und in jeder Online-Ausgabe bieten wir unseren Lesern ausgesuchte Leserangebote an. Zum Beispiel den Schrittzähler für mehr Bewegung, unser Bestseller-Buch zum Abnehmen, das Schmerzgerät bei Verspannungen, unser Müesli zum Abnehmen und den Müesli-Riegel für eine lange Sättigung.

### Die Zeitschrift

Sechs Mal pro Jahr überraschen wir unsere Leserinnen und Leser mit einem bunten Inhalts-Mix. Das Konzept basiert auf den Säulen «Emotionale Geschichten», «Die besten Experten» und «Ausgesuchte Leser-Angebote». Die Themen werden von Ausgabe zu Ausgabe festgelegt und der Aktualität angepasst.

### Distribution

- 130 000 Ex. verteilt per Post in Briefkästen
- 43 000 Ex. verteilt in den Dispensern in 134 Post-Filialen
- 12 000 Ex. verteilt via Apotheken, Verlagspartner, Diverse
- 3000 Jahresabonnenten
- in der ganzen Deutschschweiz verteilt

### Die Online-Ausgabe

Woche für Woche verschicken wir kostenlos unsere Online-Sprechstunde an interessierte Leserinnen und Leser. Bewegende Schicksale, interessante Themen, News und Gesundheitsprogramme zum Mitmachen. Unzählige Leser machen begeistert mit und schildern, wie sie ihr eigenes gesundheitliches Problem gelöst haben.

- 65 000 Abonnenten
- Versand jeden Freitag
- Werbung und Advertorials für Kunden
- Kosten Online-Advertorial CHF 5000.– pro Schaltung

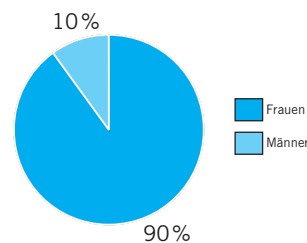
### Erscheinungsweise Zeitschrift: 6x pro Jahr

	Erscheint	Anzeigen-Schluss	Druckunterlagen-Schluss
Ausgabe 1/2024	11.3.2024	5.2.2024	12.2.2024
Ausgabe 2/2024	6.5.2024	2.4.2024	08.4.2024
Ausgabe 3/2024	17.6.2024	13.5.2024	21.5.2024
Ausgabe 4/2024	1.10.2024	26.8.2024	02.9.2024
Ausgabe 5/2024	4.11.2024	30.9.2024	7.10.2024
Ausgabe 6/2024	9.12.2024	4.11.2024	11.11.2024

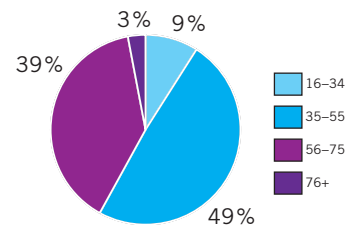


### Leserschaft Newsletter\*

#### Geschlecht



#### Alter



Ø Öffnungsrate 54 %, Ø Klickrate 47 %, \*Quelle: eyepin eMarketing 2023

### Anzeigentarife und Formate

Gerne offerieren wir Ihnen einen individuellen Auftritt aufgrund Ihrer Ziele und Bedürfnisse.

Format	Randabfallendes Format B×H (+ 3 mm Beschnittzugabe)	Satzspiegel-format Breit×Höhe	Bruttopreis 4c	Visualisierung
2/1 Panorama	420×275 mm RA		50 000.–	
1/1	210×275 mm RA	186×233 mm	25 000.–	
Umschlagseite	210×275 mm RA		27 000.–	
1/2 quer	210×137 mm RA	186×114 mm	13 000.–	
1/2 hoch	104×275 mm RA		13 000.–	
1/3 quer	210×91 mm RA	186×74 mm	9 000.–	
1/3 hoch	71×275 mm RA		9 000.–	
1/4 quer	210×69 mm RA	186×55 mm	7 000.–	
1/4 hoch	104×137 mm RA		7 000.–	

### Beraterkommission (BK), Abschlussrabatte und Zuschläge

BK: 5%  
Abschlussrabatte auf Bruttoumsatz:  
50 000.– = 2%      75 000.– = 4%      100 000.– = 6%  
Platzierungsgarantie: 20% Zuschlag auf den Bruttopreis

### Format und Beschnittzugaben

- **Heftformat 210x275 mm**
- Randabfallende Sujets mit zusätzlich **+3 mm Beschnittzugabe** auf allen vier Seiten.
- Texte und Teile, die nicht angeschnitten werden dürfen, müssen 8 mm vom Netto-Formatrand entfernt sein.
- Auf einer Seite können mehrere Anzeigen platziert werden. Dies gilt für alle Anzeigen, die 1/2-seitig oder kleiner sind.

### Sonderwerbformen

Publireportagen, Werbereportagen, Broschüren, Booklets, Pocketguides, Folder und weitere individuelle Kundenproduktionen offerieren wir Ihnen gerne auf Anfrage.

### Beilagen, Beihefter, Beikleber, Warenmuster

- Berechnungsbasis sind 190 000 Exemplare. Die Auflage kann von Ausgabe zu Ausgabe variieren. Mindestanlieferung 190 000 Exemplare.
- Preise inkl. Porto und technische Kosten
- Abschluss- und BK-berechtigt
- Split auf Anfrage möglich
- Andere Spezialitäten und Grammaturen auf Anfrage möglich

### Kosten brutto

Gewicht	Beilage	Beikleber/ Warenmuster*	Beihefter	Postkarte*
16–25 g	62 000.–	45 000.–*	62 000.–	29 000.–*
26–35 g	67 000.–	47 000.–*	67 000.–	
36–50 g	72 000.–	49 000.–*	72 000.–	

\*) zuzüglich Kosten Trägerinserat

### Formate (Breite x Höhe)

Werbemittel	Minimum	Maximum*
Beilage	105 x 148 mm	195 x 260 mm
Beikleber	85 x 55/55 x 85 mm	150 x 200 mm
Warenmuster	85 x 55/55 x 85 mm	150 x 200 mm
Beihefter	105 x 148 mm	210 x 275 mm +4 mm Beschnittzugabe
Postkarte	140 x 90 mm	150 x 200 mm

\*Grössere Formate bedürfen einer individuellen Abklärung, sind aber je nach Papier und Ausrüstung möglich.

Detaillierte technische Spezifikationen und Lieferfristen auf Anfrage.

Sonderformate (Beilagen/Beihefter mit Überstand) müssen gesondert angefragt werden.


### Tarife für Online-Werbung

Wideboard	994 x 250 px	2500.–/Woche*
Wideboard Premium	994 x 250px	5000.–/Woche*
Maxiboard	994 x 118 px	1500.–/Woche*
Wide Skyscraper	160 x 600px	1500.–/Woche*
Leaderboard	728 x 90px	1000.–/Woche*
Skyscraper	120 x 600 px	1000.–/Woche*
Rectangle	300 x 250 px	1000.–/Woche*

\* Fixplatzierung

### Druckunterlagen

#### Daten-Spezifikation

Vorzugsweise PDF/X-4:2010 (max. 300% Farbdeckung )  
Schriften vollständig einbetten.

EPS-Files (Schriften in Pfade gewandelt) oder InDesign-Files, gesammelt und gezippt mit allen Schriften und Bildern.  
Liefen Sie Schriften und Bilder immer mit. Word- und Powerpoint-Dokumente sind keine geeigneten Druckvorlagen.  
Alle technischen Angaben unter [www.doktorstutz.ch/werbung](http://www.doktorstutz.ch/werbung)

#### Farbseparation

Rollenoffsetdruck, Eurostandard CMYK heatset

**maximale Farbdeckung: 300% **

Empfohlenes **Profil: PSO\_LWC\_Standard\_eci.icc**

(alternativ: ISOcoated\_v2\_300\_eci.icc oder PSOcoated\_v3.icc)

Weitere Informationen zu Separationsprofilen unter European Color Initiative [www.eci.org](http://www.eci.org)

Akzidenzoffset, LWC-Papier (light weight coating)

**maximale Flächendeckung 300%**, max. Schwarz 98%.

Der Aufwand für Umrechnung und Korrektur von falsch angelieferten Inseraten wird ohne Rücksprache und ohne Ausnahme mit CHF 120.–/Std. verrechnet.

#### Anlieferung

Schicken Sie uns das Druckmaterial **nach Prüfung der Farbdeckung** per E-Mail oder via [www.wetransfer.com](http://www.wetransfer.com) an [martin.tamas@tamasmedia.ch](mailto:martin.tamas@tamasmedia.ch)

### Kontakt

**tamasmedia** <sup>TM</sup>

Tamas Media GmbH  
Ettenbergstrasse 16  
8907 Wettswil

Judith Bizozzero  
Telefon +41 (0)43 818 73 46  
[judith.bizozzero@tamasmedia.ch](mailto:judith.bizozzero@tamasmedia.ch)

Martin Tamas  
Telefon +41 (0)43 818 70 69  
[martin.tamas@tamasmedia.ch](mailto:martin.tamas@tamasmedia.ch)

Anzeigenpreise gültig ab 1.1.2024. Preisänderungen vorbehalten.  
Alle Angaben in CHF brutto, exkl. MwSt. Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) von Sprechstunde Doktor Stutz, Tamas Media GmbH und Tamas Kommunikation, einsehbar unter [www.doktorstutz.ch](http://www.doktorstutz.ch). Weitere Infos unter [www.doktorstutz.ch/werbung](http://www.doktorstutz.ch/werbung)