

Bauer Media Group
BEST SELLER

Meins Frauen wie wir!

Meins

Valerie Niehaus (50): „HUMOR bewahrt den Blick für das WESENTLICHE“

Nr. 13 | 4. Juni 2025

DIE TOP-STOFFWECHSEL-BOOSTER

BLITZ-DETOX für uns Frauen mit 50⁶⁰70

Mode 50plus
Wir treiben es bunt!

REISERECHT
So wird unser Urlaub perfekt

Easy & lecker
Ruck-zuck-Gerichte aus der Pfanne

Schmeckt nach Dolce Vita
Panna-cotta-Desserts

Nova Meierhenrich (51):
„Mutter zu sein blieb mir verwehrt, aber das hat mich STARK gemacht“

**Radeln macht glücklich...
Fahrradtouren in Deutschland**

Wir leben unsere TRÄUME – genau jetzt!

- **Marita (66):** „Aufgeben ist keine Option“
- **Eva (65):** „Mauritius ist meine neue Heimat“

Deutschland 3,80 €
Österreich 4,30 €
Schweiz 7,50 CHF
Belgien 4,50 €
Luxemburg 4,50 €
Italien 5,30 €
Spanien 5,30 €

Print-Preise
2027



Rabattkombinationen

Folgerabatt

Bei zusätzlichen Buchungen in MEIN TV & ICH erhalten Sie dort einen Folgerabatt von 20 %.



Formate auf Einzelseiten

Format	Format-Ergänzungen	Platzierung	Anschnitt (Breite x Höhe in mm)	Farb-/sw-Anzeigen
1/1	Normal	Innenteil	210 x 280	26.960
1/1	Normal	2. Umschlagseite	210 x 280	29.660
1/1	Normal	4. Umschlagseite	210 x 280	31.010
1/2	Hoch	Innenteil	103 x 280	18.680
1/2	Quer	Innenteil	210 x 139	18.680
1/3	Hoch	Innenteil	70 x 280	14.000
1/3	Quer	Innenteil	210 x 94	14.000
1/4	Hoch	Innenteil	53 x 280	11.690
1/4	Quer	Innenteil	210 x 73	11.690

Formate auf Doppelseiten

Format	Format-Ergänzungen	Platzierung	Anschnitt (Breite x Höhe in mm)	Farb-/sw-Anzeigen
2/1	Normal	Innenteil	420 x 280	53.920
2/1	Normal	2. Umschlagseite + Seite 3	420 x 280	59.310

Reservierungen für Vorzugsplatzierungen verfallen, sofern für sie bis zwei Wochen vor Anzeigenschluss kein schriftlicher Buchungsauftrag vorliegt. Weiterhin behalten wir uns im Falle einer Auftragserteilung eines anderen Kunden für eine bereits reservierte Vorzugsplatzierung vor, diese Reservierung zur Buchung freizugeben, sollte der Auftrag des reservierenden Kunden nicht innerhalb von drei Werktagen vorliegen.

Sonderformate, Anzeigen-Teilbelegungen und Motivsplits auf Anfrage.

ADVERTORIALS

Die Advertorials werden zum gültigen Anzeigenpreis zzgl. Kreationskosten berechnet und in den Jahresabschluss einbezogen.

KREATIONSKOSTEN

(inkl. Konzept, Text und Layout, exkl. Bildrechte und Fotoproduktionen)

2/1 Seite: 3.500

1/1 Seite: 2.900

1/2 Seite: 2.200

1/3 Seite: 1.900

Zzgl. ggf. entstehender Bildhonorare, falls diese 150 € übersteigen.

Weitere Formate auf Anfrage. Für Fotoproduktion, Rezeptentwicklung, Strecken etc. erstellen wir Ihnen gerne ein individuelles Angebot. Die Advertorials werden mit dem Wort „ANZEIGE“ gekennzeichnet. Die Kreationskosten sind nicht rabatt- und AE-fähig. Briefing, Bild- und Textmaterial benötigen wir bis spätestens 3 Wochen vor Druckunterlagenschluss – siehe auch unter dem Punkt Termine. Timing für Fotoproduktion, Rezeptentwicklung, Strecken etc. auf Anfrage.

Alle Preisangaben in Euro; die Preise gelten ab 1. Januar 2027 für Buchungen bei Ad Alliance GmbH; die gesetzliche Mehrwertsteuer wird auf den Nettorechnungsbetrag aufgeschlagen.

Beilagen						Oversize-Beilagen																																																												
Definition		Beilagen sind verarbeitungsfertig angelieferte Produkte, die der Zeitschrift lose und mit der geschlossenen Seite zum Bund beigelegt werden. Das Maximalgewicht bedarf der Abstimmung. Warenproben auf Anfrage.						Oversize-Beilagen haben einen in der Höhe heraus schauenden Teil (Header). Sie werden der Zeitschrift lose und mit der geschlossenen Seite zum Bund beigelegt. Das Maximalgewicht bedarf der Abstimmung.																																																										
Preis pro %		<table><tr><th>Gewicht bis</th><th>Gesamt ohne Abo</th><th>Abo innerhalb Gesamt</th><th>Teilaufgabe exkl. Abo</th><th>Abo</th></tr><tr><td>20 g</td><td>114</td><td>140</td><td>128</td><td>160</td></tr><tr><td>30 g</td><td>119</td><td>155</td><td>133</td><td>175</td></tr><tr><td>40 g</td><td>124</td><td>167</td><td>139</td><td>187</td></tr><tr><td>50 g</td><td>129</td><td>187</td><td>144</td><td>207</td></tr><tr><td>60 g</td><td>139</td><td>209</td><td>156</td><td>229</td></tr><tr><td>je weitere 10 g</td><td>+15</td><td>+30</td><td>+15</td><td>+38</td></tr></table>				Gewicht bis	Gesamt ohne Abo	Abo innerhalb Gesamt	Teilaufgabe exkl. Abo	Abo	20 g	114	140	128	160	30 g	119	155	133	175	40 g	124	167	139	187	50 g	129	187	144	207	60 g	139	209	156	229	je weitere 10 g	+15	+30	+15	+38			<table><tr><th>Gewicht bis</th><th>Gesamt ohne Abo</th><th>Abo innerhalb Gesamt</th><th>Teilaufgabe exkl. Abo</th><th>Abo</th></tr><tr><td>20 g</td><td>143</td><td>186</td><td>160</td><td>206</td></tr><tr><td>30 g</td><td>173</td><td>225</td><td>194</td><td>245</td></tr><tr><td>je weitere 10 g</td><td>+30</td><td>+40</td><td>+30</td><td>+40</td></tr></table>				Gewicht bis	Gesamt ohne Abo	Abo innerhalb Gesamt	Teilaufgabe exkl. Abo	Abo	20 g	143	186	160	206	30 g	173	225	194	245	je weitere 10 g	+30	+40	+30	+40
Gewicht bis	Gesamt ohne Abo	Abo innerhalb Gesamt	Teilaufgabe exkl. Abo	Abo																																																														
20 g	114	140	128	160																																																														
30 g	119	155	133	175																																																														
40 g	124	167	139	187																																																														
50 g	129	187	144	207																																																														
60 g	139	209	156	229																																																														
je weitere 10 g	+15	+30	+15	+38																																																														
Gewicht bis	Gesamt ohne Abo	Abo innerhalb Gesamt	Teilaufgabe exkl. Abo	Abo																																																														
20 g	143	186	160	206																																																														
30 g	173	225	194	245																																																														
je weitere 10 g	+30	+40	+30	+40																																																														
		Beilagen mit aufgeklebten Elementen auf Anfrage.						*Zuzüglich 70,- p. T. Postgebühren.																																																										
Belegung		Mindestauflage: 50.000 Exemplare. Die Aboauflage kann nicht teilbelegt werden.						Mindestauflage: 50.000 Exemplare. Die Aboauflage kann nicht teilbelegt werden.																																																										

	Beikleber	Beihefter					
Definition	Beikleber sind verarbeitungsfertig angelieferte Produkte, die auf eine Trägeranzeige aufgeklebt werden und durch den Interessenten abgelöst werden können.	Beihefter sind fest in eine Zeitschrift integrierte Drucksachen/Prospekte eines Werbenden. Sie können verarbeitungsfertig vom Auftraggeber angeliefert oder auf Anfrage durch uns hergestellt werden.					
Preis pro %	Ad Special	Gewicht bis	Gesamt ohne Abo	Abo innerhalb Gesamt	Seiten	Gesamt ohne Abo	Abo innerhalb Gesamt
	Booklet	10 g	74	93	4	114	143
	Booklet	20 g	78	101	8	119	149
	je weitere 10 g		+15	+40	12	124	161
	Warenprobe	10 g	111	139	16	126	170
	Warenprobe	20 g	121	157	je weitere 4 Seiten	+12	+20
	Andere Beikleber auf Anfrage.						
Belegung	Mindestauflage: Inland gesamt Trägeranzeige: mindestens 1/1 Seite in der Gesamtauflage (Berechnung lt. Preisliste)				Mindestauflage: Inland gesamt		

Preisangaben	Preise für je angefangene tausend Exemplare. Die Preise für Ad Specials können sich erhöhen, falls durch sie z. B. die Verarbeitung erschwert wird. Verbund-Ad Specials sind nach besonderer Vereinbarung möglich. Gewichtsabhängige Postgebühren, die für die Belegung der Aboauflage anfallen, sind in diesen Preisen enthalten. Bei Unterschreitung der Mindestbelegung gilt die Mindestbelegungsmenge als Berechnungsgrundlage.
Auflagen-abstimmung	Geringfügige Abweichungen von den vereinbarten Streugebieten sind aus vertriebstechnischen Gründen möglich. Die zu belegenden Auflagen unterliegen Schwankungen, deshalb muss die tatsächlich benötigte Menge bei Auftragserteilung abgestimmt werden. Unterschiedliche Versionen in einer Ausgabe nur auf Anfrage.
Technik und Anlieferung	Verbindliche technische Angaben, Informationen zu Terminen, Mustern, sowie zur Anlieferung abrufbar mit Downloadfunktion unter www.adspecial-portal.de . Ebenfalls kann über das Portal eine Druckauflagen-Anfrage gestellt werden. Bei evtl. auftretenden Verarbeitungsschwierigkeiten hat die Fertigstellung der Auflage Vorrang gegenüber den Ad Specials.
Druckservice	Auf Wunsch übernimmt der Verlag auch die Produktion des Ad Specials. Preise auf Anfrage.
Die Gesamtpreise gelten auch bei der Belegung der Inlandsauflage. Alle Preisangaben in Euro; die Preise gelten ab 1. Januar 2027 für Buchungen bei Ad Alliance GmbH; die gesetzliche Mehrwertsteuer wird auf den Nettorechnungsbetrag aufgeschlagen.	

Termine



Heft-Nr.	Erscheinungs- tag	Kalender- woche	Anzeigen- und Druckunterlagenschluss, Rücktrittstermin	Ad Specials Buchungsschluss und Rück- trittstermin	Ad Specials Anlieferung
2/2027	13.01.2027	02	27.11.2026	27.11.2026	22.12.2026
3/2027	27.01.2027	04	11.12.2026	11.12.2026	11.01.2027
4/2027	10.02.2027	06	29.12.2026	29.12.2026	25.01.2027
5/2027	24.02.2027	08	14.01.2027	14.01.2027	08.02.2027
6/2027	10.03.2027	10	28.01.2027	28.01.2027	22.02.2027
7/2027	23.03.2027	12	10.02.2027	10.02.2027	05.03.2027
8/2027	07.04.2027	14	23.02.2027	23.02.2027	18.03.2027
9/2027	21.04.2027	16	09.03.2027	09.03.2027	05.04.2027
10/2027	04.05.2027	18	22.03.2027	22.03.2027	16.04.2027
11/2027	19.05.2027	20	06.04.2027	06.04.2027	29.04.2027
12/2027	02.06.2027	22	19.04.2027	19.04.2027	14.05.2027
13/2027	16.06.2027	24	03.05.2027	03.05.2027	31.05.2027
14/2027	30.06.2027	26	19.05.2027	19.05.2027	14.06.2027
15/2027	14.07.2027	28	03.06.2027	03.06.2027	28.06.2027
16/2027	28.07.2027	30	17.06.2027	17.06.2027	12.07.2027
17/2027	11.08.2027	32	01.07.2027	01.07.2027	26.07.2027
18/2027	25.08.2027	34	15.07.2027	15.07.2027	09.08.2027
19/2027	08.09.2027	36	29.07.2027	29.07.2027	23.08.2027
20/2027	22.09.2027	38	12.08.2027	12.08.2027	06.09.2027
21/2027	06.10.2027	40	26.08.2027	26.08.2027	20.09.2027
22/2027	20.10.2027	42	09.09.2027	09.09.2027	04.10.2027
23/2027	03.11.2027	44	22.09.2027	22.09.2027	15.10.2027
24/2027	17.11.2027	46	06.10.2027	06.10.2027	29.10.2027
25/2027	01.12.2027	48	20.10.2027	20.10.2027	15.11.2027
26/2027	15.12.2027	50	04.11.2027	04.11.2027	29.11.2027
1/2028	28.12.2027	52	16.11.2027	16.11.2027	09.12.2027

Aktuelle Themen finden Sie auf <https://contentfinder.ad-alliance.de>.

Verlagsangaben

Meins

Verlag	Heinrich Bauer Verlag KG
Vermarkter	Ad Alliance GmbH, Picassoplatz 1, 50679 Köln, www.ad-alliance.de
Auftragsabwicklung	E-Mail: print-order@ad-alliance.de
Ad Management	E-Mail: print-placements@ad-alliance.de Telefon: +49 (0) 40 / 286686-4832
Ad Specials	E-Mail: print-adspecials@ad-alliance.de Telefon: +49 (0) 40 / 286686-4343
Druckunterlagen	Mohn Media Mohndruck GmbH – Anzeigen MAT E-Mail: anzeigen@bertelsmann.de Telefon: +49 (0) 5241 / 80 - 897 00 Technische Angaben: Die aktuellen und verbindlichen Angaben finden Sie unter: www.duon-portal.de Anlieferung Druckunterlagen: Die zentrale digitale Druckunterlagen-Annahme erfolgt über: www.duon-portal.de Support erhalten Sie unter: support@duon-portal.de Telefon Hotline: +49 (0) 40 / 37 41 - 17 50
	
	Die verbindlichen technischen Angaben für Ad Specials online unter www.adspecial-portal.de
Erscheinungsweise	14-tägig
Erstverkaufstag	Mittwoch
Copypreis	3,99 EUR
PZN	MEINS 502100
Zahlungsbedingungen	Rechnungen sind innerhalb von 10 Tagen nach Rechnungsdatum fällig. Es wird innerhalb dieser Frist 2 % Skonto gewährt, es sei denn, es bestehen noch ältere Verlagsforderungen. Bei Sonderrabatten und technischen Sonderkosten wird kein Skonto gewährt. Bankeinzugsverfahren ist vereinbar. Bei Überschreitungen des Zahlungsziels werden alle weiteren offen stehenden Rechnungen sofort fällig, unabhängig von den früher gewährten Zahlungszielen. Verzugszinsen lt. Ziff. 8 der Allgemeinen Geschäftsbedingungen werden in Höhe der banküblichen Zinsen für Dispositions-Kredite berechnet.
Geschäftsbedingungen	Das Verbreitungsgebiet des/der gebuchten Print-Magazine ist weltweit. Die Ad Alliance GmbH behält sich vor, nach einheitlich, sachlich gerechtfertigten Grundsätzen die Verbreitung von Anzeigen/AdSpecials in ausländische Verbreitungsgebiete einzuschränken oder auszuschließen. Die Ad Alliance GmbH wird hierüber den Auftraggeber vorab informieren. Für die Abwicklung von Aufträgen gelten die Zahlungs- und Geschäftsbedingungen, die beim Verlag zu beziehen sind oder unter www.ad-alliance.de/AGB einzusehen sind. Aufgrund steuerlicher Vorschriften bitten wir bei Auftragserteilung um Angabe der Steuernummer und/oder Umsatzsteuer-ID.

DIE IN DIESER PREISLISTE AUFGEFÜHRTEN ANGABEN KÖNNEN UNTERJÄHRIG AKTUALISIERT WERDEN; DEN JEWEILS LETZTEN, VERBINDLICHEN STAND DIESER PREISLISTE FINDEN SIE UNTER [HTTPS://WWW.AD-ALLIANCE.DE](https://www.ad-alliance.de).

 best for planning. www.b4p.de



Informationsgemeinschaft zur Feststellung
der Verbreitung von Werbeträgern e.V.

Ansprechpartner

Meins

Verkaufsbüro München

Ad Alliance GmbH
Ainmillerstr. 8/8a
80801 München
Telefon: +49 (0) 89 / 380 153-282
E-Mail: Verkaufsbuero.Muenchen@ad-alliance.de

Verkaufsbüro Düsseldorf

Ad Alliance GmbH
c/o Design Offices GmbH
Kaistraße 5
40221 Düsseldorf
Telefon: +49 (0) 211 / 9 01 68-0
E-Mail: Verkaufsbuero.Duesseldorf@ad-alliance.de

Österreich, Südtirol, Schweiz

RTL AdAlliance GesmbH
Freia Csokor-Sebesta
Stella-Klein-Löw-Weg 11-17, Haus C
1020 Wien, Österreich
Telefon: +43 1 3678040-8094
E-Mail: rtladalliance_at@rtl.com

Verkaufsbüro Hamburg

Ad Alliance GmbH
Koreastraße 7
20457 Hamburg
Telefon: +49 (0) 40 / 28 66 86-282
E-Mail: Verkaufsbuero.Hamburg@ad-alliance.de

Verkaufsbüro Frankfurt

Ad Alliance GmbH
Speicherstraße 53
60487 Frankfurt
Telefon: +49 (0) 69 / 21 93 38-282
E-Mail: Verkaufsbuero.Frankfurt@ad-alliance.de

RTL AdAlliance AG
Stefanie Meierfrankenfeld
Zeltweg 15
Postfach
8032 Zürich, Schweiz
Telefon: +41 79 280 33 19
E-Mail: rtladalliance_ch@rtl.com

Zuständig für die Vermarktung dieses Titels im Ausland ist RTL AdAlliance. Alle Ansprechpartner sowie die englischen Preislisten finden Sie hier: www.rtl-adalliance.com.



Das aktuelle Vermarktungsportfolio finden sie unter www.ad-alliance.de.
Ad Alliance GmbH | Sitz: Köln, Amtsgericht Köln HRB 33057
Geschäftsführer: Frank Vogel, Stephan Schmitter

Preise gültig ab 01.01.2027



Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Ad Alliance GmbH,
abrufbar unter www.ad-alliance.de/agb.

Ad Alliance ist die Vermarktungseinheit von RTL Deutschland und verantwortlich für die Vermarktung der Sender und Angebote von RTL Deutschland, der Bauer Media Group sowie des Video- und Addressable TV-Netzwerk von RTL AdAlliance. Als Dienstleister vermarktet Ad Alliance Printmarken sowie Digital-InPage-Marken von Media Impact und als Eigenhändler die Digital-InStream-Marken von Media Impact, ausgewählte Print- und Digitalmarken der FUNKE Mediengruppe sowie das Streamingangebot HBO Max von Warner Bros. Discovery.

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen von der Media Impact GmbH & Co. KG, abrufbar unter: www.mediaimpact.de/de/agb, es sei denn es ist anders gekennzeichnet.