

MEDIA
DATEN 2026

VdK Zeitung

Die besten Seiten des Verbands

Die VdK Zeitung ist das Sprachrohr des Sozialverbands VdK Deutschland für seine über 2,2 Millionen Mitglieder und gehört zu den größten Mitgliederzeitungen bundesweit. Die VdK Zeitung wird jedem VdK-Mitglied 10 x im Jahr per Post zugestellt.

Die VdK Zeitung berichtet über Themen, die die VdK-Mitglieder bewegen und interessieren. Das Themenspektrum reicht von Politik, Sozialrecht und aktivem Verbandsleben bis hin zu Gesundheit, Verbraucher, Freizeit und Kultur.

Besonders die Berichterstattung über rechtliche Unterstützung im Bedarfsfall sowie Tipps zu Rente, Pflege und Gesundheit sorgen für eine hohe Glaubwürdigkeit und Akzeptanz der VdK Zeitung bei seinen Leserinnen und Lesern und somit für eine ausgezeichnete Leser-Blatt-Bindung.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Leistungswerte unserer Verbandszeitung. Sie werden feststellen, dass unsere Publikation die immer größer werdende Zielgruppe 50+ mit hoher Glaubwürdigkeit und engagierter Verbandsarbeit überzeugt.



Julia Frediani
Redaktion Berlin
(verantwortlich)



Dr. Bettina Schubarth
Redaktion München
(verantwortlich)



Online finden Sie uns auf www.720health.media/vdk-zeitung

BUNDESWEITE VORSORGE-WOCHE: GRATIS HÖRTEST-TAGE BEI GEERS.

Ein Hörverlust tritt schleichend ein. Deswegen sollte das Gehör einmal pro Jahr überprüft werden. Sorgen Sie also jetzt vor – kommen Sie einfach zu den bundesweiten Hörtest-Tagen von GEERS vom **7. bis 13. April 2021**

Haben Sie an den Hörtest-Tagen keine Zeit?
Vereinbaren Sie einfach kostenlos einen Wunschtermin unter **0800 724 000 262**

Name, Vorname	Nächster Termin	Dauer
	7. bis 13. April oder Wunschtermin	15 Minuten

Lösen Sie diese Teilnehmekarte in einem von 760 GEERS Fachgeschäften ein. Im Fachgeschäft und weitere Informationen finden Sie auf geers.de oder kostenlos unter **0800 724 000-262**

GEERS
GUTES HÖREN

[illegible][illegible][illegible]

Media-Facts



10-mal jährlich verbreitete Auflage
1.915.482 Exemplare



Druckauflage
1.714.771 Exemplare



Reichweite
> 2,2 Mio. Leserinnen und Leser
(Mitglieder des Sozialverbands VdK Deutschland)
(Angaben Sozialverband VdK)



Freiexemplare *
1.630 Exemplare
* u.a. an Bundes- und Landesministerien, Bundes- und Landtags-abgeordnete, Ärzte, Physiotherapeuten, Therapie- und Reha-Zentren



TAP
25,13 €



Verkaufte Auflage
1.913.852 Exemplare

Leserstrukturdaten

Personenbezogene Aussagen	VdK Anteil %
Altersgruppen	
bis 49 Jahre	14,9
50 Jahre und älter	85,1
60 Jahre und älter	63,6
Berufstätigkeit	
Pensionär/Rentner	53
HHNE (meist 1 bis 2 Personen)	
mehr als 1.500 € / Monat	74,9
mehr als 2.500 € / Monat	50
mehr als 3.000 € / Monat	29,9
Wohnverhältnisse	
Eigenes Haus	46,3
Eigentumswohnung	11,6
PWK im Haushalt	82,9

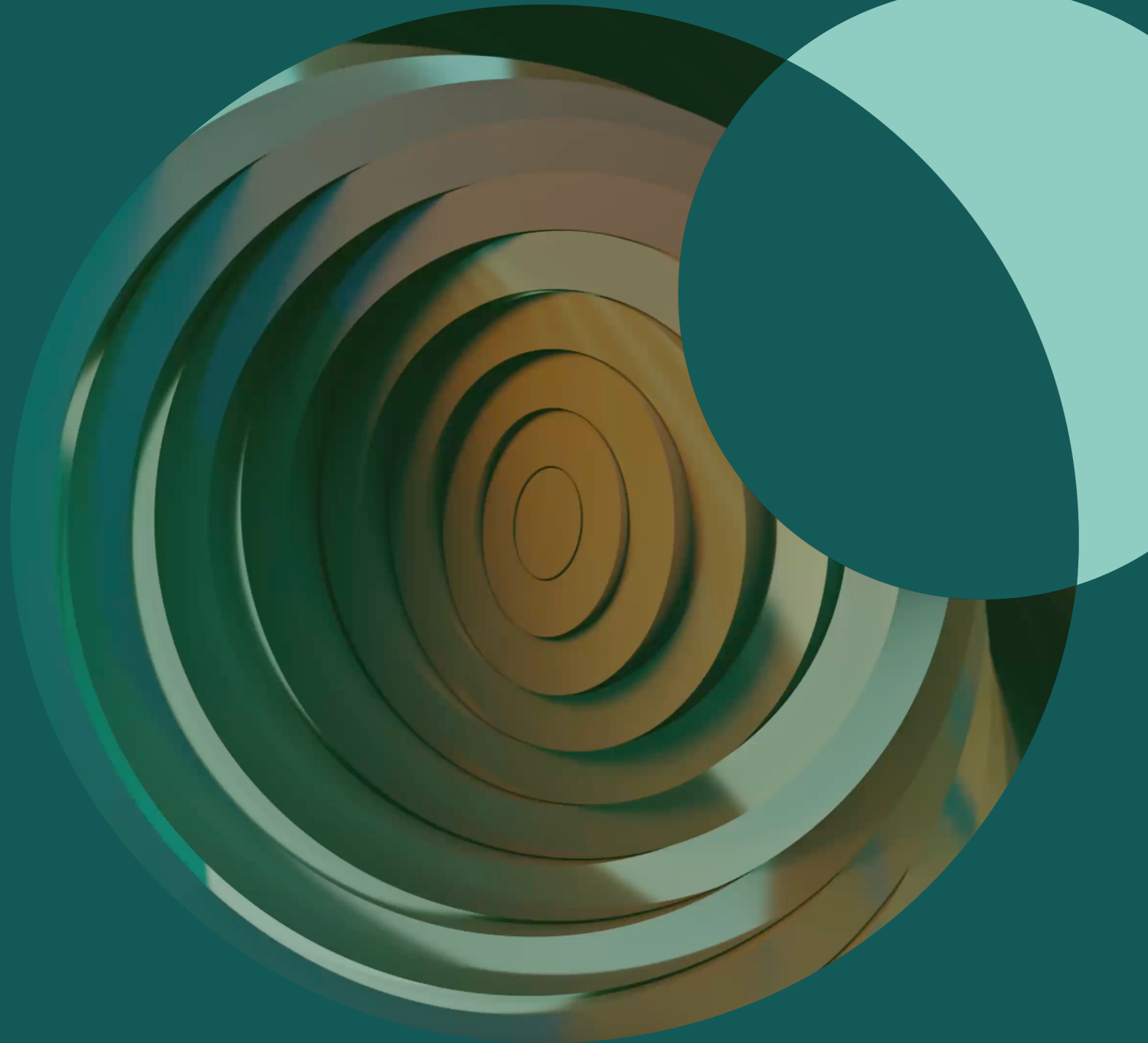
Quelle: ma 2026 Pressemedien I, Potenzial:
Gesamt (72.921 ungew. Fälle, 72.921 gew. Fälle, 71,00 Mio.)

Gute Gründe für die VdK Zeitung

VdK Zeitung

- Mit über 19 Mio. Exemplaren bundesweit eine der größten Mitgliederzeitungen Deutschlands
- Hohe Zielgruppengenauigkeit bei 50+
- Von über 90 % der Leserinnen und Leser mit "gut" oder "sehr gut" bewertet
- Hohe Glaubwürdigkeit durch engagierte Verbandsarbeit
- Starke Leser-Blatt-Bindung und hohe Lesedauer
- Hohe Erreichbarkeitsquote auch von Nicht-Webnutzern
- Seriöses Anzeigenumfeld für Leistungsangebote und Produktanzeigen

Themenauswahl



Themenplan

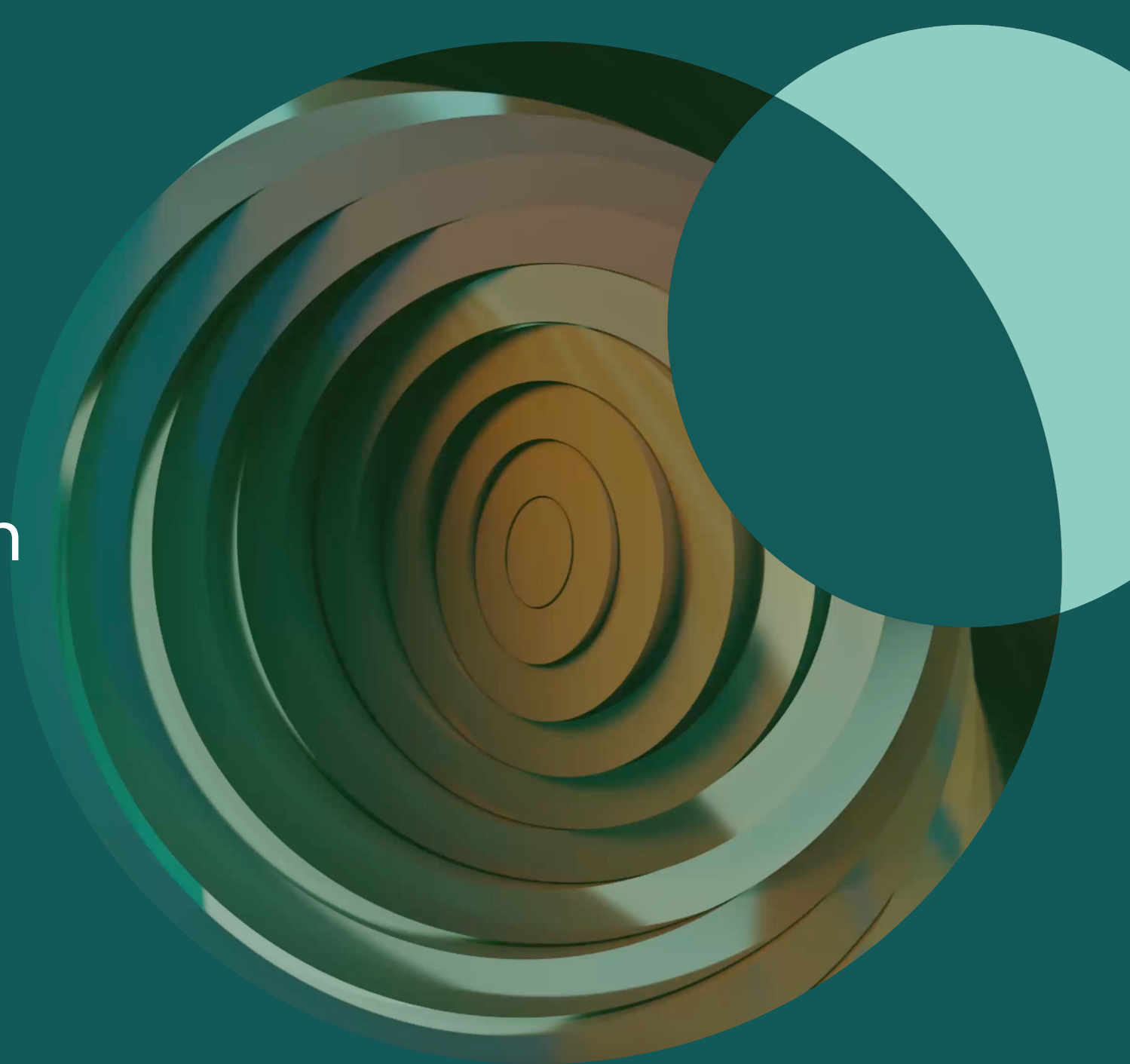
Ausgaben	Schwerpunktthema	ET	AS	DU
Februar 2026	Attraktiv und gepflegt im Alter	30.01.2026	30.12.2025	09.01.2026
März 2026	Wohnen im Alter - Leben Zuhause	06.03.2026	03.02.2026	13.02.2026
April 2026	Gesundheitsprophylaxe durch Training und Ernährung	03.04.2026	03.03.2026	13.03.2026
Mai 2026	Alles für das Haustier	04.05.2026	30.03.2026	10.04.2026
Juni 2026	Besser hören, sehen, laufen	30.05.2026	27.04.2026	08.05.2026
Juli/August 2026	Technische und digitale Alltagshelfer	04.07.2026	02.06.2026	12.06.2026
September 2026	Gesundheit, Bewegung und Sport	28.08.2026	28.07.2026	07.08.2026
Oktober 2026	Gesunder Schlaf – die beste Medizin	01.10.2026	01.09.2026	11.09.2026
November 2026	Fokus Alterskrankheiten	30.10.2026	29.09.2026	09.10.2026
Dezember 2026/Januar 2027	Hobby und Freizeit	04.12.2026	03.11.2026	13.11.2026
Februar 2027		29.01.2027	29.12..2026	08.01.2027

Änderungen vorbehalten

**Ihre Ansprechpartnerin
für gewerbliche Anzeigen:**

Ina Sedlmeyer
ina.sedlmeyer@markomgroup.de
+49 22 02 81 78 89 3

Gewerbliche Anzeigen



Preise & Formate

Preisliste 2026 (Nr. 1, gültig ab 14.02.2026), Erscheinungsweise: 10x jährlich

Formate	Preise
1/1 Zeitungsseite	48.150 €
1/1 Magazinseite	28.200 €
1/2 Zeitungsseite quer	27.200 €
1/4 Zeitungsseite quer	16.100 €
1/4 Zeitungsseite hoch	16.100 €
1/8 Zeitungsseite quer	8.050 €
1/8 Zeitungsseite hoch	8.050 €
1/16 Zeitungsseite quer/hoch	4.225 €
1/32 Zeitungsseite quer/hoch	2.190 €
Millimeterpreis (je Spalte und je mm Höhe)	36,50 €

Alle Preise zzgl. ges. MwSt. Preise sind AE-fähig (15%).
Anzeigen im Satzspiegel-Format
Angaben in Millimetern (Breite x Höhe)

Weitere Formate auf Anfrage.

Kein Anzeigendruck im Anschnitt, daher keine Beschnittzugabe nötig.

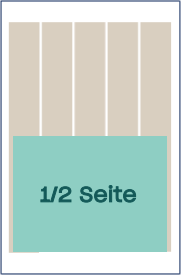
Formate



281 x 426 mm



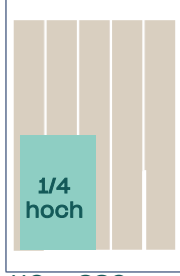
224 x 280 mm



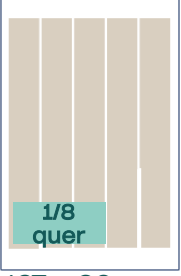
281 x 203 mm



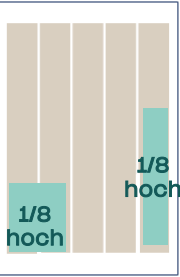
224 x 140 mm (4-sp.)
281 x 110 mm (5-sp.)



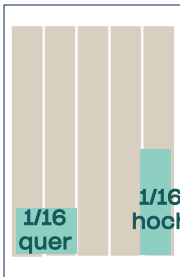
110 x 280 mm



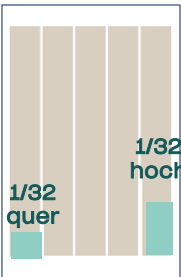
167 x 90 mm



110 x 140 mm (2-sp.)
53 x 280 mm (1-sp.)



110 x 70 mm (quer)
53 x 140 mm (hoch)



110 x 35 mm (quer)
53 x 70 mm (hoch)

Beilagen

Preise *	
Bis 25 g	122 € / %.
26 bis 49 g	129 € / %.
Höhere Gewichte	auf Anfrage
Mindestauflage	10.000 Expl.
Mindestformat	DIN A6 (148 mm breit x 105 mm hoch)
Höchstformat	DIN A4 (210 mm breit x 297 mm hoch)

* Preise bei Anlieferung fertig produzierter Beilagen. Preise sind AE-fähig (15 %). Preise zzgl. ges. MwSt.

Ihre Ansprechpartnerin für Beilagen:

Ina Sedlmeyer

ina.sedlmeyer@markomgroup.de

+49 22 02 81 78 89 3

Portobeteiligung **	
Bis 9 g	5,46 € / %.
10 bis 19 g	10,93 € / %.
20 bis 29 g	15,44 € / %.
30 bis 39 g	20,58 € / %.
40 bis 49 g	25,73 € / %.
Selektionsgebühr **	110 € / pro Selektion

** Preise weder rabatt- noch AE-fähig. Preise zzgl. ges. MwSt.

Wichtige Infos zu Beilagen

Bitte erfragen Sie vorab alle wichtigen Infos zu Kennzeichnung und Anlieferung unter Telefon:
+49 22 02 81 78 89 3

Vorabmuster

Vorabmuster sind generell erbeten. Bitte senden Sie diese an:
markomGROUP
Ina Sedlmeyer
Paffrather Straße 102-116
51465 Bergisch Gladbach

Anlieferadresse für Beilagen

Weiss-Druck GmbH & Co. KG
Beilage VdK Zeitung
Werk I, Hochregallager, Tor 7+8
Hans-Georg-Weiss-Straße 7
52156 Monschau

Regionale Wechelseiten



Aufbau bzw. Seitenfolge der VdK Zeitung

- **Überregionale Seiten**
Seite 1-12 und Seite 18-24
- **Regionale Seiten (sog. Wechelseiten)**
(ab Seite 13 – min. 5 Seiten)

Auflagenhöhe der regionalen Wechelseiten *

Norddeutschland (Niedersachsen / Bremen, Hamburg, Nord)	107.424
Niedersachsen / Bremen (in Norddeutschland enthalten)	82.789
Nordrhein-Westfalen	311.580
Rheinland-Pfalz	183.492
Saarland	36.291
Baden-Württemberg	216.321
Berlin / Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt	64.763
Hessen, Thüringen	255.277
Bayern	740.334

* Die Regionen entsprechen den einzelnen VdK-Landesverbänden. Stand: Verbreitete Auflage 1.915.482 Expl. (IVW 4/2025)

Regionale Platzierungen für Anzeigen und Beilagen möglich

Sie agieren nicht bundesweit?

Wir bieten Schaltungen in Ihrer Region an. Sprechen Sie uns an!

Ihre Ansprechpartnerin für gewerbliche Anzeigen und Beilagen regional

Ina Sedlmeyer

ina.sedlmeyer@markomgroup.de

+49 22 02 81 78 89 3



Rubrik „Reise und Erholung“

Rubrik „Reise und Erholung“

Platzieren Sie – bundesweit – Ihre informativen Reiseangebote für die reisefreudige Zielgruppe 50+ sowie Menschen mit Handicap oder Betreuungswunsch.

- Bus- und Bahnreisen innerhalb Deutschlands und Europa
- Seekreuz- und Flusskreuzfahrten
- Flugreisen mit und ohne Rail&Fly-Angeboten
- Begleitete Rundreisen
- Reisen optional auch mit ärztlicher Begleitung
- Reisen optional auch mit Abholservice, Direkttaxi oder sonstigen Leistungen



Ausgaben	ET	AS	DU
Februar 2026	30.01.2026	08.01.2026	09.01.2026
März 2026	06.03.2026	12.02.2026	13.02.2026
April 2026	03.04.2026	12.03.2026	13.03.2026
Mai 2026	04.05.2026	09.04.2026	10.04.2026
Juni 2026	30.05.2026	07.05.2026	08.05.2026
Juli/August 2026	04.07.2026	11.06.2026	12.06.2026
September 2026	28.08.2026	06.08.2026	07.08.2026
Oktober 2026	01.10.2026	10.09.2026	11.09.2026
November 2026	30.10.2026	08.10.2026	09.10.2026
Dezember 2026/Januar 2027	04.12.2026	12.11.2026	13.11.2026
Februar 2027	29.01.2027	07.01.2027	08.01.2027

Änderungen vorbehalten

Ihre Ansprechpartnerin
für Anzeigen im Reisemarkt:

Nicole Kraus
nicole.kraus@markomgroup.de
 +49 22 02 81 78 89 4

Preise & Formate

Preisliste 2026 (Nr. 1, gültig ab 14.02.2026), Erscheinungsweise: 10x jährlich

Formate	Preise
1/1 Zeitungsseite	36.200 €
1/1 Magazinseite	21.300 €
1/2 Zeitungsseite quer	20.450 €
1/4 Zeitungsseite quer	12.100 €
1/4 Zeitungsseite hoch	12.100 €
1/8 Zeitungsseite quer	6.100 €
1/8 Zeitungsseite hoch	6.100 €
1/16 Zeitungsseite quer/hoch	3.200 €
1/32 Zeitungsseite quer/hoch	1.630 €
Millimeterpreis (je Spalte und je mm Höhe)	27,50 €

Alle Preise zzgl. ges. MwSt. Preise sind AE-fähig (15%).

Anzeigen im Satzspiegel-Format

Angaben in Millimetern (Breite x Höhe)

Weitere Formate auf Anfrage.

Kein Anzeigendruck im Anschnitt, daher keine Beschnittzugabe nötig.

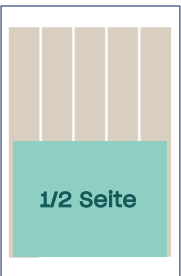
Formate



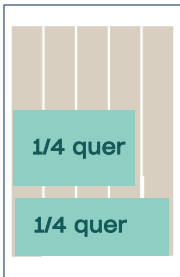
281 x 426 mm



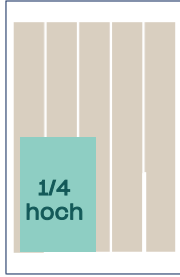
224 x 280 mm



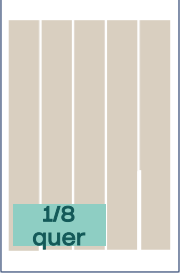
281 x 203 mm



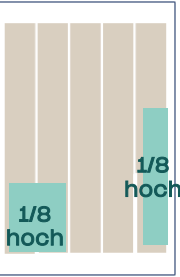
224 x 140 mm (4-sp.)
281 x 110 mm (5-sp.)



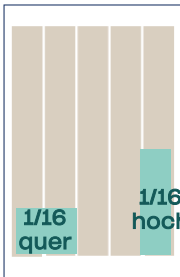
110 x 280 mm



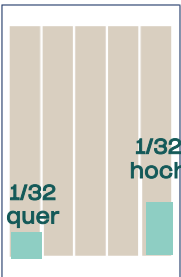
167 x 90 mm



110 x 140 mm (2-sp.)
53 x 280 mm (1-sp.)

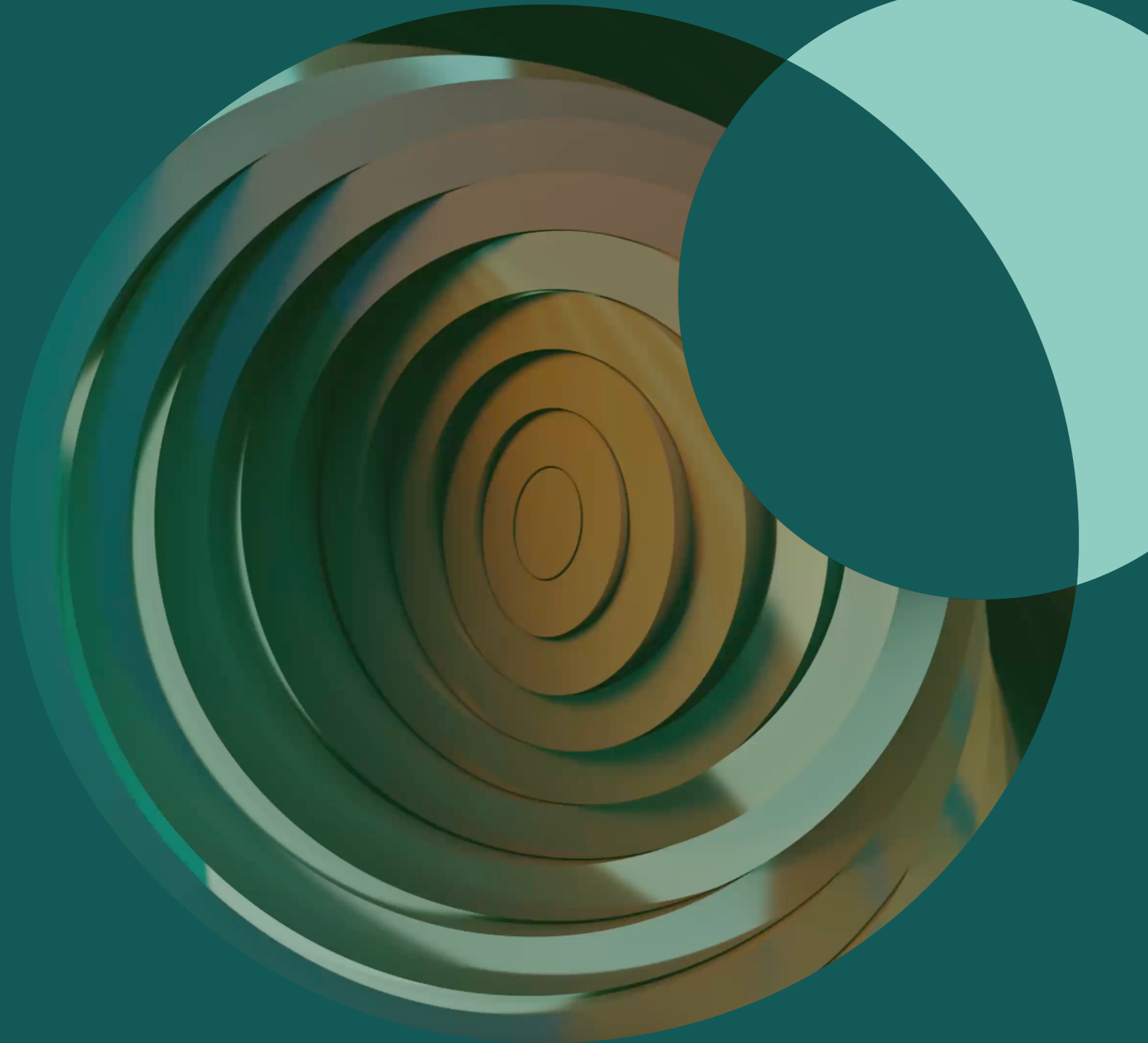


110 x 70 mm (quer)
53 x 140 mm (hoch)



110 x 35 mm (quer)
53 x 70 mm (hoch)

Technische Daten



Technische Daten

Druckverfahren Zeitung	
Zeitungsformat	310 x 460 mm (B x H)
Satzspiegel	281 x 426 mm (B x H) 5-spaltig á 53 mm
Druck	Rollenoffsetdruck, Zeitungspapier 45g
Dateiformate + Druckdaten	Adobe-PDF V 1.4 oder 1.5, PDF/X-3 oder PDF/X-4:2008 Standard (Schriften einbinden), Mindestauflösung 300dpi, Schriftgröße min. 6 pt, Linienstärken min. 0,5 pt
Farbschema	CMYK (keine Sonderfarben) oder Graustufen (s/w)
Farbprofil	WAN-IFRAnewspaper26v5.icc oder ISOnewspaper.icc * (Druckvorgaben Zeitungsdruck) Das Druckprofil zur VdK Zeitung finden Sie auf der Website des DUON-Portals unter www.duon-portal.de
Dateianlieferung gewerbliche Anzeigen	Anlieferung bevorzugt über: www.duon-portal.de Per E-Mail bis max. 10 MB an: ina.sedlmeyer@markomgroup.de
Dateianlieferung für Anzeigen „Reise und Erholung“	Per E-Mail bis max. 10 MB an: nicole.kraus@markomgroup.de

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Diese finden Sie online unter www.wub-media.de



Druckunterlagen

Das Standardformat für die Datenanlieferung ist eine Composite-PDF-Datei. Zulässige PDF-Spezifikationen sind PDF/X-3, PDF/X-1a und PDF/X-4-Dateien, die mit einem eindeutigen OutputIntent gekennzeichnet sind. Fortdruckverbindliche Proofs werden nur dann akzeptiert, wenn sie über den UGRA/FOGRA-Medienkeil und das dazugehörige Auswertungsprotokoll zertifiziert sind. Für Anlieferung ohne farbverbindliche Proofs wird keine Gewähr für farbliche und sachliche Richtigkeit übernommen (Reklamationsausschluss).

Anzeigenbeschnitt

Keine Beschnittzugaben und keine Beschnittmarken bei Anzeigen. Alle Anzeigen werden im Satzspiegel platziert und nicht beschnitten.

Datenanlieferung



www.duon-portal.de

Bei Fragen zur Datenanlieferung oder technischen Angaben wenden Sie sich bitte an unsere Kollegen im Sales Service unter Tel. +49 89 744 33 -113 oder an www.duon-portal.de/service.aspx

Ihr Vorteil bei Nutzung des DUON-Portal: Qualitätssicherung

www.duon-portal.de (DUON-Portal) ist eine für Agenturen und Anzeigenkunden kostenlose digitale Druckunterlagen-Versandlösung in der Anlieferung von Printanzeigen in Deutschland. Neben technischen Informationen zur Druckunterlagenbeschaffenheit bietet es Agenturen und Anzeigenkunden die Möglichkeit die Anzeigen in qualitätsgesicherter Form zu übermitteln. <https://duon-portal.blog/duon-certificate-programm>

Ergebnis der Druckunterlagen-Prüfung

In Form eines Abweichungs-Report (Preflight-Report), der Auskunft über den Gesamtzustand gibt, erhalten Sie das Ergebnis der Datenprüfung nach 3 Klassen unterteilt:

- | | |
|-----------------|--|
| OK: | Es liegen weder Warnungen noch Fehler vor. Die Datei kann versendet werden. |
| WARNUNG: | Es liegt eine oder mehrere Warnungen vor. Bei Warnungen liegt es im Ermessen des Anwenders, ob er diese beheben möchte oder nicht. Mit Freigabe des Senders ist eine Produktion möglich, sofern er Einschränkungen in der Gewährleistung hin- nimmt. |
| FEHLER: | Es liegt ein oder mehrere Fehler und ggf. zusätzliche weitere Warnungen vor. Die Druckunterlagen weist Eigenschaften auf, die eine erfolgreiche Produktion verhin- dern. Die Datei kann deshalb nicht versendet werden und muss neu erstellt werden. |

Kontakt

Herausgeber

Sozialverband VdK Deutschland e.
V. Linienstraße 131
10115 Berlin

Sozialverband VdK Bayern e. V.
Schellingstraße 31
80799 München

Weitere Informationen: www.vdk.de

Herstellung

Weiss-Druck GmbH & Co. KG
Hans-Georg-Weiss-Straße 7
52156 Monschau

Redaktion

Berlin

Redaktion VdK Zeitung
Sozialverband VdK Deutschland e.
V.

Linienstraße 131
10115 Berlin

Telefon: +49 30 92 10 580-0
Telefax: +49 30 92 10 580-999

E-Mail: presse@vdk.de

Julia Frediani (verantwortlich)

München

Redaktion VdK Zeitung
Sozialverband VdK Bayern e.V.
Schellingstraße 31
80799 München

Telefon: +49 89 21 17-0

Telefax: +49 89 21 17-280

E-Mail: presse.bayern@vdk.de

Dr. Bettina Schubarth
(verantwortlich)

Anzeigenverwaltung

Anzeigen für Gesamtausgabe und
Landesseiten Berlin-Brandenburg,
Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen,
Sachsen-Anhalt, Niedersachsen/
Bremen, Hamburg, Nordrhein-Westfalen,
Rheinland-Pfalz, Saarland:

Wort & Bild Verlag Konradshöhe
GmbH & Co. KG
Konradshöhe 1
82065 Baierbrunn

Geschäftsführung: Andreas Arntzen
(Vorsitzender Geschäftsführung), Dr. Dennis
A. Ballwieser (Geschäftsführer), Jan Wagner
(Geschäftsführer)

E-Mail: anzeigen@wubv.de
www.wub-media.de

Ansprechpartner/innen

Gewerbliche Anzeigen und Beilagen

Ina Sedlmeyer
Telefon: +49 22 02 81 78 89 3
E-Mail: ina.sedlmeyer@markomgroup.de

Anzeigen „Reise und Erholung“

Nicole Kraus
Telefon: +49 22 02 81 78 89 4
E-Mail: nicole.kraus@markomgroup.de