

Preisliste Nr. 67, gültig ab 1. Januar 2026

Sonderwerbformen

Tunnelanzeige

Eine eindrucksvolle Perspektive für Ihren großen Auftritt

- Anzeige in der Mitte einer Doppelseite mit bedrucktem Bundsteg
- Rechts und links bleibt mindestens 1 Spalte frei für redaktionelle Inhalte
- Format variabel
- Berechnung der Anzeigengröße: Anzahl/Breite der Textspalten + Überbund (28 mm)
- Vorlauf: 3 Tage vor Erscheinen

Anzeigenformate	Grundpreise Mo - Fr	Grundpreise Sa
B 306 mm x H 165 mm	32.060,00 €	33.661,00 €
B 306 mm x H 220 mm	43.355,00 €	45.521,00 €
B 414 mm x H 237 mm	63.265,00 €	66.426,00 €
B 414 mm x H 276 mm	73.740,00 €	77.425,00 €


Tunnelanzeige

Die Preise verstehen sich zzgl. MwSt., sind rabatt- und nicht AE-fähig. Es gelten die Preisliste Nr. 67a, gültig ab 01.07.2026 sowie die AGB des Tagesspiegels: [impact.tagesspiegel.de/agb/](https://www.tagesspiegel.de/agb/). Der Preis inkludiert die Printanzeige, die Verlinkung im E-Paper sowie die crossmediale Verlängerung. Änderungen/Irrtümer vorbehalten.

Weitere Formate auf Anfrage

14 Wissenschaft tagesspiegel.de | 22. März 2023

TAGESSPIEGEL HEUTE VOR 49 JAHREN



Von 21 auf 18 Jahre
Über Nacht „voll geschäftsfähig“

Die wilden Sechziger waren vorbei, wilder aber nach. Ein Wandel in der Gesellschaft und Lebenswirklichkeit kam im Gesetzgebungsprozess. Am 22. März 1973 senkte der Deutsche Bundestag das Volljährigkeitsalter von 21 auf 18 Jahre.

Mit Beginn des Jahres 1973 trat das Gesetz in Kraft und über 2,5 Millionen Jugendliche wurden von Minderjährige voll geschäftsfähig. Sie konnten von da an nach ohne Zustimmung ihrer Eltern bestimmte, welche Ausbildung oder weiteren Arbeitsplatz sie anstrebten und wo sie wohnen wollten. Hinzuwillinge 18-Jährige konnten nun auch das selbstbestimmen tun und ihre schließen.

Zudem erhielten die jungen „18er“ jünger auch das passive Wahlrecht. Sie konnten damit zu Abgeordneten des Deutschen Bundestages gewählt werden. Geschäft hat das aber noch niemand. Am 1. Oktober 1973 wurde 2002 als 18-Jähriger in das Parlament gewählt. Sie ist die bislang jüngste Abgeordnete der Geschichte des Bundestages. Das Alter Wählrecht selbst zu wählen hatten 18-Jährige 1970 bei der Bundestagswahl 1970 die Grundgesetzänderung beschlossen, es von 21 auf 18 Jahre herabzusetzen. Seit 1972 nur Wählrecht ab 18.

Alle Abgeordneten der sozialdemokratischen Bundestagsgesandtschaft sind fast alle Abgeordnete der Opposition sprachlos die Herabsetzung des Volljährigkeitsalters aus der Neugierde der Volljährigkeit vor von vielen Bürgern auch der 18-Jahre Generation bereits erwartet worden.

70 bis 80 Prozent der 18- bis 21-Jährigen hatten eigenen Erwerbsverhältnisse und bestanden die vorher auch weitgehend in eigener Verantwortung, sagt die Bundestagsgeschichtlerin Ulrike Grottel. Ansonsten: Er warnt damit, dass die 18- bis 21-Jährigen bereits, um immer mehr Pflichten und Verantwortlichkeiten wahrnehmen. So waren die jungen Männer etwa wehrpflichtig. Die Volljährigkeit bedeutet aber auch, dass 18-Jährige sind selbstständig die „Jungwacker“ zur Verantwortung gezogen werden können.


Fähige Abgeordnete hätten den Abgeordneten Entschlossenheit bei den parlamentarischen Gesetzentwürfen für gutfinden. Doch der 18-Jährige Bundestagler Elmarich hat dem entgegen und sagt, „das mit der Herabsetzung an die Verantwortung auch die Verantwortungsbewusstsein wichtig.“

Fachleute rätseln Gefährlicher Pilz-Erreger breitet sich aus

Von Walter Wilms (dpa)

15 Gesundheit tagesspiegel.de | 22. März 2023

IM WISSEN KITTEL FOLGE 17



„Restless Legs“
Mehr als nur unruhige Beine

Das Gefühl ist schwer zu beschreiben. Schreitens sind es nicht. Aber nur „unruhige Beine“ – wie es die Diagnose „Restless Legs“ heißt – sind es nicht. Zuerst abends auf dem Sofa nach längerer Inaktivität. Oder sogar im Schlaf. Patienten sind müde nach dem Tag. Übergangsweg für die Patienten. Die Erkrankung des Alters und auch keine Behinderung. Es beginnt meist zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr – und tritt fast bei jedem zweiten Menschen, mindestens.

Zwei Arten von Ursachen sind möglich. „Restless Legs“ tritt entweder als Nebenwirkung einer bei Diabetes mellitus und bei Eisenmangel, bei Bluthrombosen oder in der Schwangerschaft – vor allem aber auch durch einige Medikamente ausgelöst. Eine präzisere Diagnose beim Hausarzt lohnt sich aber. Eine Blutanalyse zeigt ebenfalls, um einen etwaigen Eisenmangel zu beheben. Aber in vielen Fällen findet sich keine Ursache. Die Krankheit ist behandelbar mit dem GABA-Blocker als Mittel der Behandlung. Aber wirksame Ursache haben Vorstände mit dem gleichen Symptom. Wann man weiß. Es gibt Hinweise bestimmter Gene. Über welchen Weg die Ursache der Krankheit ausgelöst wird, ist aber weiter unklar.

Der Leidensdruck ist letztlich das entscheidende Kriterium für eine Behandlung. Wenn es nicht mehr anders geht, wenn beispielsweise nachts Schlafstörungen oder die Müdigkeit am Tag deutlich werden, dann ist eine medikamentöse Therapie möglich. Häufig die bereits genannte Kombination eines Eisenpräparats. Oder auch ein Versuch mit Dopamin-agonisten. Die Nebenwirkungen sind dabei zu beachten. Die Behandlung führt zwar meist zu einer deutlichen Besserung der Symptome – kann aber die Beschwerden auch verschlimmern. Bei schweren oder anhaltenden. Daher gibt es medikamentöse Alternativen. Aber nur beim Arzt. Letztlich wird das „Restless Legs-Syndrom“ irritierend oft und lange erregt.

Nächtliches Erinnern betrifft auch Kinder über fünf Jahren. Gemeinsam können Eltern und Kinder das Problem aber in der Griff zu bekommen.

Von Frieder Pflanz

Memo-Stick

Werbung, die haften bleibt:

- beidseitig farbig bedruckbar
- selbstklebendes, mehrfach nutzbares Memo auf der Titelseite der verkauften Gesamt- oder Teilaufgabe
- für mehr Interaktion auch mit Rubbelfeld oder Barcode buchbar
- Vorlauf: 4 Wochen vor Erscheinen

Anzeigenformat

Preis pro
1.000 Exemplare

B 76 x H 76 mm

183,00 €

Weitere Formate und Preise auf Anfrage. Gerne unterbreiten wir Ihnen ein individuelles Angebot für den Druck Ihres Memo Stick.



Memo-Stick

Tip-on-Card

Werbung, die haften bleibt:

- ablösbare aufgeklebte Werbepostkarte auf der Titelseite
- optische und haptische Abhebung
- ideal als Response-Element oder als exklusiver Werbeträger
- Gewicht: 170–250 g/m²
- Vorlauf: 2 Wochen vor Erscheinen

Anzeigenformat	Preis pro 1.000 Exemplare
B 148 x H 105 mm (hoch und quer)	183,00 € €

Weitere Formate und Preise auf Anfrage. Gerne unterbreiten wir Ihnen ein individuelles Angebot für den Druck Ihrer Tip-on-Card.



Tip-on-Card

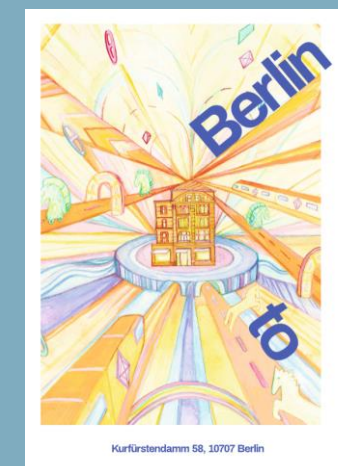
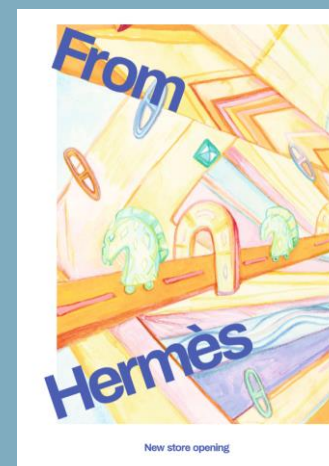
Wrap

Der exklusive Mantel

- Anzeigenformat: bestehend aus vier Seiten, die ganzseitig ein Zeitungsbuch ummanteln
- Platzierung: 1. Buch (überregional); 2. Buch (regional)
- Anzeigenfläche: vier 1/1-Seiten (U1 abzgl. Titelkopf)
- Kennzeichnung „Anzeige“ auf jeder Seite durch den Kunden
- Variante mit zweiseitigem Wrap auf Anfrage
- Vorlauf: 8 Wochen vor Erscheinen

Anzeigenformat	Grundpreise Mo - Fr	Grundpreise Sa
Wrap (1.Buch, 4 Seiten)		
anzuliefernde Formate: U1 = B 247 mm x H 310 mm U2, U3, U4 = jeweils B 247 mm x H 371 mm	112.292,00 €	117.896,00 €

Weitere Formate und Preise auf Anfrage. Gerne unterbreiten wir Ihnen ein individuelles Angebot.



Best Case:

Zweiseitiges Wrap
(U1, U2) von Mercedes,
Wochenendausgabe September 2025

Vierseitiges Wrap
(U1, U2, U3 & U4 des ersten Buches) von
Hermès anlässlich der StoreEröffnung Berlin
im Mai 2026.

Banderole

Der werbewirksame Gürtel

- Banderole um die einfach gefaltete Zeitung
- zu besonderen Anlässen, z. B. Messen, Eröffnungen, Kundenveranstaltungen
- Vorlauf: 4 Wochen vor Erscheinen

Beispiel eines Sonderversands an Bundestagsabgeordnete:

- 630 Abgeordnete erhalten den Tagesspiegel mit Banderole
- Eine tagesaktuelle Anlieferung zum Bundestag erfolgt personalisiert im Umschlag bis 12.30 Uhr
- Aufbau des Verteilers übernimmt der Tagesspiegel

Banderolen Beispielkalkulation für Sonderversand an Bundestagsabgeordnete:

Anzeigenformat	Grundpreise
Banderole (B 480 x H 80 mm) Inkl. Mediakosten, Technische Kosten, gebrandete Umschläge mit Firmenlogo sowie Kundenanschriften (einseitiges Anschreiben)	10.740,00 €



Banderole

Weitere Formate und Preise auf Anfrage. Gerne unterbreiten wir Ihnen ein individuelles Angebot.

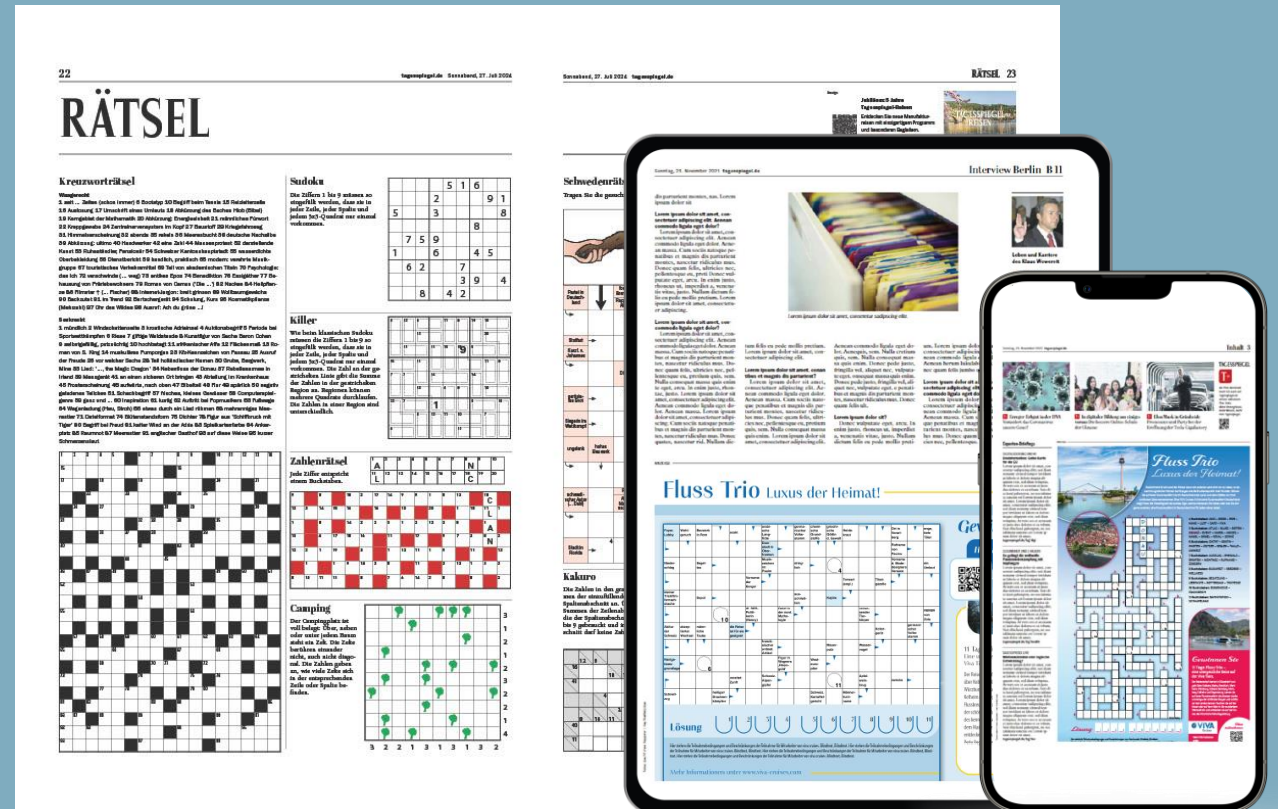
Die Preise verstehen sich zzgl. MwSt., sind rabatt- und nicht AE-fähig. Es gelten die Preisliste Nr. 67a, gültig ab 01.07.2026 sowie die AGB des Tagesspiegels: [impact.tagesspiegel.de/agb/](https://www.tagesspiegel.de/agb/). Der Preis inkludiert die Printanzeige, die Verlinkung im E-Paper sowie die crossmediale Verlängerung. Änderungen/Irrtümer vorbehalten.

Kreuzworträtsel

Die Leser:innen des Tagesspiegels sind große Fans von Rätseln aller Art. Dieser Begeisterung widmet sich der Tagesspiegel jeden Samstag auf zwei Seiten.

Mit den Tagesspiegel **Kreuzworträtsel Ads** bieten wir eine kreative Möglichkeit, diese Leidenschaft unserer Leser:innen für Ihre Botschaft **emotional und interaktiv** zu nutzen.

Gern erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot.



Kreuzworträtsel

Advertorials

Formate & Preise

Anzeigenformate	Grundpreise Mo - Fr	Grundpreise Sa
1/1 Seite	48.761 €	51.097 €
1/2 Seite hoch/quer	24.401 €	25.569 €
1/3 Seite quer	16.613 €	17.392 €
Eckfeld 1/4 Seite	15.472 €	16.194 €

Die Preise inkludieren die Gestaltungszuschläge für Advertorials:

1/1 Seite 2.000,- Euro; 1/2 Seite 1.000,- Euro; 1/3 Seite 1.000,- Euro; 1/4 Seite 1.000,- Euro.

Die Zuschläge gelten bei Anlieferung von Text und Bild sowie inklusive zwei Korrekturläufen. Wünscht der Kunde/die Kundin Text und Bild vom Tagesspiegel, erstellen wir gern ein individuelles Angebot. Gestaltungskosten bzw. Aufschläge sind nicht rabatt- und AE-fähig.

Verbreitung: Tagesspiegel

Erscheinungsweise: Montag bis Samstag

Gesamtformat: B 285 x H 400 mm

Satzspiegel: B 247 x H 371 mm

Anzeigenschluss: zwei Woche vor Erscheinungstermin

Platzierungswunsch: auf Anfrage; für Premiumplatzierungen gelten 20 % Aufschlag (s. separates Preisblatt)

Anlieferhinweis: Bitte liefern Sie zur Druckunterlage Ihre Wunsch-URL

Kontakt: Tel.: (030) 29021-15600, dispo@tagesspiegel.de



1/1 Seite
B 247 x H 371 mm



1/2 Seite hoch
B 121 x H 371 mm



1/2 Seite quer
quer: B 247 x H 189,2 mm



1/3 Seite quer
B 247 x H 127 mm



Eckfeld 1/4 Seite
B 139 x H 168,7 mm

Vom Kunden erstellte redaktionelle Anzeigen – Gestaltungsrichtlinien & Spezifikationen

Wollen Sie Ihrer Anzeige einen redaktionell gestalteten Look verleihen, so sind folgende Richtlinien zu beachten:

- Ohne Tagesspiegel-Seitenkopf (bei blattohen Anzeigen)
- Kennzeichnung oben, jeweils links und rechts, mit dem Hinweis ANZEIGE (Versalien, halbfett, mind. 10 Punkt)
- Falls mit einem Anzeigenkopf gearbeitet wird, sollte sich dieser vom Tagesspiegel-Seitenkopf sowie vom Anzeigenkopf der vom Tagesspiegel gestalteten Advertorials optisch unterscheiden.
- Die Spaltigkeit Ihrer Anzeige muss sich von der Spaltigkeit des Tagesspiegels (Redaktion und vom Tagesspiegel gestalteten Advertorials) unterscheiden:
 - blattbreite Anzeigen: weder 4 1/2- noch 5-spaltig
 - 1/2 Seite hoch: nicht 2-spaltig
 - Magazin Eckfeld: nicht 3 1/2-spaltig
 - 1/4 Seite Eckfeld: weder 3- noch 2 1/2-spaltig
- Auf Spaltenlinien im Zwischensteg verzichten
- Deutliche Kennzeichnung des Absenders durch Firmenlogo, Adressblock oder idealerweise Impressum (als V.i.S.d.P.-Hinweis, Nennung der verantwortlichen Person entsprechend des deutschen Presserechts)

Schriften

Alle Textelemente unterscheiden sich optisch von der Typografie des Tagesspiegels:

- Headlines/Überschriften weder in Abril noch in Franklin oder ähnlichen Schriften (z.B. Times, Trade Gothic, News Gothic)
- Fließtexte/Lesetexte weder in Poynter noch in Franklin oder ähnlichen Schriften

Farben

- kein Tagesspiegel-Rot verwenden (C0/M100/Y100/K15)
- kein Grün aus den vom Tagesspiegel gestalteten Advertorials verwenden (C40/M10/Y30/K5)
- Druck-Farbprofil: ISO Newspaper 26v4

Fotos

- mind. 300 dpi Auflösung

Anlieferung Clickable Ads: Mit dem Auftrag ist je

Anzeigenmotiv eine URL zur Wunschwebseite mitzuliefern. Sie wird im E-Paper platziert.

Anzeige



Die Wirkungen der Mikronährstoffe in LaVita

- 1 IMMUNSTÄRKE**
LaVita wirkt von innen, denn die Vitamine C, A, D, B6, B12, Folsäure, Kupfer, Zink und Zink alle relevanten Mikronährstoffe, die ein normales Funktion des Immunsystems unterstützen.
- 2 STOFFWECHSEL**
Biotin, Cholesterin und Zink tragen zu einem normalen Stoffwechsel von Mikronährstoffen bei. Zink trägt zu einem normalen Proteinstoffwechsel und einem normalen Kohlenhydrat-Stoffwechsel bei.
- 3 LEISTUNGSFÄHIGKEIT**
Niacin, Vitamin B6, Vitamin B1, Vitamin B12, Pantothensäure und Vitamin B8 tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
- 4 KONZENTRATION**
Biotin, Zink und Zink sind an einer normalen kognitiven Funktion beteiligt.
- 5 VITALITÄT**
Niacin, Vitamin B6, Vitamin B1, Vitamin B12, Pantothensäure und Vitamin B8 tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
- 6 HORMONALE**
Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Homöostase bei. Zink trägt bei der Erhaltung eines normalen Testosteronspiegels bei.
- 7 HEMODINAMISCHES GELASSENET**
Biotin, Folsäure, Niacin und Vitamin B12 tragen zu einer normalen peripheren Funktion bei.
- 8 HÖR- & SEHVERMÖGEN**
Biotin, Niacin und Zink tragen zur Erhaltung normaler Hör- und Sehfunktion bei. Zink trägt zur Erhaltung normaler Hör- und Sehfunktion bei.
- 9 HÖR- & SEHVERMÖGEN**
Vitamin C trägt zu einer normalen Hörfunktion bei. Folsäure, Vitamin B6, Vitamin B12 tragen zu einer normalen Hörfunktion bei. Zink trägt zu einer normalen Hörfunktion bei. Vitamin C trägt zu einer normalen Hörfunktion bei.
- 10 KNOCHEN & GELLENDE**
Vitamin C, Vitamin K und Kalzium tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei. Vitamin C unterstützt eine normale Kollagenbildung für eine normale Körperfunktion.
- 11 HEMODINAMISCHES GELASSENET**
LaVita liefert reichlich Eisen, Folsäure, Magnesium, Niacin, Vitamin B6, Vitamin B12 und Zink, die zur Regulierung von Blutdruck und Erhaltung beitragen.
- 12 KNOCHEN & GELLENDE**
Die LaVita enthält einen hohen Gehalt an Kalzium zur Erhaltung eines normalen Knochenstoffwechsels.
- 13 PRAVENTION & ZELLSCHUTZ**
Vitamin C, Niacin, Vitamin C, Vitamin E und Zink helfen, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Folsäure, Vitamin B6 und Vitamin B12 tragen zu einer normalen Homocystein-Stoffwechsellage bei.

Wann es im Herbst und Winter herab bereicht für unsere Aktivität, wenn unser Immunsystem gut gestärkt sein. Dafür können wir selbst einiges tun - vor allem mit einer ausgewogenen Ernährung. Die geht um im Alltag jedoch nicht immer. Kein Wunder, dass viele Menschen nach Lösungen suchen, um die Versorgung mit Mikronährstoffen möglichst einfach zu optimieren.

Bräuchen wir eine Mikronährstoffergänzung?

Jede einzelne unserer Körperzellen braucht kontinuierlich wesentliche Mikronährstoffe (Vitamine und Spurenelemente) (siehe auch Tabelle 1-11) für einen reibungslosen Stoffwechsel. Die Versorgung mit Mikronährstoffen hat Einfluss auf unsere wichtigsten Körperfunktionen wie das Immunsystem, die Leistungsfähigkeit, das Konzentrationsvermögen, das Wachstumsgeschwindigkeit von Haut, Haaren und Nägeln, die Herzkreisläufe sowie den Zustand der Knochen und Gelenke. Ein mangelnde Mikronährstoffversorgung erhöht, einen bei Stress oder körperlichen und seelischen Belastungen.

Mikronährstoffe beeinflussen häufig auch Mikronährstoffhaushalt

Vor allem Menschen, die regelmäßig Müll konsumieren (insbesondere die Hälfte der Bevölkerung) - sollten auf einen Mikronährstoffhaushalt achten. „Mikronährstoffe können sowohl auf die Aufnahme als auch auf die Verwertung von Mikronährstoffen Einfluss nehmen. Dies ist so wichtig, die Mikronährstoffhaushalt wieder zu füllen“ weiß Uwe Gellner, Mikronährstoffexperte und Buchautor.

Mikronährstoffe sind Teamplayer

Wissenschaftler* empfehlen eine tägliche Mikronährstoffergänzung. Mikronährstoffe funktionieren allerdings am besten als Team. Beispielsweise: „Wenn die Biotin Absorption nicht funktioniert, nützt es nichts, es mit Vitamin C und Zink allein nicht geben. Achten Sie auf eine möglichst kontinuierliche Versorgung mit allen Mikronährstoffen.“

Gesundheitliche Optimierung mit LaVita

Gelbes und viele weitere Experten empfehlen die tägliche Mikronährstoffergänzung LaVita. LaVita enthält über 70 wesentliche Zink, wie Obst, Gemüse, Kräuter und pflanzliche Öle, ergänzt mit wertvollen Vitaminen und Spurenelementen.

Wissenschaftliche Basis und belegte Bioverfügbarkeit

LaVita liefert alle essenziellen Vitamine sowie alle wichtigen Spurenelemente. Die Dosierung orientiert sich dabei an wissenschaftlichen Empfehlungen der entsprechenden Medizin. Wie viel die Mikronährstoffe in LaVita für den Körper (das Körpergewicht) verfügbar gemacht werden, kommt es zu einer internationalen wissenschaftlichen Studie nachgewiesen werden. Alle gewonnenen Vitamine im Blut verhalten sich bei täglicher Anwendung von LaVita deutlich.

Einfache Anwendung

Das Konzentrat wird einfach mit einem Wasser verdünnt und ergibt ein tolles Getränk. Einfachheit ist es einfach in den Alltag integrieren. LaVita ist frei von Präzision und Schwermetallen und wird regelmäßig von verschiedenen akkreditierten und unabhängigen Laboren untersucht.

Ein Unternehmen mit Tradition

LaVita steht seit über 20 Jahren für Verlässlichkeit und Qualität. Die vielen hochwertigen natürlichen Zutaten, der aufwändige Herstellungsprozess, der kompetente Vertrieb und Kundenservice sowie die Frische und der persönliche Service mit individueller Beratung machen LaVita besonders aus. Die Produktqualität überzeugt die Fachwelt genauso wie die Kunden. Im Internet finden sich bereits über 40.000 begeisterte Bewertungen.

Gut verträglich für 1 € am Tag

LaVita ist ein ergiebige Konzentrat, der Portionsinhalt beträgt 1 €. Im Normalfall genügt eine Portion am Tag. Zu Beginn (in den ersten 7-14 Tagen) kann bei besonderen Belastungen wie z.B. bei Stress, in der Schwangerschaft, bei Krankheiten oder bei der Einnahme von Medikamenten werden täglich zwei Portionen empfohlen. Die Preisproportion ist nur beim besten Preis denkbar.

Dieses beinhalten:

www.lavita.de
0871 / 972 170



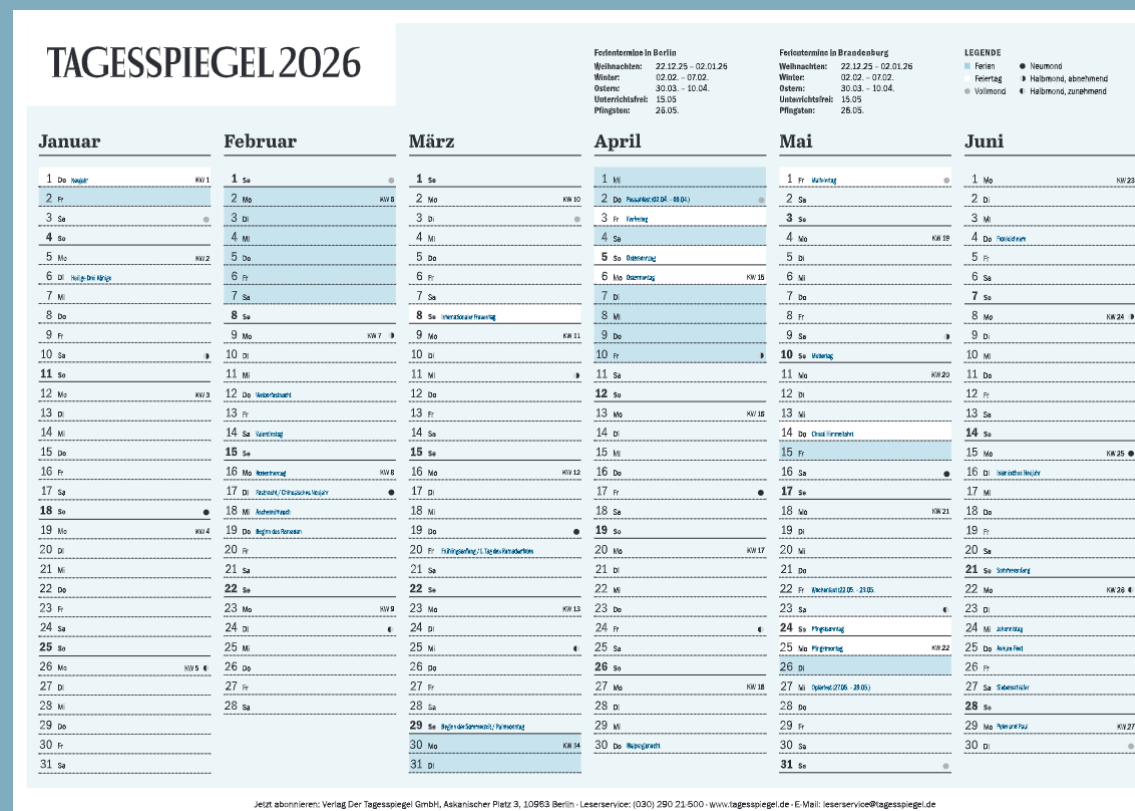
365 Tage Präsenz mit dem Tagesspiegel Jahreskalender

Der Tagesspiegel & die Potsdamer Neuesten Nachrichten veröffentlichen jährlich einen handlichen, bei den Leser:innen sehr beliebten und nachgefragten, Jahreskalender. Er ist für private Zwecke und im Büro als Ergänzung zum digitalen Kalender gern zur Hand.

- Gedruckte Auflage rund 70.000 Exemplare
- Größe: Breite 350 x Höhe 250 mm
- beidseitig und mehrfarbig bedruckt
- Postkartenkarton (ca. 170 g)
- Anzeigenschluss: September

Mit einem exklusiven Kalender-Branding garantieren wir Ihnen 365 Tage Präsenz.

Preis und Branding-Möglichkeiten auf Anfrage.



Tagesspiegel Jahreskalender

Kontakt


Postanschrift

Verlag Der Tagesspiegel
Askanischer Platz 3
10963 Berlin

Anzeigenaufträge
dispo@tagesspiegel.de

Tagesspiegel Impact ist die Vermarktungs-Unit der Verlag Der Tagesspiegel GmbH.

TAGESSPIEGEL

Folgen Sie uns auf: 

Für den Tagesspiegel gelten die aktuelle Preisliste sowie die AGB:
[impact.tagesspiegel.de/agb/](https://www.tagesspiegel.de/agb/).