



Mediadaten 2026

**BESSER
LEBEN MIT
DIABETES**

BESSER ESSEN – Applepie zum Strahlen

Inner Glow

Kennen Sie das: Innerer Glanz mit beagregt man Menschen und damit sportler. „Wow, sieht der color da aber gut aus! Diese Energie, diesen Strahlen, das kommt von innen!“ Oder anders gesagt, vom Inner Glow, wie Indiana-Star Hannah Fier in einem Buch aufschlussreich zeigt.

Südkorn
Apfelmus-Suppe
Rezept auf Seite 34



Nährwerte:
Pro Portion (Personen): 255 kcal (2,34,28 kJ)
Eiweiß: 6 g Fett: 13 g Kohlenhydrate: 33 g

30. Oktober 2012

Nährwerte:
Pro Portion (Personen): 255 kcal (2,34,28 kJ)
Eiweiß: 6 g Fett: 13 g Kohlenhydrate: 33 g



Inner Glow
Das Buch von Hannah Fier zeigt, wie man seinen inneren Glanz durch eine gesunde Ernährung und eine aktive Lebensweise steigern kann. Es ist ein praktisches Handbuch, das viele Tipps und Tricks enthält, um den inneren Glanz zu fördern.

Das Buch ist in drei Teile unterteilt: Teil 1: Die Grundlagen des inneren Glanzes, Teil 2: Die Ernährung, Teil 3: Die Lebensweise.

Das Buch ist in drei Teile unterteilt: Teil 1: Die Grundlagen des inneren Glanzes, Teil 2: Die Ernährung, Teil 3: Die Lebensweise.

BESSERE GESUNDHEIT – Was Zimt kann

Zimt statt Zucker

Zimt gilt seit Jahrhunderten als bewährte Heilpflanze. Auch für Typ-2-Diabetiker könnte er positive Wirkung haben. Er scheint die Insulinwirkung an den Zellen zu verbessern und damit die Blutzuckerkonzentration zu senken. Schon ein halber Teelöffel am Tag genügt, um erhöhte Blutzuckerspiegel von Typ-2-Diabetikern zu senken.



Zimt, ein neues Gewürz mit großer Wirkung.
Zimt ist das einzige Gewürz, das sich nicht nur als Aromastoffe, sondern auch als Heilmittel einsetzen lässt. Es ist ein starkes Antioxidans und wirkt entzündungshemmend. Es ist auch ein gutes Mittel gegen Bluthochdruck und Diabetes.

D

ie Zimt im Handel gibt es in zwei Sorten: Ceylon-Zimt und Cassia-Zimt. Ceylon-Zimt ist das hochwertigere Gewürz, da es weniger giftige Substanzen enthält. Cassia-Zimt ist das billigere Gewürz, das aus China stammt. Es ist auch ein gutes Mittel gegen Bluthochdruck und Diabetes.

Auf den richtigen Zimt achten.

Durch Zimt ist es nicht gleich Zimt. Man unterscheidet zwischen Ceylon-Zimt und Cassia-Zimt. Ceylon-Zimt ist das hochwertigere Gewürz, da es weniger giftige Substanzen enthält. Cassia-Zimt ist das billigere Gewürz, das aus China stammt. Es ist auch ein gutes Mittel gegen Bluthochdruck und Diabetes.

www.dasmagazin.de 43

BESSERE GESUNDHEIT – Schilddrüse und Diabetes

Regelmäßig zur Kontrolle

Diabetiker sollten regelmäßig die Schilddrüse untersuchen lassen. Zu den wichtigsten Diabetesrisikofaktoren gehören das Übergewicht, eine Bluthochdruck- und Blutzuckererhöhung.

Bluthochdruck
Hocherkrankung (Bluthochdruck) erhöht das Risiko, an Diabetes zu erkranken. Ein Bluthochdruck von 160/100 mmHg oder höher ist ein Risikofaktor für Diabetes.

Bluthochdruck
Die Bluthochdruckerkrankung ist eine der häufigsten Ursachen für Diabetes. Ein Bluthochdruck von 160/100 mmHg oder höher ist ein Risikofaktor für Diabetes.

Bluthochdruck
Die Bluthochdruckerkrankung ist eine der häufigsten Ursachen für Diabetes. Ein Bluthochdruck von 160/100 mmHg oder höher ist ein Risikofaktor für Diabetes.

www.dasmagazin.de 43

Kleines Organ – große Wirkung

Schilddrüse- und Glukosestoffwechsel hängen zusammen. Diabetiker sind gefährdet, auch eine Schilddrüsenerkrankung zu entwickeln, die wiederum Auswirkungen auf den Blutzucker hat. Das sollten Sie wissen.

Klein wie Organ, enorm wichtig: Die Schilddrüse ist ein kleines Organ, das eine große Wirkung auf den Stoffwechsel hat. Sie ist für die Produktion von Schilddrüsenhormonen verantwortlich, die den Stoffwechsel steuern. Ein Mangel an Schilddrüsenhormonen kann zu Diabetes führen.

Menschen mit Typ-2-Diabetes
sind häufiger an Schilddrüsenerkrankungen erkrankt. Das liegt daran, dass Diabetes und Schilddrüsenerkrankungen oft zusammen auftreten.

www.dasmagazin.de 43

BESSERE MESSEN – Wie zählt die Kasse?

Diabetesbedarf auf Rezept

Blutzuckermessgeräte, Teststreifen oder Insulin – die Kostenbeteiligung für Patienten ist ein wichtiges Thema. Dabei fördert die technische Fortschritt immer wieder eine Anpassung der bisher geltenden Regeln.

gut zu wissen
Blutzuckermessgeräte sind ein wichtiges Hilfsmittel für Diabetiker. Sie helfen, den Blutzucker zu messen und den Diabetes zu managen.



Die Kostenbeteiligung für Patienten ist ein wichtiges Thema. Dabei fördert die technische Fortschritt immer wieder eine Anpassung der bisher geltenden Regeln.

www.dasmagazin.de 43

Menschen mit Diabetes
sind häufiger an Schilddrüsenerkrankungen erkrankt. Das liegt daran, dass Diabetes und Schilddrüsenerkrankungen oft zusammen auftreten.



www.dasmagazin.de 43



GRÜNDUNGSJAHR:	2013
AUFLAGE:	50.000
AUSGABEN P. A.:	6x
HEFTFORMAT:	205 x 275 mm
VERARBEITUNG:	Klebebindung

Food | Gesundheit | Sport | Messen | Beauty | Products

diabetes LIVING ist das Lifestyle-Magazin für Diabetiker und ihre Familien

Unser modernes Health-Magazin liefert kompetente Gesundheitsthemen, die stets service- und ratgeberorientiert sind. diabetes LIVING ist kein trockenes Fachmagazin mit Fachchinesisch, sondern lebt durch aufwändig recherchierte und lebensnahe Artikel. In unseren Rubriken zeigen wir die neuesten Infos aus allen Gesundheits- und Lifestyle-Bereichen. Achtsamkeit, Lebensfreude, Genuss, Spaß und Gesundheit stehen bei uns an erster Stelle.

diabetes LIVING erreicht sowohl Typ-1-Diabetiker als auch Typ-2-Diabetiker. Denn Essen, Bewegung und Diabetes-Management sind zentrale Themen für alle Diabetiker. Die Leser von diabetes LIVING sind Patienten, Familienangehörige, Betreuungspersonal, Diabetesberater, Ökotrophologen, Ernährungswissenschaftler, Diätassistenten und Ärzte.

VERTRIEB:

- diabetes LIVING ist über den Zeitschriftenhandel und im Abonnement erhältlich
- Auslage in rd. 1.000 diabetologischen Schwerpunktpraxen in Deutschland
- Auslage bei Podologen, Internisten und Kliniken & auf Diabetes-Messen & -Kongressen
- Direktversand an Diabetesberater, Ökotrophologen und Selbsthilfegruppen

DIGITAL:

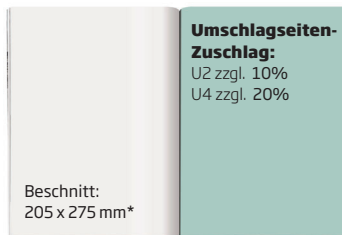
diabetes LIVING erscheint auch als ePaper-Version auf den führenden Plattformen:



Als ePaper bei:

Preise, Formate, Rabatte

1/1 Seite = 9.480 EUR



2/3 Seite = 6.325 EUR



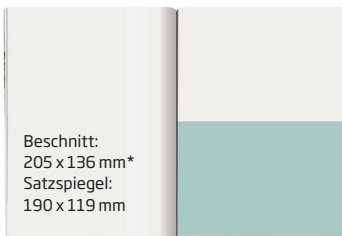
Juniorpage = 5.865 EUR



1/2 Seite hoch = 5.210 EUR



1/2 Seite quer = 5.210 EUR



1/3 Seite hoch = 3.790 EUR



1/3 Seite quer = 3.790 EUR



1/4 Seite = 2.850 EUR



* Anzeigen im Beschnitt = angegebenes Format + 3 mm Beschnittzugabe an den Außenseiten.
Alle Preise in Euro zzgl. gesetzl. MwSt.

RABATTE

Mengenstaffel:

ab 2 Seiten	10%
ab 4 Seiten	15%
ab 6 Seiten	20%
ab 12 Seiten	25%

Malstaffel:

ab 2 Anzeigen	5%
ab 4 Anzeigen	10%
ab 6 Anzeigen	15%
ab 12 Anzeigen	20%

BEILAGEN / BEIHEFTER

Beilagen:

bis 30 g: 150,- € p.T.
bis 50 g: 180,- € p.T.
Max. Größe = 200 x 275

Beihefter/Beikleber:

Beihefter und Warenproben
auf Anfrage.
Postkarten: 49,- € p. T.
zzgl. 1/1 Seite Anzeige

Termine & Themenplan

TERMINE 2026

Ausgaben	Erscheinungstag	AZ-Schluss und Rücktrittstermin*	DU-Schluss	THEMEN	Messgeräte	Insulin-Pumpen	Pens	Krankenkassen- Versicherungen	Zuckersatz/ Süßstoffe	Abnehm-Trends & Diet-Produkte	Sport-Trends & Sport-Geräte	Nährstoffe & Nahrungsergänzung	Bluthochdruck & Messgeräte	Fußpflege	Hauptpflege	Zahnpflege	Herz-Kreislauf
Nr. 01 / 2026 Februar/März	29.01.2026	07.01.2026	08.01.2026							●	●						
Nr. 02 / 2026 April/Mai	12.03.2026	18.02.2026	19.02.2026						●							●	
Nr. 03 / 2026 Juni/Juli	08.05.2026	15.04.2026	16.04.2026				●						●	●			
Nr. 04 / 2026 August/September	09.07.2026	17.06.2026	18.06.2026			●		●				●					
Nr. 05 / 2026 Oktober/November	03.09.2026	12.08.2026	13.08.2026		●												●
Nr. 06 / 2026 Dezember/Januar	05.11.2026	14.10.2026	15.10.2026									●			●		
Nr. 01 / 2027 Februar/März	28.01.2027	06.01.2027	07.01.2027							●	●						

* Rücktrittstermin für Vorzugsplatzierungen: Zwei Wochen vor Anzeigenschluss.

Advertorials & Promotions

Gerne übernehmen wir die Gestaltung des Advertorials für Sie. Wir benötigen dafür von Ihnen Presse- und Bildmaterial.
Es fallen für die Gestaltung und Abstimmung keine zusätzlichen Kosten an.
Sie erhalten von uns einen Korrekturabzug und wir stimmen das Layout und den Inhalt so lange mit Ihnen ab, bis Sie restlos zufrieden sind.

PROMOTION



Machen Sie den Lorem Ipsum Check
Con vero natus et peribis et magna de partant montes, nascetur ridiculus mus. Donec quam felis, ultricies nec, pellentesque eu, pretium quis, sem. Nulla consequat massa quis enim. Namquam elementum semper nisl. Aenean vulputate eleifend tellus. Vivamus elementum semper nisl. Aenean vulputate eleifend tellus.

LOREM IPSUM DOLOR SIT AMET
AENEAN COMMODO LIGULA EGRET DOLOR. AENEAN MASSA.

BEKSCHWERDEN NICHT EINFACH HINNEHMEN
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aenean commodo ligula eget dolor. Aenean massa. Cum sociis natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus. Donec quam felis, ultricies nec, pellentesque eu, pretium quis, sem. Nulla consequat massa quis enim. Donec pede justo, fringilla vel, aliquet nec, vulputate eget arcu. In enim justo, rhoncus ut, imperdiet a, venenatis vitae, justo. Nullam dictum felis eu pede mollis pretium. Integer tincidunt. Cras dapibus. Vivamus elementum semper nisl. Aenean vulputate eleifend tellus. Aenean leo ligula porttitor eu, consequat vitae, eleifend ac, enim. Aliquam lorem ante, dapibus in, viverra quis, fagiat a, tellus. Phasellus viverra nulla ut metus varius, laoreet. Crisque nislum, Aenean imperdiet. Etiam ultricies nisi vel augue. Curabitur ullamcorper ultricies nisi. Nam eget dui. Etiam rhoncus. Maecenas tempus, tellus eget condimentum rhoncus, sem quam semper libero, sit amet adipiscing sem neque sed ipsum. Nam quam nunc, blandit vel, luctus.



SEIEST GESUND / 11 / 01_2020

1/1 SEITE

Format: 205 x 275 mm
Satzspiegel: 175 x 245 mm
Preis 9.480 €

Text:
Maximal 2.500 Zeichen
Bilder:
Maximal 4 Abbildungen

PROMOTION



LOREM IPSUM DOLOR SIT AMET
AENEAN COMMODO LIGULA EGRET DOLOR. AENEAN MASSA.

Machen Sie den Lorem Ipsum Check
Con vero natus et peribis et magna de partant montes, nascetur ridiculus mus. Donec quam felis, ultricies nec, pellentesque eu, pretium quis, sem. Nulla consequat massa quis enim. Namquam elementum semper nisl. Aenean vulputate eleifend tellus. Vivamus elementum semper nisl. Aenean vulputate eleifend tellus.

LOREM IPSUM DOLOR SIT AMET
AENEAN COMMODO LIGULA EGRET DOLOR. AENEAN MASSA.

BEKSCHWERDEN NICHT EINFACH HINNEHMEN
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aenean commodo ligula eget dolor. Aenean massa. Cum sociis natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus. Donec quam felis, ultricies nec, pellentesque eu, pretium quis, sem. Nulla consequat massa quis enim. Donec pede justo, fringilla vel, aliquet nec, vulputate eget arcu. In enim justo, rhoncus ut, imperdiet a, venenatis vitae, justo. Nullam dictum felis eu pede mollis pretium. Integer tincidunt. Cras dapibus. Vivamus elementum semper nisl. Aenean vulputate eleifend tellus. Aenean leo ligula porttitor eu, consequat vitae, eleifend ac, enim. Aliquam lorem ante, dapibus in, viverra quis, fagiat a, tellus. Phasellus viverra nulla ut metus varius, laoreet. Crisque nislum, Aenean imperdiet. Etiam ultricies nisi vel augue. Curabitur ullamcorper ultricies nisi. Nam eget dui. Etiam rhoncus. Maecenas tempus, tellus eget condimentum rhoncus, sem quam semper libero, sit amet adipiscing sem neque sed ipsum. Nam quam nunc, blandit vel, luctus.



SEIEST GESUND / 11 / 01_2020

1/2 SEITE

Format hoch: 101x275 mm
Format quer: 205x136 mm
Preis 5.210 €

Text:
Maximal 1.500 Zeichen
Bilder:
Maximal 2 Abbildungen

Layout:
Gerne stimmen wir das Layout farblich auf Ihr Corporate-Design ab. Die Gesamtanmutung sollte jedoch redaktioneller Natur sein.
Für die Gestaltung und die Absprache zwischen Redaktion, Agentur und Kunden sollten Sie mindestens mit 2 Wochen rechnen.

Erscheinungsort: München

Verlag: BT Verlag GmbH

Anschrift: Aidenbachstr. 52a, 81379 München

Telefon: +49 / (0) 89 45 70 96 0

E-Mail: info@bt.de

Web: www.diabetes-living.de

Bankverbindung: Commerzbank

IBAN: DE22700400410828315200

BIC: COBADEFFXXX

USt-IdNr.: DE230465893

Erscheinungsweise: 6x p.a.

Auflage: 50.000 Exemplare

Format: 205 x 275 mm

Im Abonnement: 25,00 EUR
35,00 EUR EU-Ausland

Verkaufspreis: 5,00 EUR

Jahrgang: 14. Jahrgang

Mediadaten: Nr. 14, gültig ab 01.10.2025

Mitgliedschaften:



Zahlungsbedingungen: Bis zu 7 Tage nach Erscheinungsdatum Netto-Kasse, bei Vorauszahlung bis zum Erscheinungstag 2 % Skonto.
Wenn ältere Rechnungen offenstehen, kann kein Skonto eingeräumt werden.

TECHNISCHE INFORMATIONEN

Lieferadresse:	Druckunterlagen:	Datenformate:	Druckverfahren:	Papier:	Verarbeitung:
BT Verlag GmbH Michaela Joachims Aidenbachstr. 52a 81379 München mj@bt.de	Bitte senden Sie uns ausschließlich digitale Anzeigenvorlagen.	Anzeigenvorlagen können als Druck- PDF (gemäß ISO 15930-3), eps oder tiff angeliefert werden. Auf Wunsch teilen wir Ihnen die Einstellungen mit.	Offsetdruck	Umschlag: glänzend Innenteil: 90g gestrichen	Klebebindung

Das diabetes LIVING Magazin ist Teil der BT-Health-Kombi mit attraktiven Rabatten und zielgruppengenaue Kombinationenmöglichkeiten!

**BIS ZU
30%
KOMBI-
RABATT**



THEMA:

Das Lifestyle-Magazin für Diabetes-Management, Ernährung & Sport

ZIELGRUPPE:

Typ-1-Diabetiker & Typ-2-Diabetiker. Denn Essen, Bewegung und Diabetes-Management sind zentrale Themen für alle Diabetiker.

6x p. a.

Auflage 50.000



THEMA:

Der Begleiter auf dem Weg durch die Menopause

ZIELGRUPPE:

Frauen direkt vor, während und nach der Menopause

1x p. a.

Auflage 20.000



THEMA:

Fertilität, Reproduktionsmedizin, Adoption, Möglichkeiten im Ausland

ZIELGRUPPE:

Paare mit einem unerfüllten Kinderwunsch, Frauen ab 40 mit Kinderwunsch, gleichgeschlechtliche Paare

1x p. a.

Auflage 21.000

Bis zu 91.000 Auflage mit einer Schaltung möglich!

KONTAKT ANZEIGEN

diabetes LIVING Mediavertretung
Graf-Recke-Straße 18, 40239 Düsseldorf
Tel. +49/(0)211 / 55 85 60



Nielsen II-IV
TZ-Media GmbH
Christiane Laakmann
E-Mail: cl@tz-media.de
Tel. +49/(0)211/55 85 60



Nielsen I
Jochen Schmitz / Axel Stresow
Kontor M Medienvermarktung
E-Mail: info@kontorm.de
Tel. +49/(0)40/639084-0



Nielsen V, VI und VII
Elisabeth Lehmann
Fesh.media
E-Mail: lehmann@fesh.media
Tel. +49/(0)176/28596595



Key-Account
Medienbüro Schlotter
Klaus Schlotter
E-Mail: kschlotter@t-online.de
Tel. +49/(0)67 47/9509085

BT Verlag GmbH

Aidenbachstr. 52a, 81379 München
+49 / (0) 89 45 70 96 0
+49 / (0) 89 45 70 96 10
info@bt.de



CHEFREDAKTION
Heiko Heinemann
Tel. +49/(0)89/45 70 96 20
E-Mail: hh@bt.de



RESSORT MESSEN & MEDIZIN
Aline Müller
Tel. +49 89 45 70 96 -31
E-Mail: am@bt.de



PRODUKTION:
Michaela Joachims
Tel. +49/(0)89/45 70 96 20
E-Mail: mj@bt.de