



# Gesund von Kopf bis Fuß

Das Gesundheitsspezial der Märkischen Allgemeinen Zeitung

# Reichweiten MAZ Print und MAZ-online.de

Wir verbinden Unternehmen und Kunden unserer Region mit wirkungsstarken Lösungskonzepten und crossmedialen Reichweiten!

Zielgruppenspezifisch, kanalübergreifend, perfekt auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten – unser Portfolio bietet Ihnen eine Vielfalt an Produkten für Ihr Print- und Online-Marketing.

über 20.500 MAZ E-Paper-Öffnungen<sup>4</sup>

Facebook: mehr als 150.000 Follower<sup>3</sup>

MAZ-online.de 1.5 Mio Nutzer/Monat<sup>2</sup>

MAZ Print 361.000 Leser täglich<sup>1</sup>

Verbreitungsgebiet

Pritzwalk Wittstock  
Perleberg Kyritz Neuruppin Gransee  
Oranienburg  
Rathenow Nauen BERLIN  
Brandenburg Potsdam  
Bad Belzig Luckenwalde Zossen Königs Wusterhausen  
Jüterbog

<sup>1</sup>Media-Analyse Tageszeitungen 2024; <sup>2</sup>Google Analytics 12/24; <sup>3</sup>Stand 9/24; <sup>4</sup>Verlagsangabe 10/24

# Gesund von Kopf bis Fuß – Das Magazin

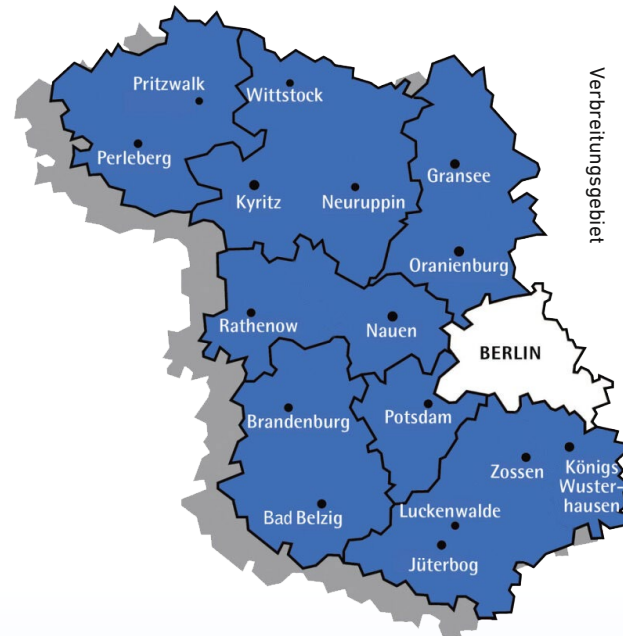
## Das Sonderprodukt in der Märkischen Allgemeinen Zeitung

- **Erscheinungstermin: Samstag, 15. März 2025**
- in der Gesamtausgabe der Märkischen Allgemeinen Zeitung
- Veröffentlichung auf MAZ-online.de
- 28 Seiten Gesamtumfang
- **Anzeigen- & Werbemittelschluss: Dienstag, 04.03.2025**

## Redaktionelle Schwerpunkte - Thematische Kapitel

- Gesunde Ernährung
- Seele, Familie, Fitness
- Zahngesundheit
- Haut & Haare
- Augen & Ohren
- Krankheitsbilder, Therapie sowie Vorbeugung zu Themen, wie Herz/Kreislauf, Kopf, Gelenke uvm.

Jedes Kapitel enthält Berichte und Interviews mit regionalen Bezügen. Allgemeine Ratgeberthemen werden integriert und die Werbepartner thematisch passend zum Kapitel platziert.



# Gesund von Kopf bis Fuß – Seiten aus den Vorjahren

**Gesund von Kopf bis Fuß**  
EINE VERLAGSBELAGE DER MÄRKISCHEN ALLEMEINE

**Märkische Allgemeine**

**GESUND VON KOPF BIS FUSS**  
EINE VERLAGSBELAGE DER MÄRKISCHEN ALLEMEINE

**Märkische Allgemeine**

**Gesund von Kopf bis Fuß**  
EINE VERLAGSBELAGE DER MÄRKISCHEN ALLEMEINE

**Märkische Allgemeine**

**IND GESUND** Samstag/Sonntag, 9./10. März 2022 **MITTWOCH** Sonntag, 15./20. März 2022 **FIT UND GESUND** Märkische Allgemeine Zeitung 3

**AUS DEM NHALT**

- 14 Für Hausarzt gibt es viele Vorteile. Ein Stimm- und Atemgerät zu verschreiben.
- 14 In Standardzeit sind die Fertigkeiten von Robert zum Team in CP sein Name ist MIA.
- 10 Abstrakt und abstrakt sind die Seiten Ihrer Familien spezialisiert.
- 29 Sie ist für die Kinder der Eltern mit der Elternschaft im Land des Bergschicks.
- 33 Sie ist für die Kinder der Eltern mit der Elternschaft im Land des Bergschicks.

**aber erschöpft**  
Reha-Behandlung kann helfen

**Spitzenmedizin in Potsdam**  
Augenarztpraxis Dr. Rasch im Albrecht-von-Graefe-Haus

Dr. med. Volker Rasch  
FOTO: MIKHAEL DR. RASCH

**Engagement im Sport**

Wochen nach überstandenem Corona-Erkrankung... Die Reha-Behandlung kann helfen.

**Neue Möglichkeiten der Diagnostik**  
Seit Beginn 2019 steht das Verfahren der OCT-Angiographie in Potsdam zur Verfügung und dient der genaueren Diagnostik der Makula.

Diagnostik ist beispielsweise eine moderne Therapie der AMD, der altersbedingten Makuladegeneration, nicht möglich. In Kombination beziehungsweise Erweiterung von OCT und der Fluoreszenzangiographie wurde eine nichtinvasive Darstellung der Durchblutung der kleinsten Gefäße der Makula entwickelt. Dieses Verfahren, bisher vorwiegend an größeren Kliniken eingesetzt, steht nun in Potsdam seit Beginn 2019 zur Verfügung, für eine noch genauere Diagnostik der Makula. Dabei werden auch weitere, bisherige Möglichkeiten der OCT-Untersuchung, wie die sogenannte Mikro-Perimetrie, genutzt. Diese neuen Techniken sind Bestandteil neuer Konzepte zur Behandlung der AMD und anderer Netzhaut-Erkrankungen, an der die Mitarbeiter der Klinik arbeiten.

**Das Team im Medical Service bei den Olympischen Spielen in Peking.**  
FOTO: MIKHAEL DR. RASCH

**Wenn es allein nicht mehr geht**  
Für Pflegegrade entscheiden über Hilfe der Versicherungsleistungen

10% 40% 20% 15%

**Diese Übungen klappen überall**  
Personal Trainer Holger Gumbel aus Potsdam präsentiert zum Frühjahrsbeginn ein Sportübungen, die sich überall und ohne Equipment ausführen lassen.

**SPORTPARK**

**Wenn die Welt auf den Schultern getragen werden muss**  
Schultern, Knie und Hüfte sind belastete Gelenke, aber Physiotherapie kann helfen.

**Älter werden ist ok. Schwächer werden nicht.**

**Impfung aus Überzeugung**  
Müssen sind eine hoch ansteckende Infektionskrankheit. Epidemiologen Ralf Lunge erklärt, warum man sich und seine Kinder schützen sollte.

**mediMOBILITÄT**

# Das Gesundheitsspezial im Wochenspiegel am 15.03.2025

Mit einer Anzeigenbuchung 67.050 Haushalte erreichen!

**Parallel zum Magazin in der MAZ:**

**Noch mehr Reichweite und Marktabdeckung im Verbreitungsgebiet!**

Aufmerksamkeitsstark platziert im redaktionellen Umfeld des Gesundheitsspezial!

Präsentieren Sie sich im Sonderthema am Samstag, den 15.03.2025

**Anzeigenschluss: Montag, 10.03.25, 15.00 Uhr**



Beispielseite



- (1) Wittenberge/Perleberg/Pritzwalk
- (2) Kyritz/Wittstock

Alle Preise nicht in Kombination mit weiteren Rabatten, Es gilt die aktuelle Preisliste der Märkischen Allgemeinen Zeitung sowie des Wochenspiegels für 2025.

Wir sind für Sie da.

Ihr Brandenburg Media Team  
anzeigenverkauf@maz-online.de

