



Frühjahr 2026

# KölnerLeben

Das Stadtmagazin

Frühjahr 2026

Leben im Ausland  
Winter adé

Buddy-Projekt  
Unbezahlbare Besuche

MEDIA-DATEN 2026

## MIT KÖNNEN IN DIE KURVE

Fahrtraining fürs E-Bike



### Herausgeberin

### Stadt Köln

Der Oberbürgermeister, Dezernat Soziales, Gesundheit und Wohnen

### Ihr Ansprechpartner für Anzeigen

### Ralf Henseler

0228 / 98 98 2-94  
r.henseler@koellen.de

### Ihre Ansprechpartnerin für Abo

### Rohat Akarcay

Tel.: 0228 / 98 98 2-90  
abokoelnerleben@koellen.de

### Ihr Ansprechpartner bei drucktechnischen Fragen

### Druckvorstufe

Köllen Druck+Verlag  
sotz@koellen.de



## ÜBER DIE PUBLIKATION

Das Stadtmagazin KölnerLeben bindet Menschen ab 55 Jahren aktiv in das gesellschaftliche, kulturelle und soziale Leben der Stadt ein. Es ist kostenfrei erhältlich und offizieller Bestandteil des Seniorenberatungskonzeptes der Stadt Köln; sie ist Herausgeberin und verantwortlich für die Redaktion. KölnerLeben publiziert

- ein Printmagazin, das viermal im Jahr erscheint
- einen Onlineauftritt unter [www.koelnerleben.koeln](http://www.koelnerleben.koeln) mit täglich aktuellem Content und einem großen Veranstaltungskalender.

KölnerLeben bietet journalistisch aufbereitete Inhalte zu aktuellen Themen. Das Magazin beleuchtet wichtige Hintergründe, greift Trends auf und ordnet sie für die Leser:innen ein. Für die Seriosität der Inhalte sorgt ein Redaktionsteam der Stadt Köln, das zum Amt für Soziales, Arbeit und Senioren gehört.



## HERAUSGEBERIN



**KölnerLeben**  
Das Stadtmagazin



**Stadt Köln**

**Stadt Köln - Der Oberbürgermeister, Dezernat Soziales, Gesundheit und Wohnen**

### Redaktion

Unter Goldschmied 6  
50667 Köln

Tel.: 0221 / 221 - 286 94  
[koelnerleben@stadt-koeln.de](mailto:koelnerleben@stadt-koeln.de)



## ZIELGRUPPE

250.000 Kölner:innen sind älter als 60 Jahre. Leser:innen von KölnerLeben sind aktive, reife Persönlichkeiten, die einer neuen Lebensphase entgegensehen, die reisen wollen sowie Kunst und Kultur genießen. Sie sind sozial engagiert und gestalten das Leben in ihrer Stadt.

KölnerLeben ist seit über 65 Jahren im kulturellen und sozialen Leben der Domstadt fest verankert.



## VERBREITUNGSGEBIET

In Apotheken, Stadtbüchereien, Bezirksrathäusern, Arztpraxen und Seniorenzentren sowie in Kultur- und Freizeiteinrichtungen in Köln sowie als Abonnement.



## ERSCHEINUNGSTERMINE 2026

Ausgabe	Erscheinung	Buchungsschluss	Druckunterlagenschluss
<b>Frühjahr</b>	26. Februar 2026	23. Januar 2026	30. Januar 2026
<b>Sommer</b>	1. Juni 2026	3. April 2026	24. April 2026
<b>Herbst</b>	1. September 2026	10. Juli 2026	31. Juli 2026
<b>Winter</b>	1. Dezember 2026	9. Oktober 2026	30. Oktober 2026

Anfragen auch nach dem Buchungsschluss möglich.  
(Änderungen vorbehalten)

### Leben in Köln

Informationen über ehrenamtliche Themen, aktive Vereine und Gruppen. Aktuelle Trends und Themen aus Politik und Gesellschaft.

**Leben in Köln**

Impressum  
Stadt Köln

Heft 4  
Ratgeber

4

Winter adé

Endlich im Ruhestand – da muss man den Winter doch nicht mehr in der Kälte verbringen. Was für eine gute Umsetzung zu beachten ist. erklärt KölnerLeben.

Maria Sost und ihr Mann Dieter reisen jedes Jahr im November nach Gran Canaria. Aber erst nach dem Geburtstag von Maras Schwester. „Zwei, drei Tage später geht es für uns los“, sagt die 69-Jährige. Seit vielen Jahren rüsten sie auf die die kanarische Insel. Früher als Dieter noch bei einem Automobilhändler und Maria als Apothekerin gearbeitet haben, nur einige Tage, um der Kälte in Deutschland zu entfliehen. „Als Dieter hatte an seinem 60. Geburtstag einen besonders Wunsch: „Ein kleines Häuschen auf Gran Canaria, um dort den Winter zu verbringen.“ Obwohl es als Scherz gemeint war, nahm Dieter den Wunsch ernst und informierte sich über den Immobilienmarkt auf der spanischen Insel. Er recherchierte die notwendigen Voraussetzungen, Aufenthaltsrechte und Regeln zu Rente und Krankenversicherung.

Seit fünf Jahren verbringen die Sots mit Kettner, die Wintersonne dort. Durch Freunde haben sie nach und nach Zugang zur spanischen Sprache bekommen. „Beim Einkaufen habe ich immer gefragt, wie dieses oder jenes heißt“, erzählt Maria Sot. „Wenn man in einem anderen Land lebt, sollte man

KölnerLeben Frühjahr 2026

### Vergnügliches

Geschichten op Kölsch und Rätsel

**Ratgeber/Service**  
Veranstaltungskalender mit ausgesuchten Terminen in und um Köln / Kleinanzeigen / Wichtige Adressen für Kölner Senioren

7

Ratgeber

zumindest die Sprache können“, meint sie, und das käme bei den Einheimischen gut an. Ihr fällt es leichter als ihrem Mann. „Aber er bemüht sich immer sehr.“ Zum Glück treffe man auf Gran Canaria auch manche Deutsche.

Diese ist für Vertragsabschlüsse für Wasser, Strom und Telefon als auch für den Immobilienkauf erforderlich.

Egon Garding, Jahrgang 1952, hat anders als die Sots Deutschland ganz verlassen, er ist ausgewandert. Bereits 1994 zog es ihn nach Mallorca. Zwar lebte er zwischendurch in Deutschland, aber als sein Sohn auf Mallorca Nachwuchs erwartete, zog Garding mit seiner Frau zurück auf die Insel. Dort gründete er vor 30 Jahren den „Deutschen Club auf Mallorca“ sowie eine deutschsprachige Monatszeitung und einen Internetradiosender. Der Verein kümmert sich um

### Gesund leben

Informationen rund um Wellness, Ernährung, Sport, Krankheitsprävention und Behandlung

Jede Ausgabe umfasst 44 Seiten



## ANZEIGENFORMATE UND -PREISE

(Breite x Höhe in Millimeter)

**PRINT**

mit  
Anschnitt

**Anzeigen:**



**1/1 Seite**



**Format:**

210 x 297 mm

210 x 297 mm

210 x 297 mm

420 x 297 mm

134 x 297 mm

Anschnitt:  
+ 3 mm rundum

**Direktpreis:\***

2.420 €

2.550 €

2.210 €

3.420 €

1.696 €

**Agenturpreis:\***

2.850 €

2.995 €

2.595 €

4.020 €

1.995 €

**Anzeigen:**



**1/3 Seite**



**Format:**

210 x 140 mm

103 x 297 mm

70 x 297 mm

210 x 98 mm

210 x 77 mm

Anschnitt:  
+ 3 mm rundum

**Direktpreis:\***

1.340 €

1.280 €

950 €

900 €

805 €

**Agenturpreis:\***

1.575 €

1.500 €

1.115 €

1.060 €

945 €

ohne  
Anschnitt

**Anzeigen:**

**2/3 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/2 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/2 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/3 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/3 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/4 Seite**  
(Satzspiegel)



**Format:**

121 x 264 mm

185 x 128 mm

89 x 264 mm

58 x 264 mm

185 x 85 mm

185 x 64 mm

**Direktpreis:\***

1.696 €

1.340 €

1.340 €

950 €

805 €

**Agenturpreis:\***

1.995 €

1.575 €

1.575 €

1.115 €

945 €

**Anzeigen:**

**1/4 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/6 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/8 Seite**  
(Satzspiegel)



**1/9 Seite**  
(Satzspiegel)



**Format:**

89 x 128 mm

58 x 128 mm

89 x 64 mm

58 x 85 mm

**Direktpreis:\***

805 €

690 €

476 €

430 €

**Agenturpreis:\***

945 €

890 €

560 €

505 €

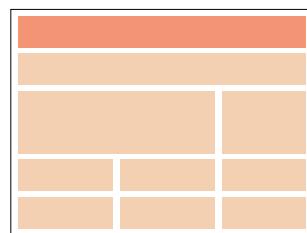
\*Anzeigengestaltung, aufwändige Satzarbeiten werden zu Selbstkosten gesondert berechnet

**Ansprechpartner:** Ralf Henseler  
r.henseler@koellen.de  
0228 / 98 98 2-94



## ANZEIGENFORMATE UND -PREISE

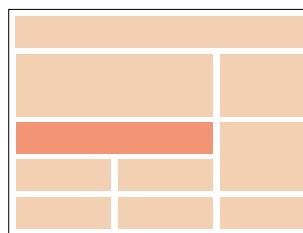
(Breite x Höhe in Pixel)



**Superbanner 1.100 x 140 px**

Quartalspreis:  
**504 €**

Jahrespreis:  
**1.260 €**

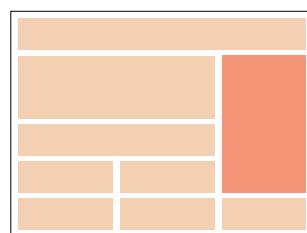


**Display Ad 760 x 200 px**

Quartalspreis:  
**336 €**

Jahrespreis:  
**840 €**

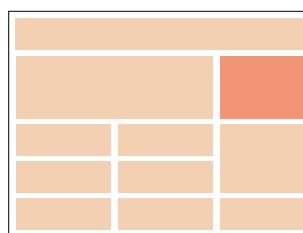
Laufzeit analog Gültigkeit der Printausgabe.



**Skyscraper 270 x 1.000 px**

Quartalspreis:  
**475 €**

Jahrespreis:  
**1.182 €**



**Adresseintrag 300 x 250 px**

ohne Bild:  
**48 €/Quartal**

mit Bild:  
**79 €/Quartal**

**Premiumeintrag im Adressverzeichnis:**  
2.000 Zeichen Text + max. 3 Fotos + Video  
**137 €/Quartal**

### Advertorial:

Laufzeit ein Quartal **430 €**

Bei Buchung einer Print-Anzeige im Magazin KölnerLeben erhalten Sie einen kostenfreien Adresseintrag zusätzlich.

Alternativ einen Adresseintrag mit Bild zum reduzierten Preis von **16 €**.

Beispiele der  
Adresseinträge  
finden Sie hier



[www.koelnerleben-magazin.de/  
wegweiser.html](http://www.koelnerleben-magazin.de/wegweiser.html)

The screenshot shows the homepage of the KölnerLeben Senior Portal. At the top, there's a navigation bar with links for 'START', 'THEMEN', 'VERANSTALTUNGSKALENDER', 'SERVICE', and 'ÜBER UNS'. Below the navigation, there's a search bar and a calendar for December 2025. The main content area features a welcome message 'Herzlich willkommen beim KölnerLeben- Seniorenportal!' and a photo of a man interacting with an elderly woman. To the right of the photo is a list of events for the day, including 'Spieldienstnachmittag „Offenes Wohnzimmer“' on December 19th at 14:00 and an 'Offener Stammstisch' on December 19th at 17:00.

[www.koelnerleben.koeln](http://www.koelnerleben.koeln)



## BEILAGEN / KLEINANZEIGEN / ZEILEN-ANZEIGEN / ZEILE / STOPPER / RABATTE

<b>Beilagen:</b>	Preis pro tausend Exemplare: bis 10 gr.: Ortspreis <b>92 €</b> / Grundpreis <b>106 €</b> bis 20 gr.: Ortspreis <b>99 €</b> / Grundpreis <b>114 €</b> bis 30 gr.: Ortspreis <b>110 €</b> / Grundpreis <b>127 €</b>
<b>Kleinanzeigen</b>	
<b>inkl. Foto und Logo:</b>	Format 58 x 60 mm (Breite x Höhe) <b>85 €</b> Format 58 x 110 mm (Breite x Höhe) <b>137 €</b>
<b>Zeilenanzeigen:</b>	fortlaufender Text, ohne jegliche Gestaltung, 1. Wort fett
<b>Zeile:</b>	<b>3,20 €</b> /Zeile inkl. MwSt. Chiffre-Gebühr <b>10 €</b>
<b>Stopper:</b>	58 x 50mm (BxH). Im Veranstaltungskalender, exklusiv für Veranstalter <b>122 €</b>
<b>Rabatte:</b>	Bei Buchung innerhalb des Erscheinungsjahres von 2 Anzeigen: 5 % 4 Anzeigen: 10 %

Allen aufgeführten Preisen ist die gesetzliche Mehrwertsteuer zuzurechnen. Für unsere Leistungen gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen.



## TECHNISCHE DATEN

<b>Auflage:</b>	23.000 Exemplare
<b>Endformat:</b>	A4 (210 mm breit x 297 mm hoch)
<b>Bindung:</b>	Rückendrahtheftung
<b>Satzspiegel:</b>	185 mm breit x 264 mm hoch
<b>Druckverfahren:</b>	Bogen-Offset/Vierfarbdruck
<b>Umfang:</b>	4+40 Seiten
<b>Ansprechpartner:</b>	Naomi Geller n.geller@koellen.de 0228 / 98 98 2-29
<b>Datenaufbereitung:</b>	PDF/X3 oder offene InDesign-Daten (inkl. Schriften und verknüpfter Bilder)
<b>Bilder:</b>	CMYK, mit mindestens 225 dpi, optimal sind 300 dpi
<b>Beschnittzugabe:</b>	mind. 3 mm
<b>Farbprofil:</b>	für gestrichenes Papier: PSO Coated v3  Download des Farbprofils auf unserer Internetseite möglich: <a href="http://www.koellen.de/kontakt-services/datenuebergabe">www.koellen.de/kontakt-services/datenuebergabe</a>
<b>Druckerei:</b>	Köllen Druck+Verlag GmbH Ernst-Robert-Curtius-Straße 14 53117 Bonn

