

le menu

LA PLUS GRANDE PLATEFORME CULINAIRE INDÉPENDANTE
DE SUISSE AVEC VERSION PAPIER ET NUMÉRIQUE!

DONNÉES MÉDIA 2025



L'UNIVERS LE MENU



Vente de produits via le magazine, la newsletter et le site Internet



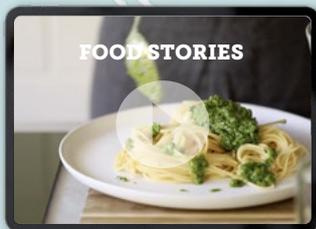
RÉSEAUX SOCIAUX

- Présence sur tous les canaux
- Création d'une communauté



PRODUCTIONS SUR COMMANDE

- Créations de recettes, production et médias
- Booklets: Mise en page, impression et placement sur le titre
- Diffusion via la newsletter, le site Internet et les réseaux sociaux



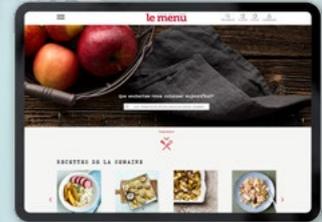
FOOD STORIES

- Vidéos de recettes et How-to, storyboard, réalisation, post-production
- Diffusion via la newsletter et les réseaux sociaux



MAGAZINE

- 217 000 lectrices et lecteurs
- Tirage: 42 000 exemplaires en Suisse alémanique et en Suisse romande



SITE INTERNET

- Env. 310 000 Page-Impressions
- Env. 111 000 Unique User
- En deux langues alld+fr

le menu



APPLI LE MENU

Combinez de manière ludique les ingrédients dont vous disposez pour réaliser des recettes inratables.



NEWSLETTER

- 75 000 abonné-e-s
- En deux langues alld+fr



E-BOOKS

- 2 e-books par an à télécharger
- Ensemble de recettes autour d'un thème
- Conseils

THÈMES 2025

01/02

Paraît le 10.1.2025

Des plats chauds et réconfortants pour le ventre et l'âme: nous célébrons l'après-ski de la manière la plus raffinée, montrons comment concocter un menu léger et pourquoi les desserts au pamplemousse sont les meilleurs pour lutter contre le blues hivernal.

Clôture des annonces
13.12.2024

03

Paraît le 28.2.2025

Nous apaisons la nostalgie du soleil et de la chaleur avec des produits mûris au soleil issus des réserves de l'année dernière et nous dévoilons des recettes de pains qui seront cuits par tous.

Clôture des annonces
7.2.2025

04

Paraît le 28.3.2025

Oeuf, oeuf, oeuf: nous fêtons Pâques avec nos plats préférés à base d'oeufs, nous servons des délices issus des eaux suisses et des biscuits au chocolat en l'honneur des adorables lapins de Pâques.

Clôture des annonces
7.3.2025

05

Paraît le 25.4.2025

La saison des fêtes commence! Des idées cool pour des plats salés et sucrés en format XXL à emporter. Le tout accompagné de spécialités suisses revisitées et de pâtisseries.

Clôture des annonces
28.3.2025

06

Paraît le 23.5.2025

En route pour la Grèce! Nous inaugurons l'été à l'apéro avec des mezedes, faisons griller des gyros, souvlakis et biftekis sur le barbecue et nous rafraîchissons ensuite avec des desserts au yogourt sympas.

Clôture des annonces
2.5.2025

07/08

Paraît le 20.6.2025

Le cru rend joyeux – et frais: la «Raw Food», en français l'alimentation crue, est le conseil ultime pour les jours de canicule – et bien sûr nos glaces, avec lesquelles nous invitons les gourmands à faire un tour du monde.

Clôture des annonces
28.5.2025

09

Paraît le 22.8.2025

Hommage au raisin avec des plaisirs gustatifs à gogo – des plats gastronomiques aux vins nobles de Suisse, du brasato al merlot à la saucisse au marc, avec des suggestions d'excursions à Bienne.

Clôture des annonces
31.7.2025

10

Paraît le 26.9.2025

Tout le fromage, de Suisse bien sûr! Nous vous invitons à un tour de fromage avec des classiques et de nouvelles créations ainsi que des rêves sucrés. En outre: menu chic alpin suisse.

Clôture des annonces
5.9.2025

11

Paraît le 24.10.2025

Envie de soleil dans le sud: Réchauffer le ventre et l'âme avec de la bergamote, des mandarines, des clémentines et autres, un menu qui rend heureux et des pâtisseries aériennes en pâte à choux.

Clôture des annonces
3.10.2025

12

Paraît le 21.11.2025

C'est bientôt Noël! Nous fêtons l'Avent sous la neige, dégustons du Vacherin Mont d'Or AOP de la Vallée de Joux. Joux VD, nous célébrons un menu de fête divin et de délicieux biscuits de Noël.

Clôture des annonces
31.10.2025



LA SUISSE À MANGER

Même si nous regardons de temps en temps au-delà des frontières de l'assiette : Nous cuisinons localement et globalement, c'est-à-dire en grande partie avec des produits suisses, le plus souvent de qualité bio. Nous montrons comment les plaisirs du palais de tout type et de toute culture peuvent être préparés localement, donc de manière durable, et savourés en toute bonne conscience.

TÉMOIGNAGE LOCAL

Dans chaque numéro, nous partons à la rencontre de producteurs bio suisses ou sur le lieu d'origine de classiques culinaires et donnons des conseils pour se régaler sur place.

CREVETTES, KIWI & CO

De nombreuses spécialités de la mer, fruits et légumes de pays lointains sont aujourd'hui disponibles dans notre production. Nous vous montrons comment ils enrichissent le répertoire culinaire.

ANIMAL

Nous aimons la viande, les œufs et les produits laitiers autant que nos fournisseurs, les animaux. Comme notre loi sur la protection des animaux est la plus stricte, nous utilisons des produits 100% locaux.

APAISER LES ENVIES D'AILLEURS

Que nous allions en Grèce ou au Japon pour des raisons culinaires: Nous apaisons notre nostalgie avec des spécialités typiques de chaque pays, généralement préparées avec des ingrédients suisses.

UN LIT AIDE

Aronia, menthe mojito, groseille à maquereau: un jardin offre la possibilité de cultiver des raretés et des spécialités pour plus de plaisir gustatif et de biodiversité.

BONNES CHOSES

La nourriture est un style de vie. Nous attachons de l'importance aux objets utiles et beaux pour la cuisine et la table, qui ont été conçus et/ou fabriqués en Suisse.

LABELS

Nous utilisons et recommandons les produits portant les labels de qualité BioSuisse et AOP/IPG parce qu'ils sont fabriqués de manière écologique et/ou traditionnelle.

PLAISIR & COUP DE FEU

Du vin à la bière, du gin au whisky: grâce à des viticulteurs, brasseurs et distillateurs innovants, de belles gouttes suisses brillent aujourd'hui dans la cuisine et à table.

SAISONNELLE

Parce que les fruits et les légumes sont meilleurs lorsqu'ils sont fraîchement récoltés, nous respectons les saisons pour cuisiner et misons sur les produits locaux.

SANS RESTE

Chaque aliment mérite notre respect. Nous donnons des conseils pour une bonne conservation et, dans la mesure du possible, pour une consommation sans restes.

le menu

PRODUCTIONS SUR COMMANDE ET FORMATS PUBLICITAIRES SPÉCIAUX



Par ex. vidéos:
story-board, cuisine, régie,
réalisation de la vidéo, post-production



Par ex. publications d'entreprise:
Conception du contenu, rédaction,
création de recettes, shooting photo,
layout et production du texte



Par ex. annonces RP: Création de recettes,
shooting photo, layout et production du texte



Par ex. booklets: Création de recettes,
shooting photo, layout et production du texte

Nous sommes votre partenaire pour des productions sur commande de tous types. Nos prestations:

- **Création et développement de recettes**
- **Conception d'univers visuels et réalisation photographiques**
- **Élaboration de scénarios, régie et réalisation de la vidéo, y compris montage**
- **Développement de placements de produits dans l'identité visuelle de la charte graphique**
- **Élaboration et production de publications d'entreprise**

Demandez-nous conseil!

medienart.

DONNÉES SUR LE LECTORAT

Source: MACH 2024-2


 PMC
SEULEMENT
CHF 46.70

 Ensemble du lectorat: 217 000
Tirage total*: 42 000 ex.

 Lectorat Suisse allemand: 176 000
Tirage: 35 000 ex.

 Lectorat Suisse romande: 41 000
Tirage: 7 000 ex.

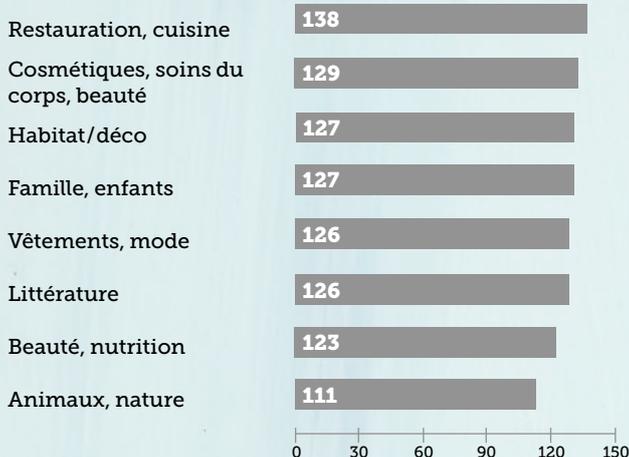
LECTORAT	TOTAL			ALLEMAND			FRANÇAIS		
	Structure	Projection	Affinité	Structure	Projection	Affinité	Structure	Projection	Affinité
Homme	26,5%	92 000	55	23%	41 000	47	36%	15 000	74
Madame	74,9%	161 000	149	77%	135 000	153	64%	26 000	125
14-34 ans	11,8%	27 000	43	12%	22 000	44	11%	5 000	36
35-54 ans	37,3%	81 000	113	36%	64 000	109	42%	17 000	126
55 ans et plus	50,3%	109 000	134	51%	90 000	135	47%	19 000	131

**GESTION
DU BUDGET**

	Structure	Projection	Affinité
Oui	91%	211 000	111
Non	9%	21 000	50

REVENUS DU MÉNAGE

	Affinité
jusqu'à CHF 3999.-	98
CHF 4000.- jusqu'à CHF 7999.-	100
plus de CHF 8000.-	100

CENTRE D'INTÉRÊTS


DÉLAIS 2025

Édition	Parution	Clôtures annonces	Fourniture du matériel
N° 1/2	10.1.2025	13.12.2024	17.12.2024
N° 3	28.2.2025	7.2.2025	12.2.2025
N° 4	28.3.2025	7.3.2025	12.3.2025
N° 5	25.4.2025	28.3.2025	2.4.2025
N° 6	23.5.2025	2.5.2025	7.5.2025
N° 7/8	20.6.2025	28.5.2025	3.6.2025
N° 9	22.8.2025	31.7.2025	6.8.2025
N° 10	26.9.2025	5.9.2025	10.9.2025
N° 11	24.10.2025	3.10.2025	8.10.2025
N° 12	21.11.2025	31.10.2025	5.11.2025

ANNONCES: FORMATS & PRIX

Formats	Franc-bord L×H in mm +3 mm de rognage	TIRAGE STANDARD		
		Total Prix en CHF	Allemand Prix en CHF	Français Prix en CHF
1/4 page	210×275	8475.-	6750.-	2550.-
1/2 page	Hauteur 105×275 Largeur 210×134	4650.-	3525.-	1400.-
1/3 page	Hauteur 75×275 Largeur 210×93	3375.-	2700.-	1050.-
1/4 page	Hauteur 60×275 Largeur 210×73	2550.-	2025.-	800.-

RABAIS

Chiffre d'affaires brut en CHF	Niveaux de rabais	Conditions de rabais
11000	3%	Durée 1 an ou 12 mois
20000	4%	Encarts Tous les encarts sont validés pour clôture
30000	6%	CC/RACHA 15%
50000	8%	TVA 8,1%
80000	10%	Page de couverture 10% du prix brut.
100000	12%	
110000+	14%	

ENCARTS: FORMATS & PRIX

(Spécifications techniques détaillées disponibles sur demande)

ENCARTS LIBRES

Placement

Dans le dernier tiers du magazine à un emplacement indéterminé (car l'adressage se fait sur la 4^e de couverture ou entre la dernière page de contenu et la 3^e de couverture)

Format

Minimum 105×148 mm
Maximum 200×265 mm idéal
(mais 200×275 mm convient aussi)

Nombre de pages

Minimum 2 pages
Maximum pages, épaisseur: 2 mm

COÛTS DES ENCARTS LIBRES

bruts en CHF

Poids jusqu'à 25 grammes

CHF 275.- /1000 ex.
TOTAL CHF 11550.-

Poids jusqu'à 50 grammes

CHF 295.- /1000 ex.
TOTAL CHF 12390.-

Poids à partir de 50 grammes

CHF 395.- /1000 ex.
TOTAL CHF 15078.-

ENCARTS BROCHÉS / À RELIURE COMMUNE

Placement

entre 2 parties de feuilles

Format

Minimum 105×148 mm
Maximum 210×275 mm

Nombre de pages

Minimum 2 pages
Maximum 32 pages

Rognage

4 mm de rogne en tête
3 mm de marge de fraisage

COÛTS ENCARTS BROCHÉS / À RELIURE COMMUNE

brut en CHF

Poids jusqu'à 25 grammes

CHF 250.- /1000 ex.
TOTAL CHF 10500.-

Poids jusqu'à 50 grammes

CHF 275.- /1000 ex.
TOTAL CHF 11550.-

Poids à partir de 50 grammes

CHF 395.- /1000 ex.
TOTAL CHF 16590.-

ENCARTS COLLÉS

Placement

Sur la page de couverture ou sur la première page d'un 16e de feuille

Format

Minimum 70×70 mm
(formats plus petits sur demande)
Maximum 180×225 mm

Nombre de pages

Minimum 2 pages
Maximum 24 pages

COÛTS CARTE POSTALE, SACHETS ÉCHANTILLONS, BOOKLET

bruts en CHF

Carte postale jusqu'à A6/A5

CHF 98.- /1000 ex.
TOTAL CHF 4116.-

Sachets échantillons

CHF 160.- /1000 ex.
TOTAL CHF 6720.-

Pages de couverture booklet

CHF 400.- /1000 ex.
TOTAL CHF 16800.-

Supplément de splitting

CHF 600.-

TRANSMISSION/REMISE DU MATÉRIEL ET COMMUNICATION

Éditeur

Medienart AG, Aurorastrasse 27,
5001 Aarau, T +41 (0)62 544 92 92,
www.medienart.ch

Direction

Jürg Rykart (actionnaire, cofondateur),
Valentin Kälin (actionnaire, cofondateur)

Rédaction

Co-rédaction en chef:
Martin Kurzbein, T +41 (0)62 544 92 80
Stephanie Riedi, T +41 (0)62 544 99 09

Directeur artistique:

Martin Kurzbein, T +41 (0)62 544 92 80

Marché publicitaire

Goldbach Publishing AG,
Clara Lövoid
Sales Account Manager
T +41 (0)44 248 52 53,
clara.loevold@goldbach.com

Content Studio

Medienart AG, Nicole Hättenschwiler,
5000 Aarau, T +41 (0)62 544 94 44,
nicole.haettenschwiler@medienart.ch

Marketing utilisateurs

David Erni (direction),
T +41 (0)62 544 92 79

le menu shop

Elina Sandmeier
T +41 (0)62 508 79 41
elina.sandmeier@medienart.ch

Sauf indication contraire, vous pouvez
contacter tous les collaborateurs à l'adresse
prenom.nom@lemenu.ch

Remise du matériel annonces

Goldbach Publishing AG
lemenu@tamedia.ch

Transmission du matériel: le matériel
transmis doit mentionner le nom du
produit, le numéro d'édition, ainsi qu'un
mot-clé relatif au sujet.

Conditions techniques

- Modèles numériques prêts à être imprimés: format PDF: fourniture au format PDF/X-3 en couleurs Euroscale. Avec les données, toujours envoyer des épreuves contractuelles comme moyen de contrôle, 4 couleurs = épreuve/impression.
- Format/état: la taille du document doit correspondre à l'espace publicitaire payé.
- Résolution d'image: 300 dpi

Conditions générales

Voir www.lemenu.ch

Remise du matériel encarts

Équipement: Les encarts collés doivent avoir un côté fermé à gauche. Il en va de même pour les encarts brochés/à reliure commune (aussi un côté fermé à gauche). Dans des cas exceptionnels, les encarts avec pli en zigzag peuvent aussi être traités mécaniquement, mais cela vaut uniquement pour les encarts libres.

Maquette en blanc / feuille de tirage:

l'acceptation définitive d'un ordre est soumise à la fourniture en temps utile d'une maquette en blanc et d'une feuille de tirage précise.

Emballage des encarts: emballés proprement, non cerclés, non croisés et en liasses ajustées à la main (hauteur de prise d'environ 10 cm), empilés sur des palettes interchangeables ou déposés dans des cadres de palettes, munis d'un drapeau d'empilage Le drapeau d'empilage contient le type et le titre de l'encart, le magazine avec le numéro d'édition ainsi que le nombre d'exemplaires.

Fourniture: 15 jours avant parution:
AVD Goldach, Barbara Neuhauser,
Sulzstrasse 10-12, CH-9403 Goldach
**(avertir impérativement par téléphone
au +41 (0)71 844 94 11)**

Tirage

Suisse alémanique: 35 000 ex.
Suisse romande: 7 000 ex.
Total: 42 000 ex.

Prix

Port et coûts techniques compris,
encarts collés hors coûts des annonces,
CC/RACHA 5%

Insertion limitée

Tirage allemand/français
possible sans surcoûts

le menu

LA PLUS GRANDE PLATEFORME CULINAIRE INDÉPENDANTE DE SUISSE
AVEC VERSION PAPIER ET NUMÉRIQUE!



OFFRES
NUMÉRIQUES

LEMENU.CH

SITE INTERNET

- Env. 330 000 Page-Impressions par mois
- Env. 66 000 Page-Impressions par mois
- En deux langues: allemand et français

Rectangle

- Photo: 360x300 px (JPG/PNG/GIF, animation possible)

Publireportage

- Photo: 360x213 px (JPG/PNG/GIF, animation possible)
- Titre: max. 40 caractères, espaces compris
- Texte: max. 120 caractères espaces compris
- Lien & CTA

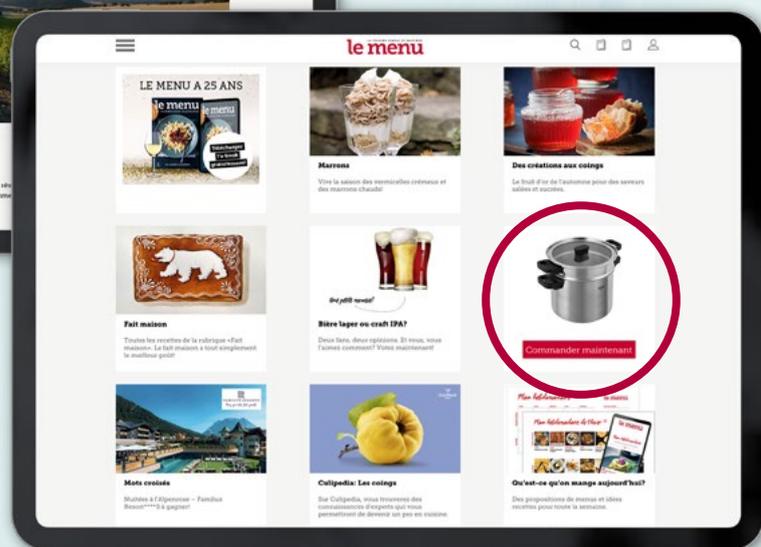
PRESTATIONS MÉDIAS

Variante A

- Rectangle ou publireportage CHF 900.- par semaine (matériel fourni) avec lien vers votre site

Variante B

- Rectangle ou publireportage CHF 900.- par semaine associé à la création d'une page de renvoi.
- Création d'une page de renvoi:
 - Textes et images fournis CHF 600.-
 - Textes et images fournis, textes finaux rédigés par le menu CHF 1000.-



RENDEZ-VOUS SUR
LEMENU.CH

E-BOOKS

E-BOOKS THÉMATIQUES

- 2 e-Books par an à télécharger
- Ensemble de recettes autour d'un thème
- Conseils
- En deux langues: allemand et français
- L'e-Book fait l'objet d'une publicité sur les canaux «le menu», mais aussi sur d'autres médias, y compris Ready.

Format

- 296×210 mm ou 1748×1240 px (150 ppi)

PRESTATIONS MÉDIAS

- Placement des annonces: CHF 3500.–
- Format: 296×210 mm ou 1748×1240 px (150 ppi)
- Créez avec nous votre e-book sur mesure.
Prix sur demande.

DÉLAIS 2025

THÈME	Parution	Clôtures annonces	Fourniture du matériel
Apéro	20.6.2025	28.5.2025	3.6.2025
Biscuits	24.10.2025	3.10.2025	8.10.2025



NEWSLETTER

NEWSLETTER DE LA RÉDACTION

- Envoi chaque semaine le mercredi matin
- Total 75000 abonné-e-s (61801 alld, 13268 fr)

NEWSLETTER PLAN HEBDOMADAIRE

- Envoi chaque semaine le samedi matin
- Total 60100 abonné-e-s (48774 alld, 11373 fr)

NEWSLETTER DU SHOP

- Envoi chaque premier dimanche du mois
- Total 51600 abonné-e-s

NEWSLETTER AUTONOME

- Présentez votre offre ou votre produit à l'aide d'une newsletter thématique et exclusive, conçue par nos soins.
- Contenu:
 - Texte d'introduction (rédigé par le menu)
 - 3-4 recettes issues de la base de données le menu
 - 2-3 articles sur votre produit (images et textes fournis par vos soins, rédaction finale par le menu).

Prix fixe de CHF 9500.-

FORMATS

Bannière

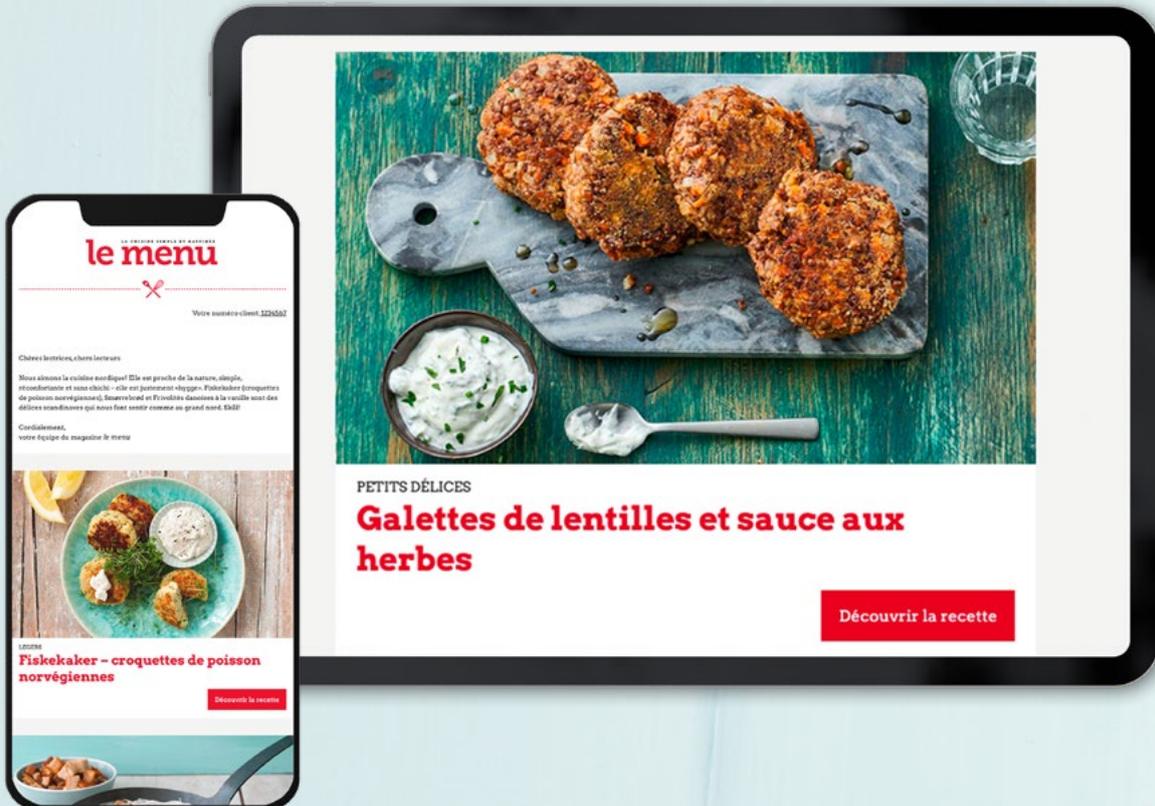
Photo: 600xmax. 357 px (JPG/PNG/GIF, animation possible)

Publireportage

- Photo: 600xmax. 357 px (JPG/PNG/GIF, animation possible)
- Titre: max. 60 caractères, espaces compris
- Texte: max. 300 caractères espaces compris
- Lien & CTA

CONDITIONS

CHF 2200.- par bannière ou publireportage



VIDÉOS DE RECETTES POUR LES MÉDIAS SOCIAUX

La manière dont les recettes sont présentées sur les réseaux sociaux comme Instagram et TikTok évolue constamment. Nous sommes à l'écoute de notre temps et créons du contenu en fonction des tendances actuelles – tout en conservant la bonne dose de Suisse et le look & feel de le menu. Soit vous choisissez une recette existante dans notre base de données, pour laquelle nous créons ensuite un reel, soit nous créons une nouvelle recette selon vos souhaits, que nous filmons ensuite. Le reel est ensuite publié sous la forme d'un post commun de notre compte et du vôtre et, selon vos souhaits, partagé sur Instagram, Facebook et TikTok.

Reel sponsorisé

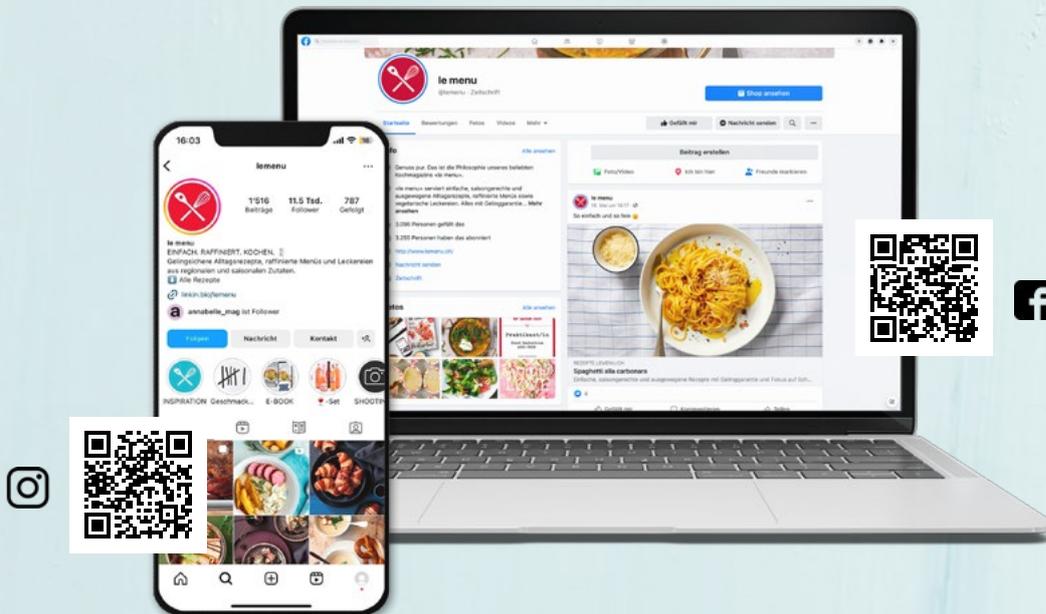
Vous nous envoyez votre produit (ingrédient ou ustensile de cuisine) qui doit être intégré dans notre reel. Nous vous proposons trois recettes appropriées de notre base de données lemenu, parmi lesquelles vous en choisissez une. Nous prenons ensuite le relais et produisons le reel dans le look & feel du lemenu (format 9:16, 15–30 secondes, suisse allemand avec sous-titres français, légendes en allemand et en français). Le reel est publié sous forme de post commun sur Facebook, Instagram et Tiktok.

CHF 1900.–

Les modules complémentaires:

- Le script est envoyé à l'avance et validé par vos soins CHF 400.–
- Logo intégré dans le reel (début ou fin) CHF 300.–
- Le contenu de la légende est convenu avec vous CHF 200.– (LE TEXTE EST ÉCRIT EN ANGLAIS)
- La recette est recréée pour vous CHF 400.–
- Achat de la recette CHF 600.–
- Les prestations supplémentaires sont facturées individuellement en fonction du temps investi

Production d'autres formats vidéo sur demande.



Exemple 1
Instagram
Fondue



Exemple 2
Instagram
Steak Frites
Sandwich



Exemple 3
Facebook
Poire
Belle-Hélène

CRÉATION DE RECETTES

Vous souhaitez des recettes créatives et simples pour votre publication, votre site web ou pour un projet de livre? Notre équipe bien rodée d'experts culinaires, de stylistes et de photographes est à votre disposition. Après que vous nous aurez fait part de vos souhaits en matière de contenu et de réalisation, nous vous ferons deux propositions possibles par recette, créerons un mood et commencerons la création de la recette après votre go. Chaque recette est testée chez nous avant d'être shootée. Après le shooting, vous recevez les recettes ainsi que les photos finies.

Paquet A : 1 recette

- Conception
- Mood
- Création de la recette
- Cuisine test
- Prise de vue
- Postproduction

CHF 1195.-

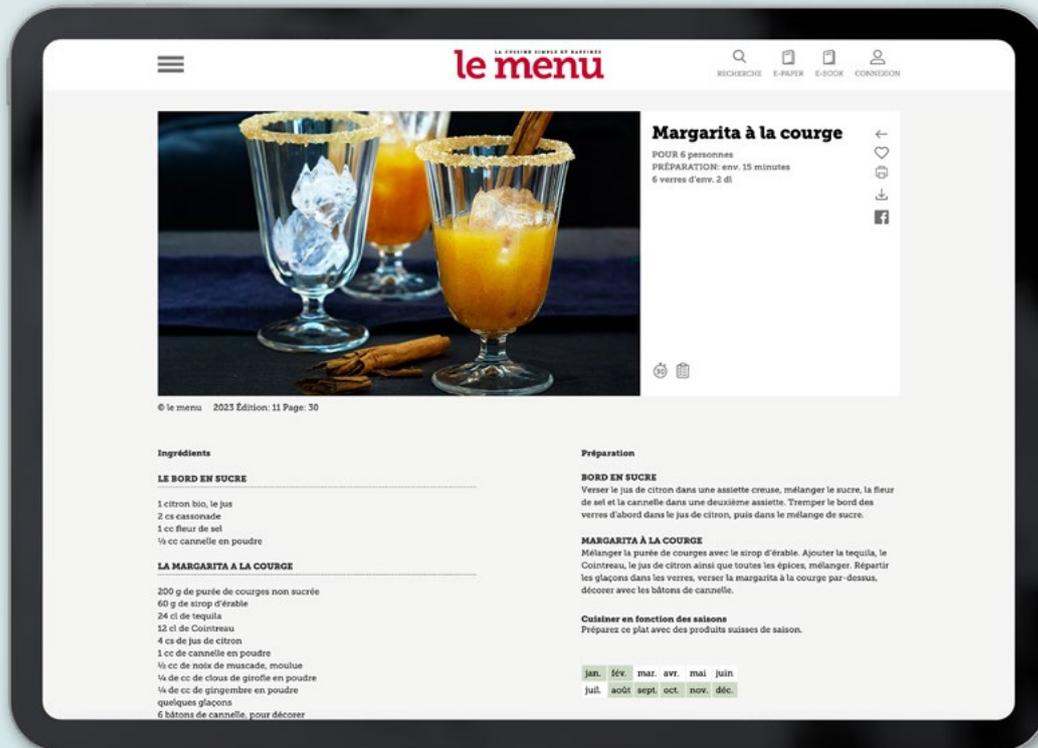
Paquet B : 6 recettes

- Conception
- Mood
- Création de la recette
- Cuisine test
- Prise de vue
- Postproduction

CHF 5070.-
(par recette CHF 995.-)

Suppléments:

- Traduction en français: CHF 55.- par recette
- Publication de l'image de la recette sur les canaux de médias sociaux du lemenu (Instagram, Facebook) avec lien vers la base de données des recettes: CHF 800.-
- Intégration de la recette dans la newsletter du menu (format «publireportage») avec lien vers la base de données des recettes: CHF 2200.-



le menu

TRANSMISSION DU MATÉRIEL ET COMMUNICATION

Éditeur

Medienart AG, Aurorastrasse 27,
5001 Aarau, T +41 (0)62 544 92 92,
www.medienart.ch

Direction

Jürg Rykart (actionnaire, cofondateur),
Valentin Kälin (actionnaire, cofondateur)

Rédaction

Co-rédaction en chef:
Martin Kurzbein, T +41 (0)62 544 92 80
Stephanie Riedi, T +41 (0)62 544 99 09

Directeur artistique:

Martin Kurzbein, T +41 (0)62 544 92 80

Marché publicitaire

Goldbach Publishing AG,
Clara Lövdold
Sales Account Manager
T +41 (0)44 248 52 53,
clara.loevold@goldbach.com

Content Studio

Medienart AG, Nicole Hättenschwiler,
5000 Aarau, T +41 (0)62 544 94 44,
nicole.haettenschwiler@medienart.ch

Marketing utilisateurs

David Erni (direction),
T +41 (0)62 544 92 79

le menu shop

Elina Sandmeier
T +41 (0)62 508 79 41
elina.sandmeier@medienart.ch

Sauf indication contraire,
vous pouvez contacter tous
les collaborateurs à l'adresse
prénom.nom@lemenu.ch