

антенна **теле**семь

ИЗДАНИЕ

#1



Читает
вся Россия





антенна
теле**семь**

СЛОВО ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

НАМ 25.

Что это значит? То, что мы молоды, полны сил, но уже не так глупы и наивны, как в 16. Мы знаем, чего и кого хотим. Мы уже научились не только брать, но и отдавать.

И возможности наши безграничны. Потому что для 25-летних нет ничего невозможного. Миссия не просто выполнима, а идеально исполнена.







В этом возрасте люди впервые осознанно выбирают дорогу, по которой хотят идти дальше. Мы выбрали. И хотим идти вместе с вами.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР ЕЛЕНА КРАСНИКОВА

телесемь

ЖУРНАЛ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ











С ПОДРОБНОЙ ТВ ПРОГРАММОЙ

-  **25** ЛЕТ НА РЫНКЕ Выходит с 1994 года
-  **104-156** СТРАНИЦ Объем издания
-  **1 613 223** ЭКЗ. ТИРАЖ
-  **5 843 441** ЧЕЛ.** АУДИТОРИЯ КАЖДОГО НОМЕРА
-  **ЕЖЕНЕДЕЛЬНО** ПЕРИОДИЧНОСТЬ
-  **A4 и B4** ФОРМАТ

Mediascope, AdFact, 2019/1 полугодие*

База данных: NRS-Россия (+Zodiac), Март-Июль 2019**



География, кол-во городов	Аудитория 1 номера, человек	Аудитория 1 номера, %	Тираж (Россия), экземпляров***		Аудитория 1 номера, человек (13 городов- миллионеров)*	Аудитория 1 номера, человек (ТОП-18 бизнес- городов), человек**
						
60	5 843 440	9,5	1 613 223	телесемь	1 931 808	2 194 708
65	4 687 570	7,7	1 522 904		2 222 901	2 382 701
60	3 036 290	5,0	182 996		1 457 836	1 587 936
ЕДИНЬИЙ ТИРАЖ	2 272 270	3,7	694 458		1 373 309	1 415 009
16	2 159 400	3,5	925 714		1 086 810	1 174 110

* «13 городов-миллионеров»: Новосибирск, Ростов-на-Дону, Волгоград/Астрахань, Екатеринбург, Казань/Чебоксары, Москва, Н. Новгород, Омск, Пермь, Самара/Тольятти, С-Петербург, Уфа, Челябинск/Магнитогорск.

** «Топ-18 бизнес-городов»: 13 городов-миллионеров + города с численностью свыше 700 тыс. человек: Воронеж, Красноярск, Саратов, Краснодар.

телесемь

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ

С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ

Журнал входит в **ТОП-10** Самых потребляемых
продуктов в России*

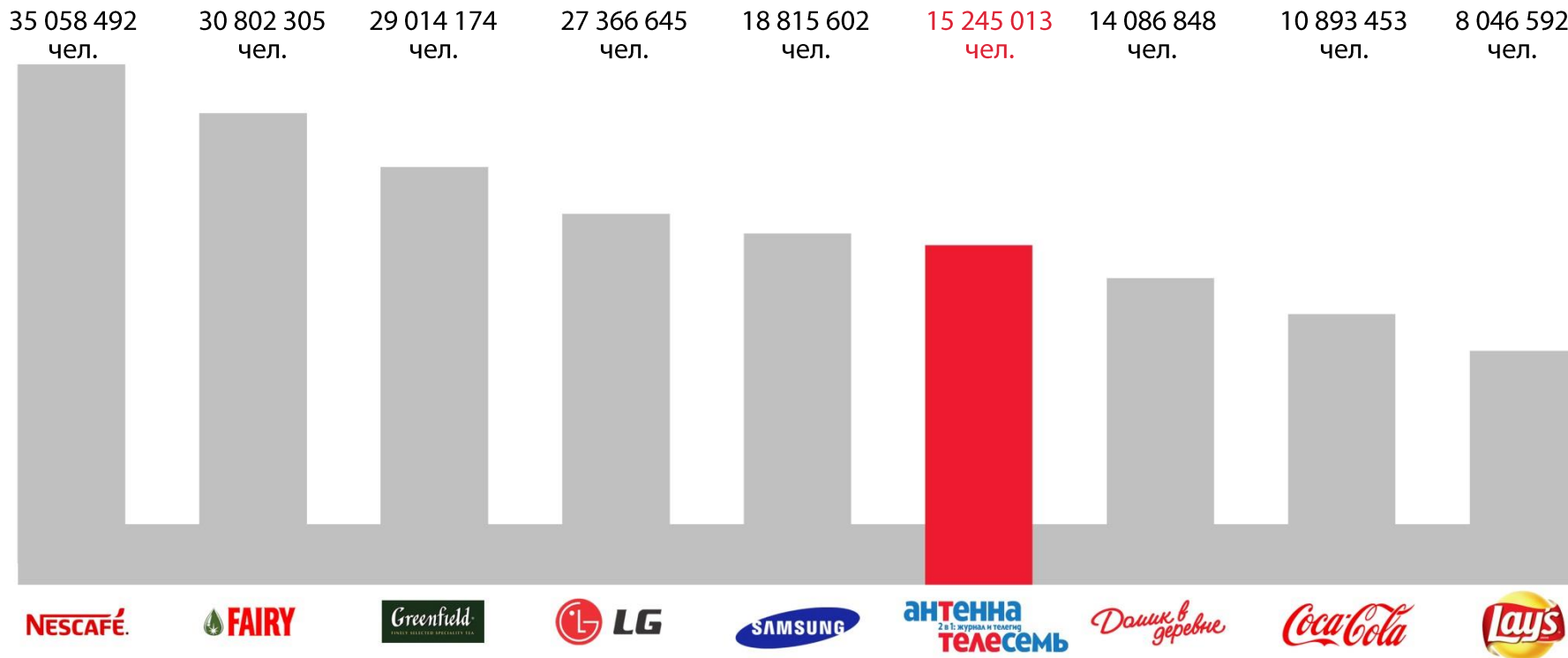
Каждый **10-й** Россиянин старше 16 лет
читает наш телегид*

Самый тиражный
журнал России, входит в **ТОП-10** Самых тиражных
журналов МИРА!



Источник: *Mediascope/NRS-Россия, 2019/1; **M'Index, Россия 2018/2-е полугодие

САМЫЕ ПОТРЕБЛЯЕМЫЕ БРЕНДЫ В РОССИИ

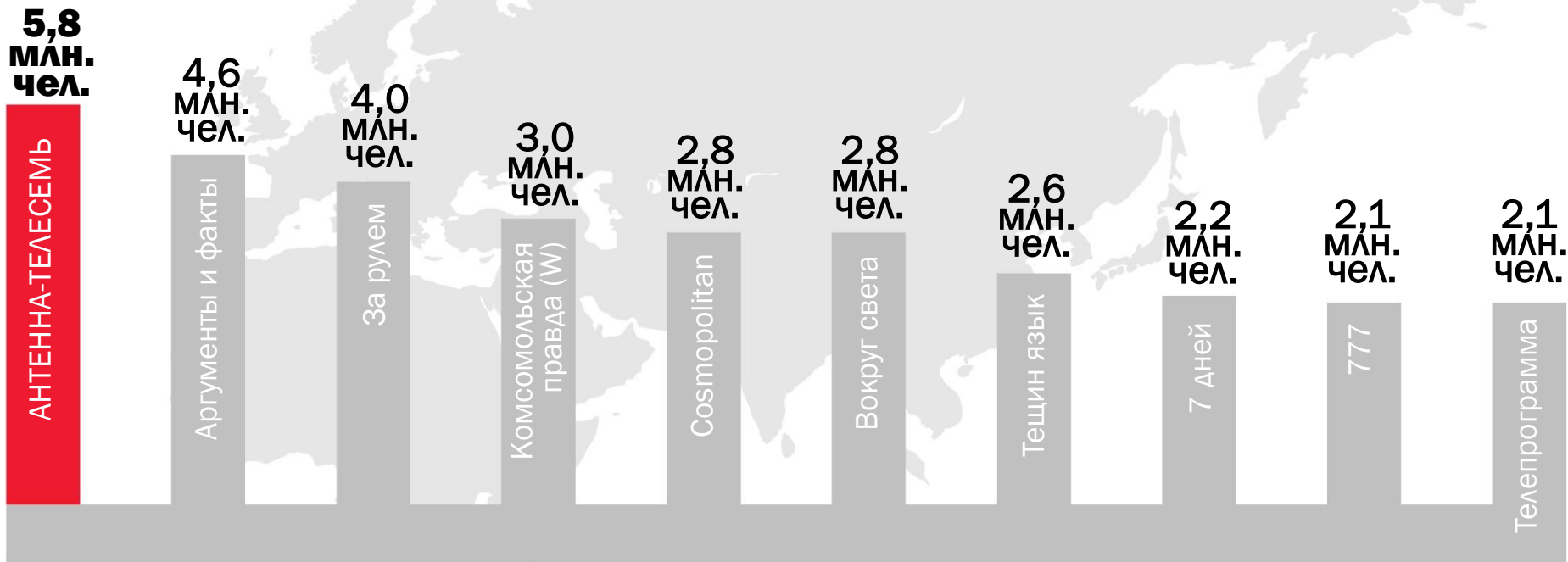


АУДИТОРИЯ

-  **68 %** ЖЕНЩИНЫ
-  **63 %** ЧИТАТЕЛЕЙ РАБОТАЮТ
-  **43 %** РУКОВОДИТЕЛИ, СПЕЦИАЛИСТЫ,
СЛУЖАЩИЕ
-  **61 %** ЗАМУЖЕМ, ЖЕНАТЫ
-  **42 %** ВЕДУТ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
-  **58 %** ИМЕЮТ АВТОМОБИЛЬ В СЕМЬЕ*

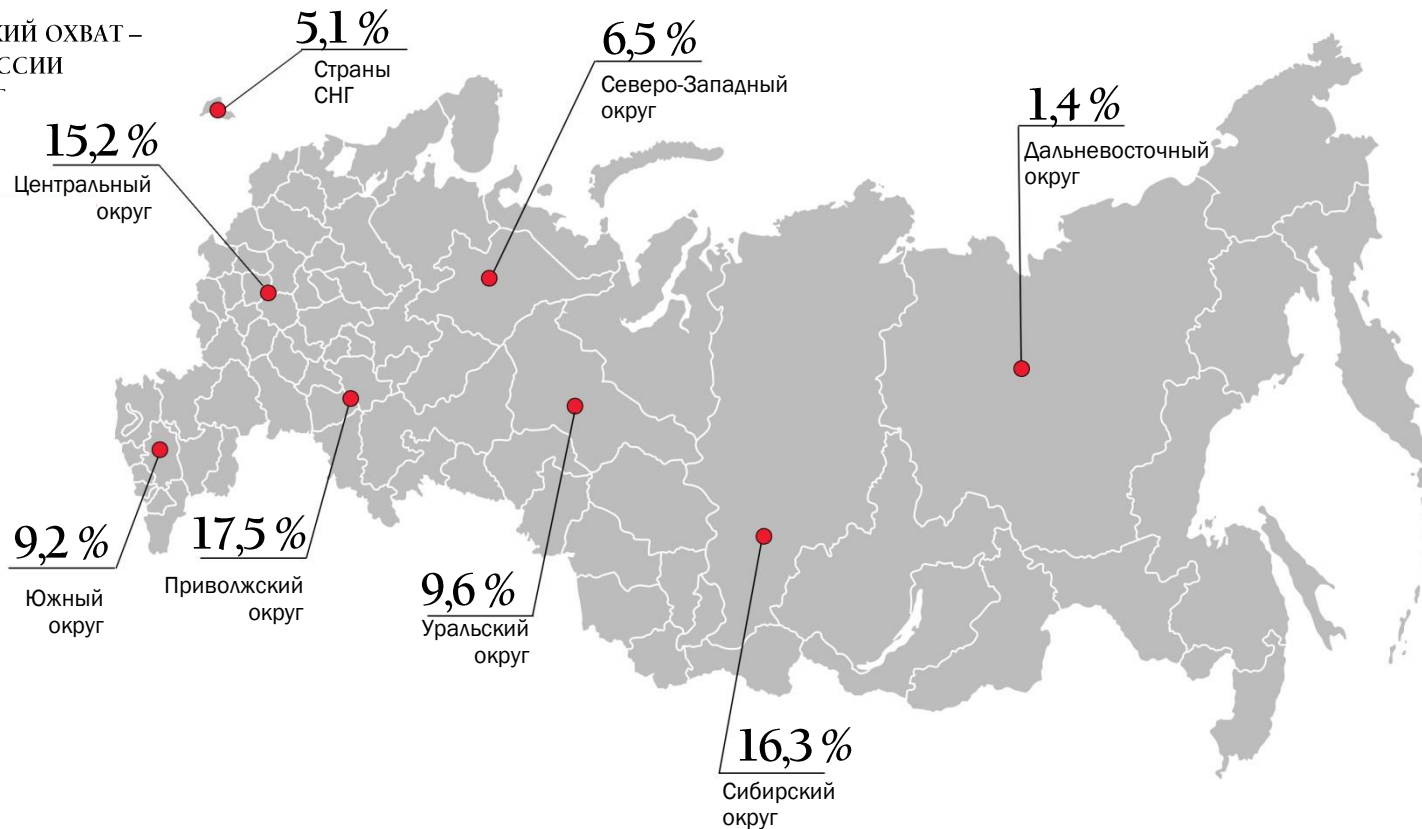


САМОЕ ЧИТАЕМОЕ ИЗДАНИЕ В РОССИИ



РАСПРОСТРАНЕНИЕ ЖУРНАЛА

ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ОХВАТ –
58 ГОРОДОВ РОССИИ
И 3 ГОРОДА СНГ



теле семь

ЖУРНАЛ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ



ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ ФОТОСЪЕМКИ СО ЗВЕЗДАМИ



АКТУАЛЬНЫЕ НОВОСТИ



МОДНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ



ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ



ВСЕ О КРАСОТЕ И ЗДОРОВЬЕ



ТВ-ПРОГРАММА

Места для поцелуев

Сезонные пальто, снег и фирт – Канский фестиваль живет в атмосфере праздника.

В прошлом году на Лазареву Брежнев и в центре внимания оказался актер Сергей Бабурин. В этом году на главном же мероприятии – Канском фестивале – в центре внимания оказались артисты ансамбля «Серебряный дождь». Жюри в этом году возглавляет знаменитый режиссер Александр Лисицкий. Фестиваль пройдет на протяжении 10 дней в рамках программы «Снег и фирт» с 19 по 28 октября. В этот период в Канском районе пройдет фестиваль «Снег и фирт».

На фестивале Анна Дельфин-Абрикосова и участники ансамбля «Серебряный дождь» выступят на фестивале «Снег и фирт».

В прошлом году на Лазареву Брежнев и в центре внимания оказался актер Сергей Бабурин. В этом году на главном же мероприятии – Канском фестивале – в центре внимания оказались артисты ансамбля «Серебряный дождь». Жюри в этом году возглавляет знаменитый режиссер Александр Лисицкий. Фестиваль пройдет на протяжении 10 дней в рамках программы «Снег и фирт» с 19 по 28 октября. В этот период в Канском районе пройдет фестиваль «Снег и фирт».

На фестивале Анна Дельфин-Абрикосова и участники ансамбля «Серебряный дождь» выступят на фестивале «Снег и фирт».

пульт – в руку!

Мультфильмы, сериалы, программы, телепередачи, анимация

ПОНЕДЕЛЬНИК 19:00 «СЕРИИ» Понедельник, 19:00	ВТОРНИК 19:00 «СЕРИИ» Вторник, 19:00
СРЕДА «СЕРИИ» Среда, 19:00	ЧЕТВЕРГ «СЕРИИ» Четверг, 19:00
ПЯТНИЦА «СЕРИИ» Пятница, 19:00	СУББОТА «СЕРИИ» Суббота, 19:00
ВОСКРЕСЕНЬЕ «СЕРИИ» Воскресенье, 19:00	

Нарушенный баланс

Дисбактериоз бывает и у взрослых, и у детей. Это изменение состава микрофлоры, светящиеся о заболевании, которое необходимо выявить и начать лечить.

Тяжелого диагноза в международной классификации болезней (МКБ-10) нет, но за границей тонко изучают нарушения состава качественной микрофлоры (генотипа), а с собой микробное дисбаланс вывозят спринтеры, работающие в условиях экстремально жаркого климата.

ПРИЗНАКИ
Проявления дисбактериоза разнообразны и у мужчин, и у женщин, нарушая стул, болевая симптоматика, метеоризм, снижение аппетита, тошнота, рвота, головная боль, слабость, раздражительность, раздражительность, раздражительность.

НЕОБХОДИМЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
В анамнезе есть хронические заболевания желудочно-кишечного тракта? Необходимо провести лабораторную диагностику. Традиционный анализ на дисбактериоз не дает необходимой информации, куда вы даже ПЦР-исследования. Врожденный иммунитет, состояние кишечника, состояние иммунитета.

НА ЗАМЕТКУ
На фоне сбалансированной диеты, если есть нарушения стула, метеоризм, раздражительность, раздражительность, раздражительность.

ПРИЧАТЫ РЕБЕНКА В ФРАНЦИИ
Франция – страна, где родители уделяют особое внимание здоровью своих детей. В частности, они следят за питанием ребенка, избегая вредных продуктов.

НЕ РАВНОЦЕННЫМ ФРАНЦИЙСКИМ ПИТАНИЮ
Французская кухня – это не только вкусные блюда, но и здоровое питание. Родители следят за тем, чтобы ребенок получал все необходимые витамины и минералы.

СЛАДКАЯ ПИЩА
Сладости – это не только удовольствие, но и источник энергии. Однако чрезмерное употребление сладостей может привести к ожирению и другим заболеваниям.

ПРИРОДНЫЕ ПРОДУКТЫ
Органические продукты – это то, что нужно для здоровья. Они содержат все необходимые вещества для поддержания организма.

ЗДОРОВЬЕ
Здоровье – это основа всего. Без него невозможно наслаждаться жизнью. Поэтому важно следить за своим здоровьем и вести здоровый образ жизни.

СОВЕТЫ
Следите за своим питанием, избегайте вредных привычек, занимайтесь спортом. Это поможет вам сохранить здоровье и долголетие.

ПРОФИЛАКТИКА
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены, избегая антибиотиков без необходимости, употребляя кисломолочные продукты.

ДИЕТА
Сбалансированная диета – залог здоровья. Включите в рацион больше овощей, фруктов, злаков и кисломолочных продуктов.

СЛАДКАЯ ПИЩА
Сладости – это не только удовольствие, но и источник энергии. Однако чрезмерное употребление сладостей может привести к ожирению и другим заболеваниям.

ПРИРОДНЫЕ ПРОДУКТЫ
Органические продукты – это то, что нужно для здоровья. Они содержат все необходимые вещества для поддержания организма.

ЗДОРОВЬЕ
Здоровье – это основа всего. Без него невозможно наслаждаться жизнью. Поэтому важно следить за своим здоровьем и вести здоровый образ жизни.

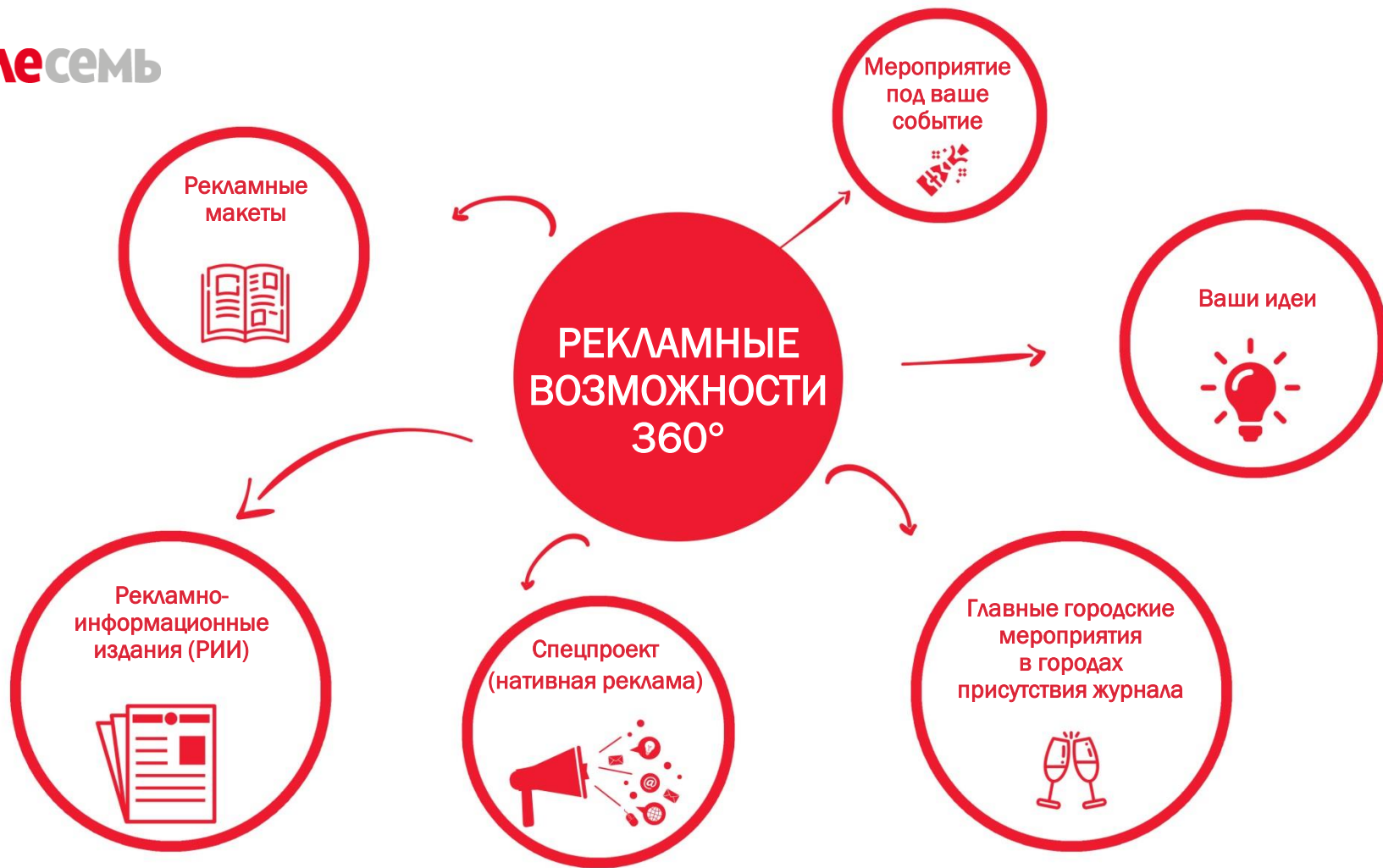
СОВЕТЫ
Следите за своим питанием, избегайте вредных привычек, занимайтесь спортом. Это поможет вам сохранить здоровье и долголетие.

ДИЕТА
Сбалансированная диета – залог здоровья. Включите в рацион больше овощей, фруктов, злаков и кисломолочных продуктов.

СЛАДКАЯ ПИЩА
Сладости – это не только удовольствие, но и источник энергии. Однако чрезмерное употребление сладостей может привести к ожирению и другим заболеваниям.

ПРИРОДНЫЕ ПРОДУКТЫ
Органические продукты – это то, что нужно для здоровья. Они содержат все необходимые вещества для поддержания организма.

ЗДОРОВЬЕ
Здоровье – это основа всего. Без него невозможно наслаждаться жизнью. Поэтому важно следить за своим здоровьем и вести здоровый образ жизни.



КОНТАКТЫ

Зарецкий Алексей

Директор

8 961 232 22 20


editor@idbipress.ru

Зарецкая Людмила

Директор по рекламе

8 960 946 35 90

alexeeva@idbipress.ru

 Адрес: Алтайский край, г. Бийск, ул. Мухачева, 222/2

 WWW.ANTENNA-TELESEM.RU