

антенна
телесемь

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

антенна
теле**семь**

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**

УЖИН ЗА ПОЛЧАСА Четыре варианта на выбор

2 в 1: журнал и телегиг

антенна

143


ПОДАРКА
внутри
журнала

СУПЕР-МАРАФОН
Скажите
возрасту
«стоп»

Светлана **ЛОБОДА**
с дочкой **Евой:**

ПОЛНЫЙ
КУРС
СЧАСТЛИВОЙ
ЖИЗНИ

ВТОРОЙ РЕБЕНОК – ЭТО ДРУГОЙ УРОВЕНЬ СОЗНАНИЯ ЖЕНЩИНЫ

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	антенна 2 и 1: журнал и телевидение телеСемь	1 931 808	2 194 708
65	4 687 570	7,7	1 522 904	АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ	2 222 901	2 382 701
60	3 036 290	5,0	182 996	КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА!	1 457 836	1 587 936
ЕДИНЬИЙ ТИРАЖ	2 272 270	3,7	694 458	СВЕТ ЗВЕИ	1 373 309	1 415 009
16	2 159 400	3,5	925 714	ТЕЛЕ ПРОГРАММА	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.

антенна
теле**семь**

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ

С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ

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

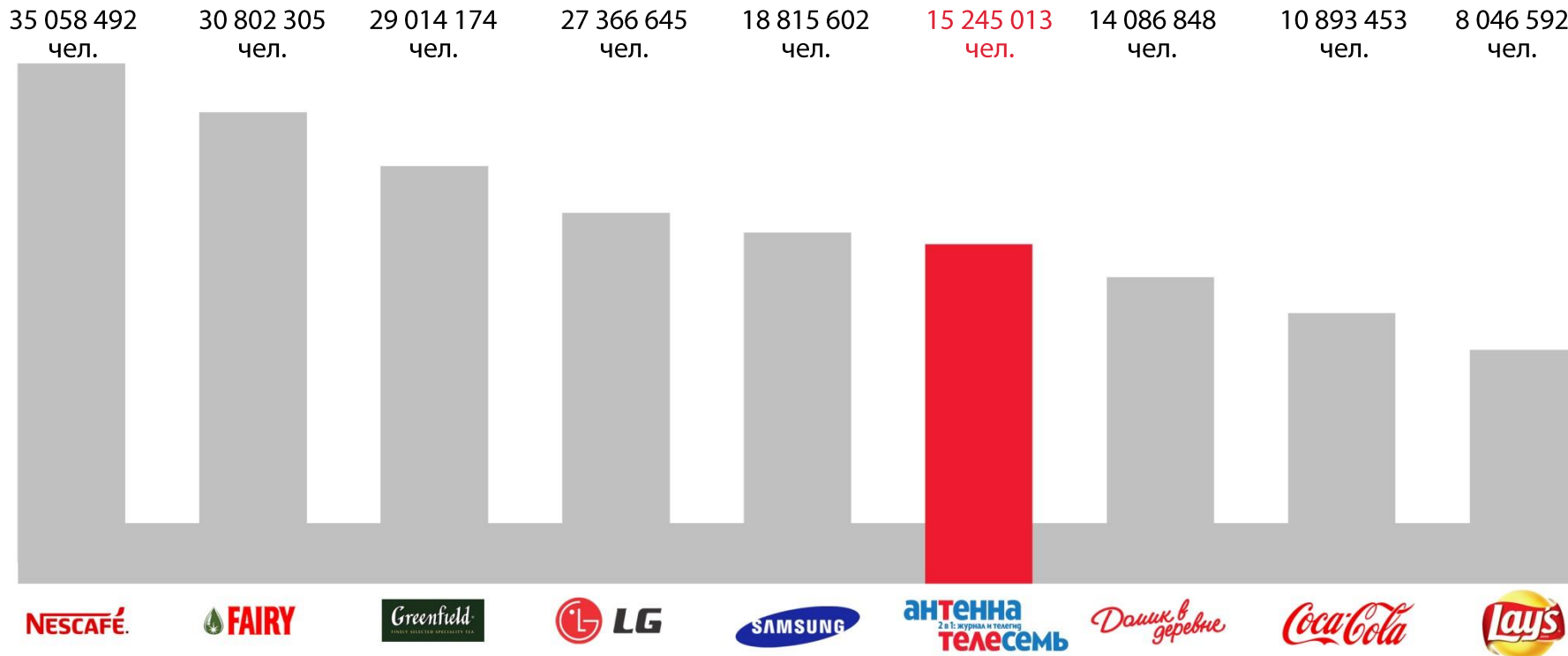
Каждый **10-й** Россиянин старше 16 лет
читает наш телегид*

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

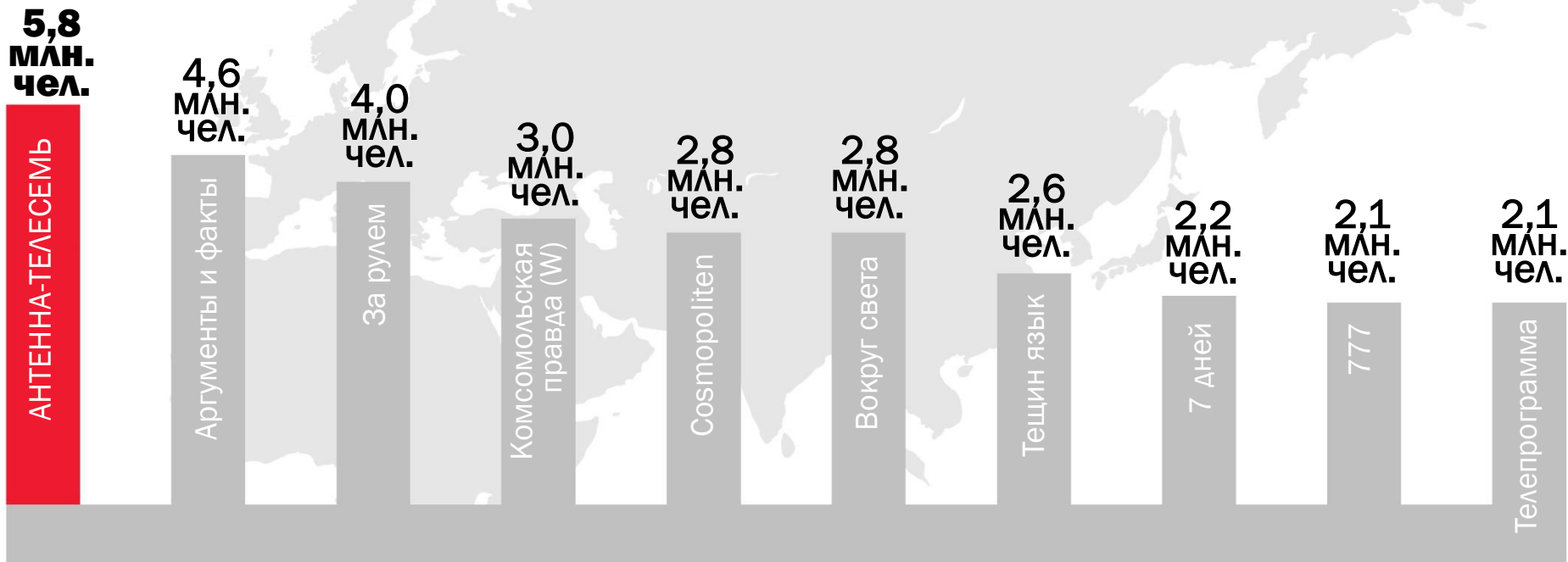


АУДИТОРИЯ

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

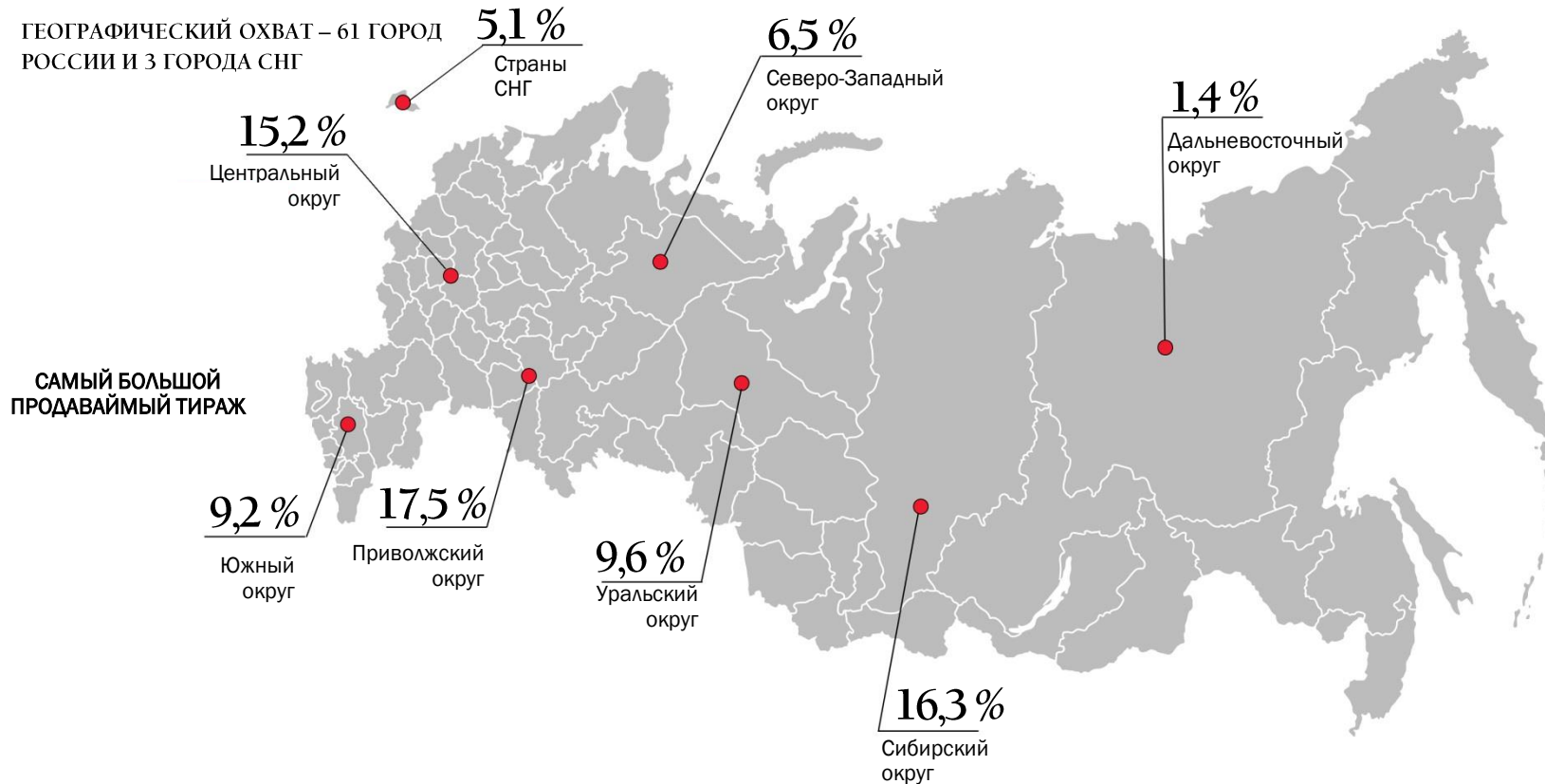


САМОЕ ЧИТАЕМОЕ ИЗДАНИЕ В РОССИИ



РАСПРОСТРАНЕНИЕ ЖУРНАЛА

ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ОХВАТ – 61 ГОРОД
РОССИИ И 3 ГОРОДА СНГ



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 флирт – Каннский фестиваль живет в атмосфере праздника.

В прошлом году на Лазурном берегу в центре внимания были женщины – Кейт Уинслет по главе жюри они получили почетную награду в Канне. В этом году пальто стали актуальным элементом одежды. Жюри в этом году возглавляет канадский режиссер **Александр Лессаж** (ранее по работе его фильм «Языки любви» получил Гран-при Канн в 2006 году). Это каноничный посыл о возвращении к традициям.

На премьере **Анна Дельфин** (Марианна из знаменитого французского фильма) в костюме **Билла Вайланда**, сдержанной олею из глянцевой розы, улетела мимо внимания своей 20-летней коллеги **Саманты**, а в следующем проходе она и вышла. В танцевальной программе выступила **Кэти Бланк**. В этом году в Канне также состоялась премьера фильма **«Возвращение»** режиссера **Александра Лессажа** (ранее по работе его фильм «Языки любви» получил Гран-при Канн в 2006 году). Это каноничный посыл о возвращении к традициям.

ПРИЗНАКИ
Примарки дисбактериоза различаются у мужчин и женщин, поэтому сразу можно сразу сказать, в чем причина проблемы. Чаще всего речь идет о заболеваниях желудка, кишечника, желчного пузыря и поджелудочной железы. Состав

НЕОБХОДИМЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
В анамнезе есть хронические заболевания желудочно-кишечного тракта? Необходимо провести лабораторную диагностику. Традиционный анализ на дисбактериоз не дает необходимой информации, куда вы же даже ПЦР-исследования. В результате начнутся дополнительные тесты на сахарный диабетного характера.

пульт - в руку!

Мультфильмы, сериалы, программы, ток-шоу, спорт, анимация

ПОНЕДЕЛЬНИК 10:00 13:00	ВТОРНИК 10:00 13:00
СРЕДА 10:00 13:00	ЧЕТВЕРГ 10:00 13:00
ПЯТНИЦА 10:00 13:00	СУББОТА 10:00 13:00
ВОСКРЕСЕНЬЕ 10:00 13:00	

Нарушенный баланс

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

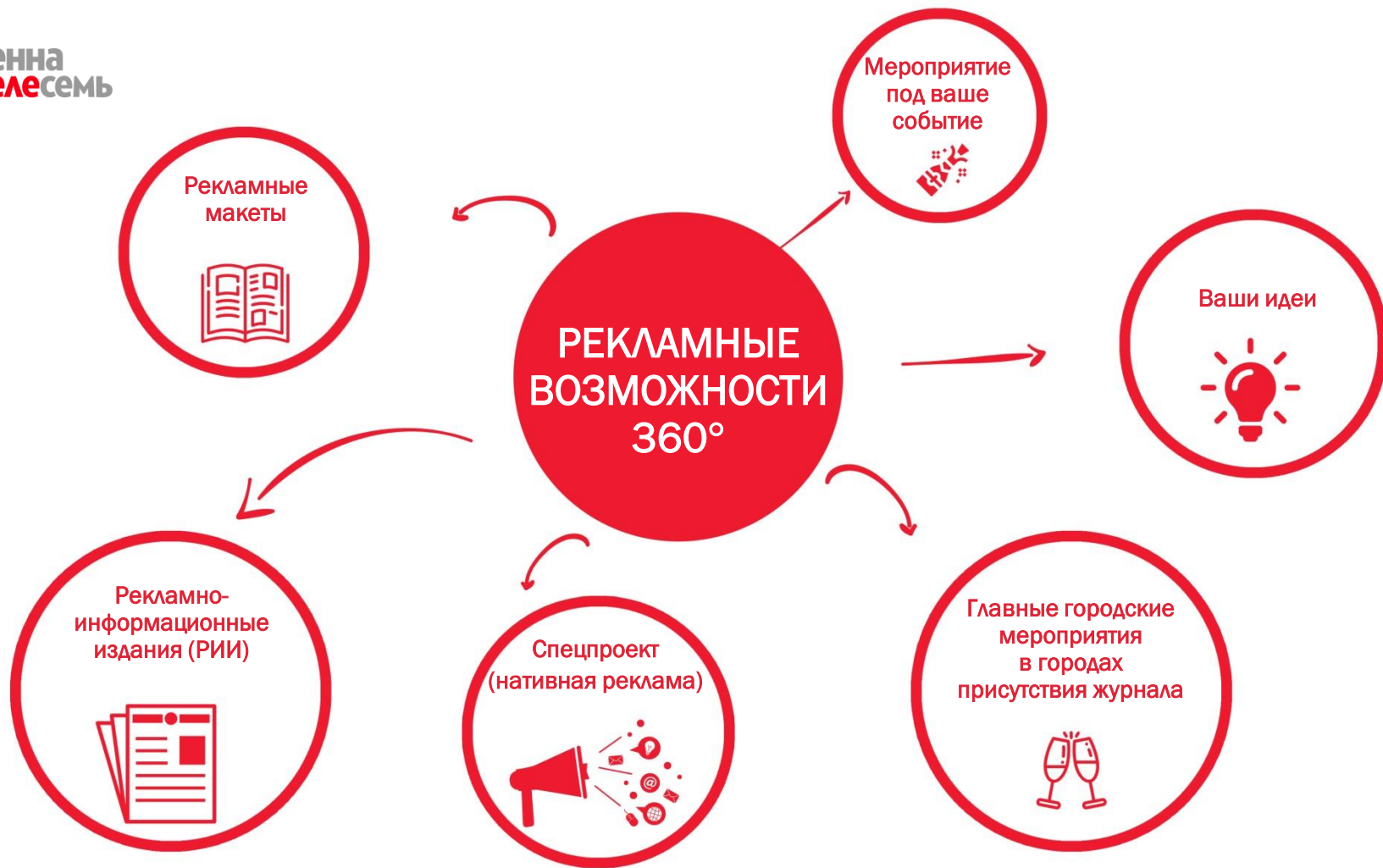
Такое заболевание в международной классификации болезней (МКБ-10) нет, но за границей уже давно признано, что состав кишечной микрофлоры (биодиверсности) имеет значение для здоровья человека. Дисбаланс микрофлоры может возникнуть, когда в организм попадает большое количество антибиотиков, которые вымывают или уничтожают полезные бактерии. Дисбаланс может возникнуть и из-за приема антибиотиков.

ПРОФИЛАКТИКА
Предотвратить это заболевание можно, если соблюдать правила гигиены. Больше времени проводить на свежем воздухе. Добавлять в рацион продукты, богатые клетчаткой. Она необходима для нормальной работы кишечника. Могут быть полезными кисломолочные продукты – йогурты, кефир, ряженка, сметана, творог, сыр, кефир, простокваша, а также фрукты и овощи. Важно соблюдать правила гигиены, особенно в общественных местах. Обратитесь к врачу, если вы заметили симптомы дисбактериоза.

НА ЗАМЕТКУ
Если вы заметили симптомы дисбактериоза, обратитесь к врачу. Не занимайтесь самолечением. Лечение должно быть комплексным и включать в себя прием антибиотиков, пробиотиков и пребиотиков. Важно соблюдать правила гигиены и вести здоровый образ жизни.

МАМИН ПОМОЩНИК
Помогите ребенку с функциями кишечника с помощью диеты. Важно соблюдать правила гигиены и вести здоровый образ жизни.

НЕ РАВНОЦЕННЫМ
Если вы заметили симптомы дисбактериоза, обратитесь к врачу. Не занимайтесь самолечением. Лечение должно быть комплексным и включать в себя прием антибиотиков, пробиотиков и пребиотиков. Важно соблюдать правила гигиены и вести здоровый образ жизни.



КОНТАКТЫ

Цепляева Ольга

Директор по рекламе

8 920 831 21 29

tsepliaeva@yandex.ru

Назаревская Валентина

Менеджер по рекламе

8 952 968 99 82

nazarevskaya.telesem@yandex.ru

 Адрес: Брянск, пер. Осоавиахима, д. 3Г, офис 402

 WWW.ANTENA_TELESEM.RU