

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  
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\*\*

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

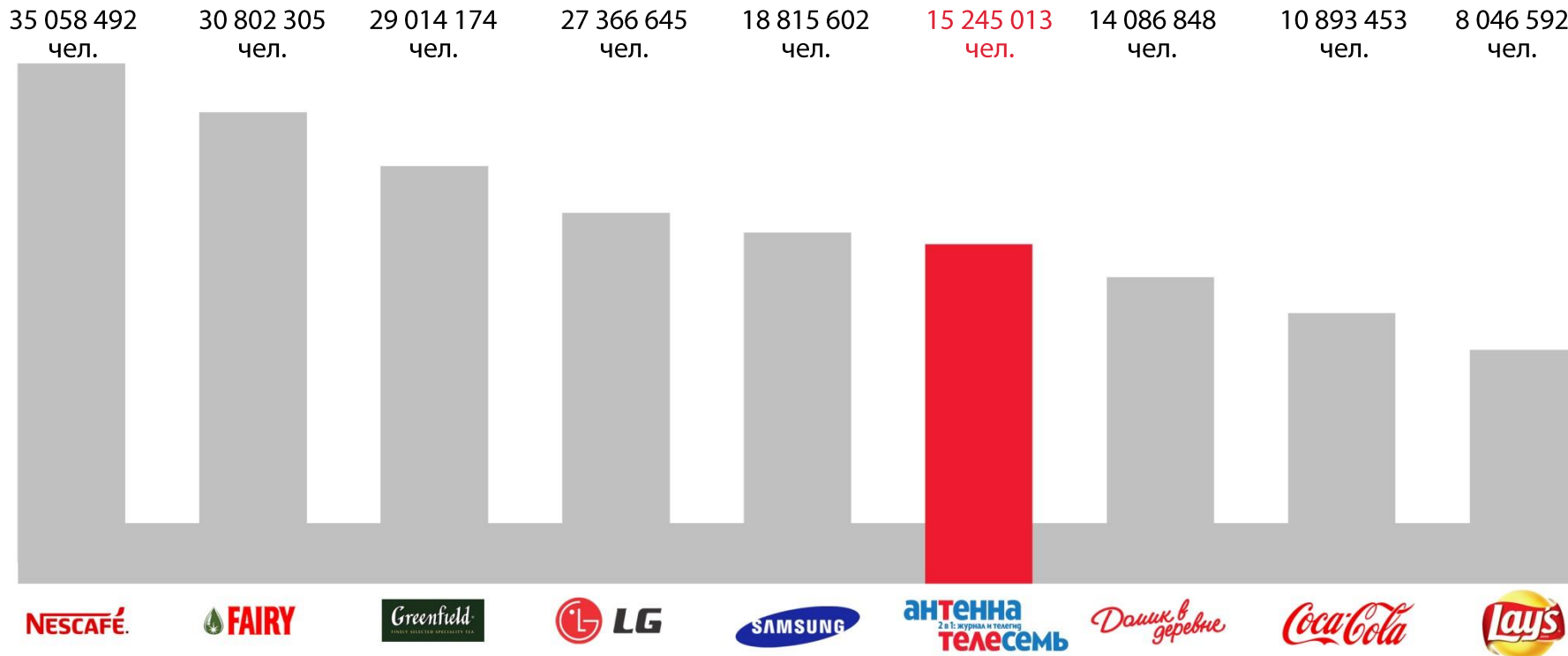
Каждый **10-й** Россиянин старше 16 лет  
читает наш телегид\*

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

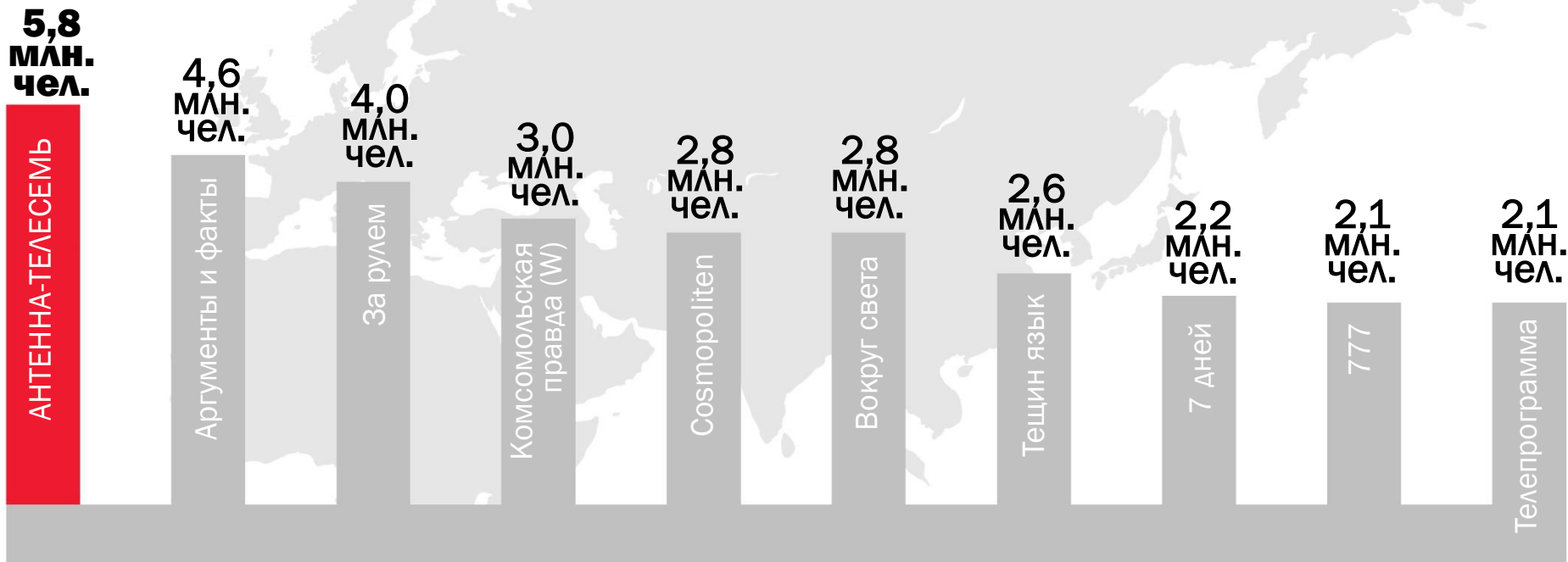


## АУДИТОРИЯ

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



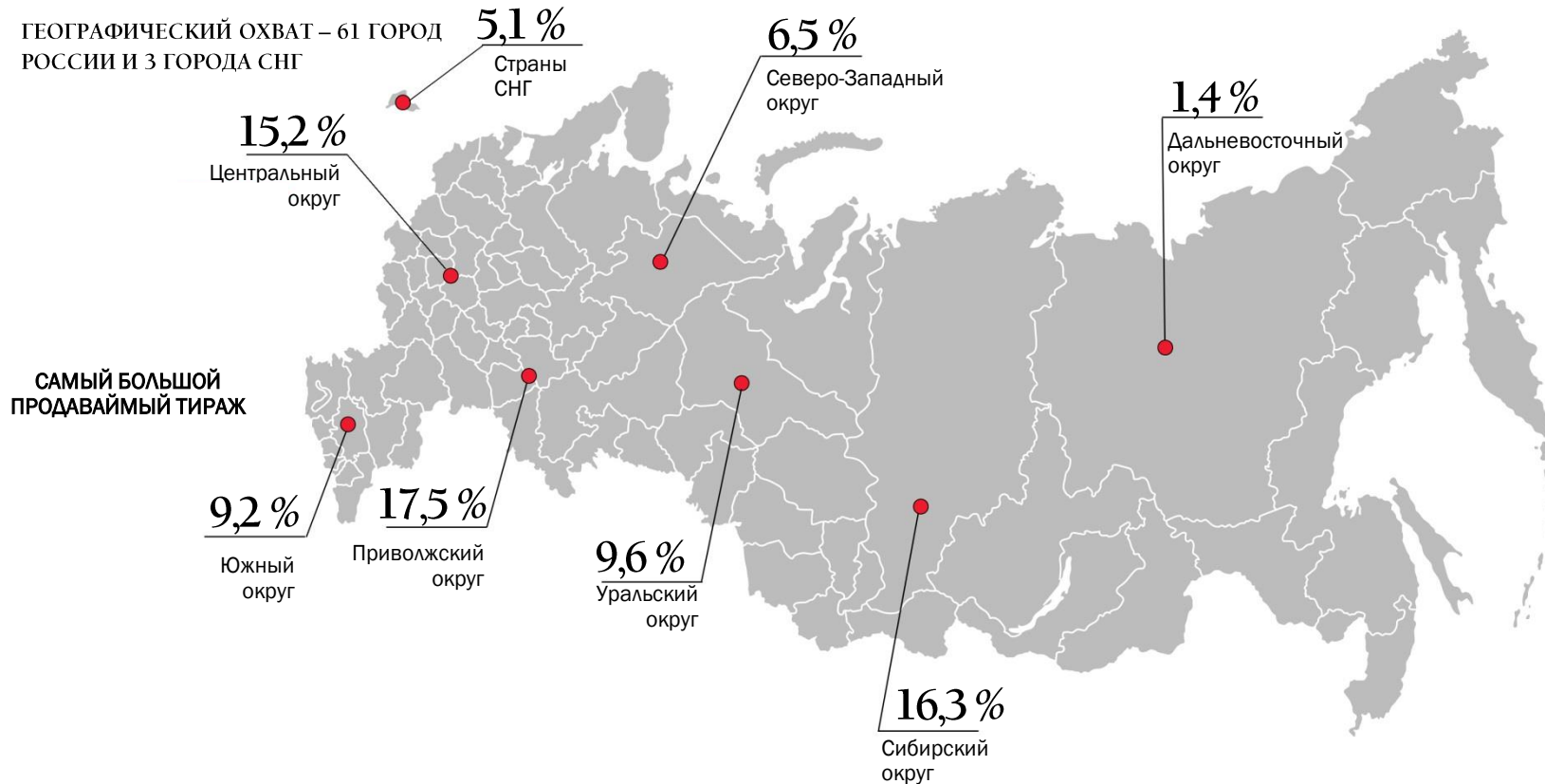
## САМОЕ ЧИТАЕМОЕ ИЗДАНИЕ В РОССИИ





## 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 фирст - Канский фестиваль живет в атмосфере праздника.

**В** прошлом году на Лазурном берегу в центре внимания были женщины. А в этом году не менее жарко они падали в объятия мужчин. В этот раз в Кане выдвинули в главные кандидаты на поцелуй актрисы и модели. Жюри в итоге остановилось на паре из звезд - Анна Дельфин Абрати и Александр Песчан. Событие состоялось в рамках фестиваля «100 звезд» в Кане.

На премьере Анна Дельфин Абрати не удержалась и вышла на сцену. Она была в компании с Александром Песчаном. Пара была в центре внимания публики. Они поцеловались на сцене. Это стало сенсацией. Пара была в центре внимания публики. Они поцеловались на сцене. Это стало сенсацией.

**В** прошлом году на Лазурном берегу в центре внимания были женщины. А в этом году не менее жарко они падали в объятия мужчин. В этот раз в Кане выдвинули в главные кандидаты на поцелуй актрисы и модели. Жюри в итоге остановилось на паре из звезд - Анна Дельфин Абрати и Александр Песчан. Событие состоялось в рамках фестиваля «100 звезд» в Кане.

На премьере Анна Дельфин Абрати не удержалась и вышла на сцену. Она была в компании с Александром Песчаном. Пара была в центре внимания публики. Они поцеловались на сцене. Это стало сенсацией.

### пульт - в руку!

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

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

## Нарушенный баланс

здоровье

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

**Т**акое заболевание в международной классификации болезней (МКБ-10) нет, но за границей тонко изучают нарушения состава кишечной микрофлоры (дисбиоз), а с ней микробное дисбаланс и сопутствующее заболевание - дисбактериоз.

**ПРИЗНАКИ**  
Проявления дисбактериоза разнообразны и у мужчин, и у женщин, нарушая стул, болевая синдром. Разнообразно проявляет себя и у детей, в том числе в виде кожных высыпаний. Чаще всего речь идет о дисбактериозе кишечника, а именно о дисбалансе кишечной микрофлоры.

**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 можно выявить дисбаланс микрофлоры кишечника.

**НА ЗАМЕТКУ**  
На фоне сбалансированной микрофлоры кишечника не возникает проблем с пищеварением. Это происходит из-за дисбаланса микрофлоры кишечника. Это происходит из-за дисбаланса микрофлоры кишечника.

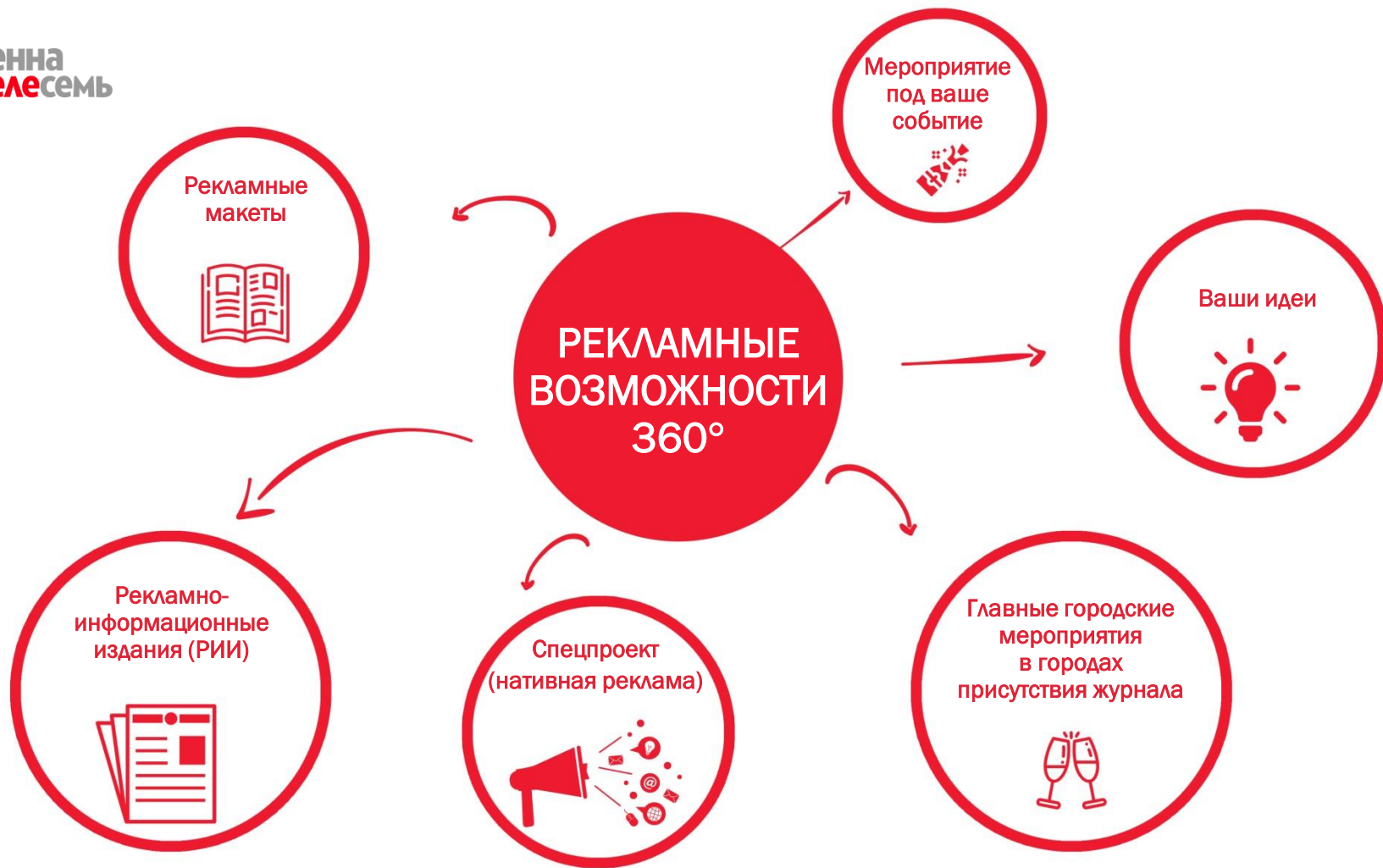
**МАМИН ПОМОЩНИК**  
Принять ребенка в дошкольное учреждение с дисбиозом кишечника - омерзительная перспектива.

**НЕ РАВНОДУШНЫ К ПРОБЛЕМАМ**  
Дети учатся считать, вышивать и рисовать. Но мамы должны помнить о здоровье своих детей. Дисбактериоз кишечника - это проблема, которую необходимо решать.

**КАКИЕ ПРОДУКТЫ ПОЛЕЗНЫ**  
Для поддержания здоровья кишечника необходимо употреблять продукты, богатые клетчаткой. Это овощи, фрукты, злаки, кисломолочные продукты.

**КАКИЕ ПРОДУКТЫ ВРЕДНЫ**  
Избегайте продуктов, которые нарушают баланс микрофлоры кишечника. Это сладости, жирная пища, полуфабрикаты.

**КАКИЕ ПРОДУКТЫ НЕОБХОДИМЫ**  
Для поддержания здоровья кишечника необходимо употреблять продукты, богатые клетчаткой. Это овощи, фрукты, злаки, кисломолочные продукты.



## КОНТАКТЫ

Огородников Игорь

Директор

8 922 995 25 66

[ekosolapova@hspub.ru](mailto:ekosolapova@hspub.ru)

Косолапова Екатерина

Менеджер-координатор

8 963 551 53 03

[ekosolapova@hspub.ru](mailto:ekosolapova@hspub.ru)

 Адрес: Киров, Октябрьский проспект, 104, оф. 707

 [WWW.ANTENA\\_TELESEM.RU](http://WWW.ANTENA_TELESEM.RU)