

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 телегид

# 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 ЗВЕИ</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\*

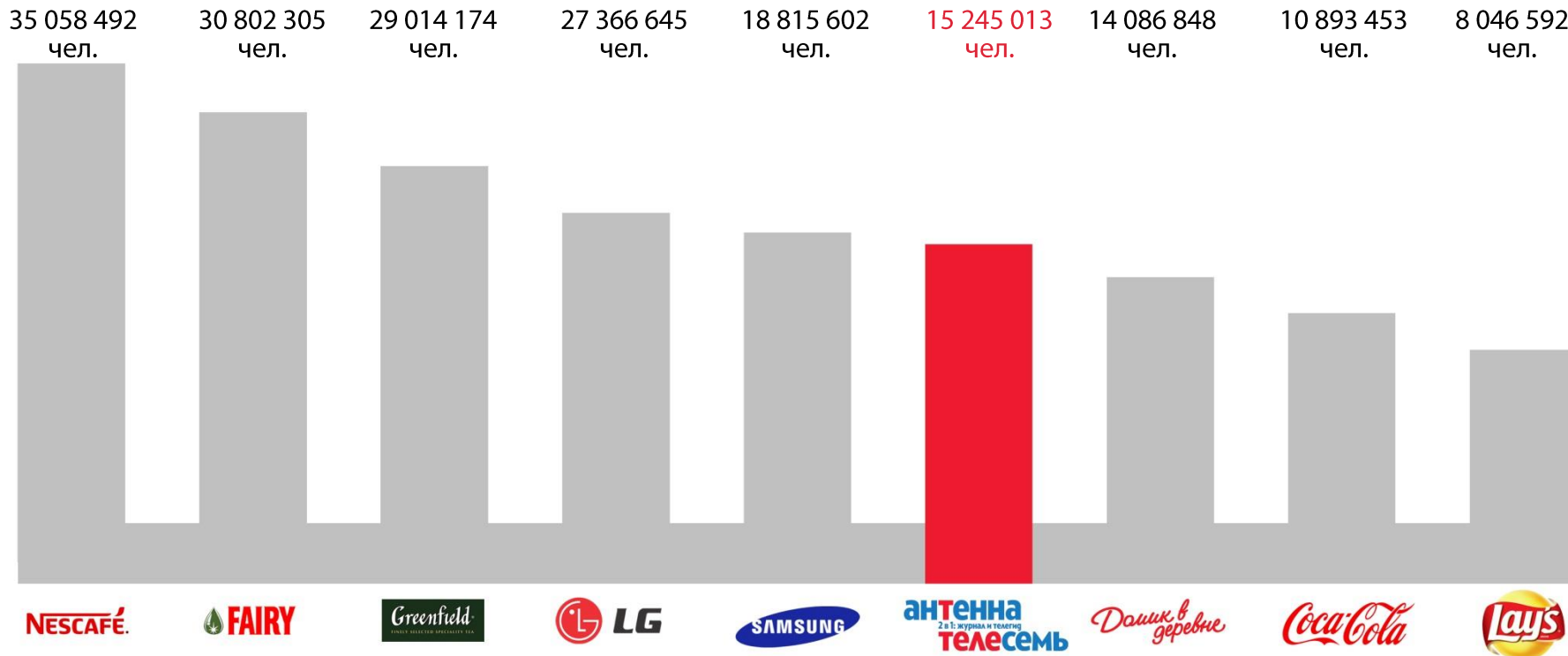
Каждый **10-й** Россиянин старше 16 лет  
читает наш телегид\*

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

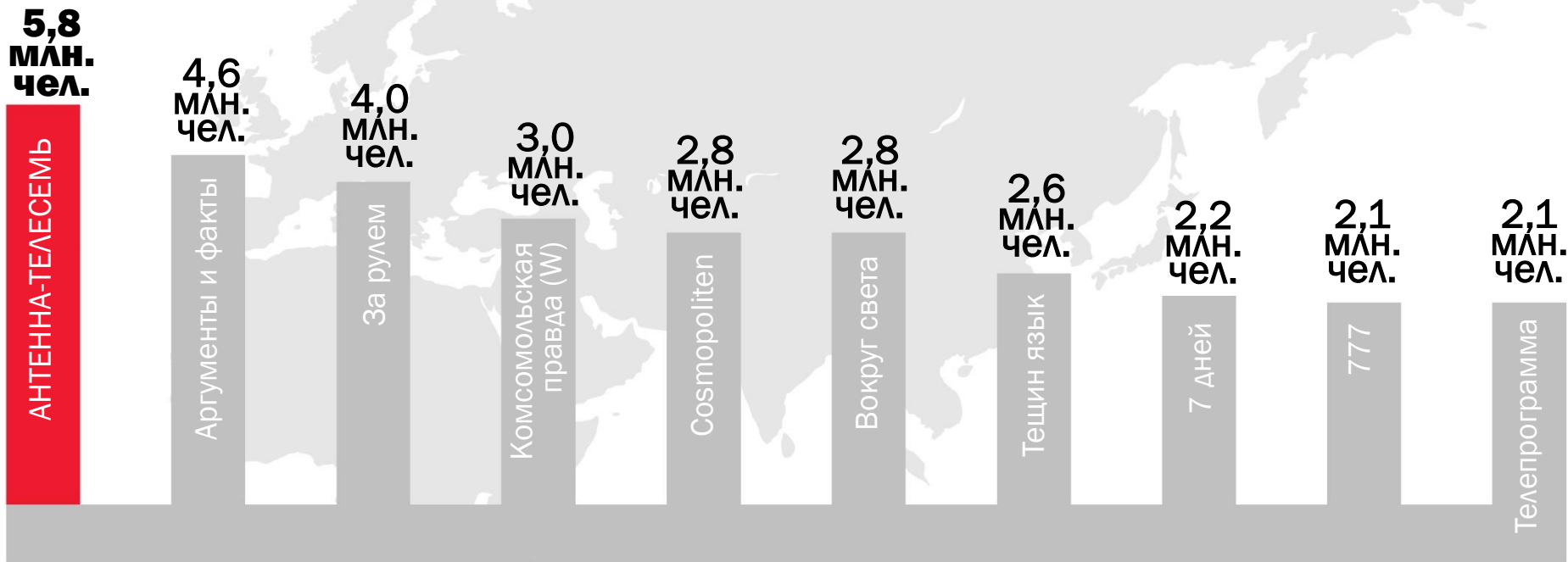


## АУДИТОРИЯ

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



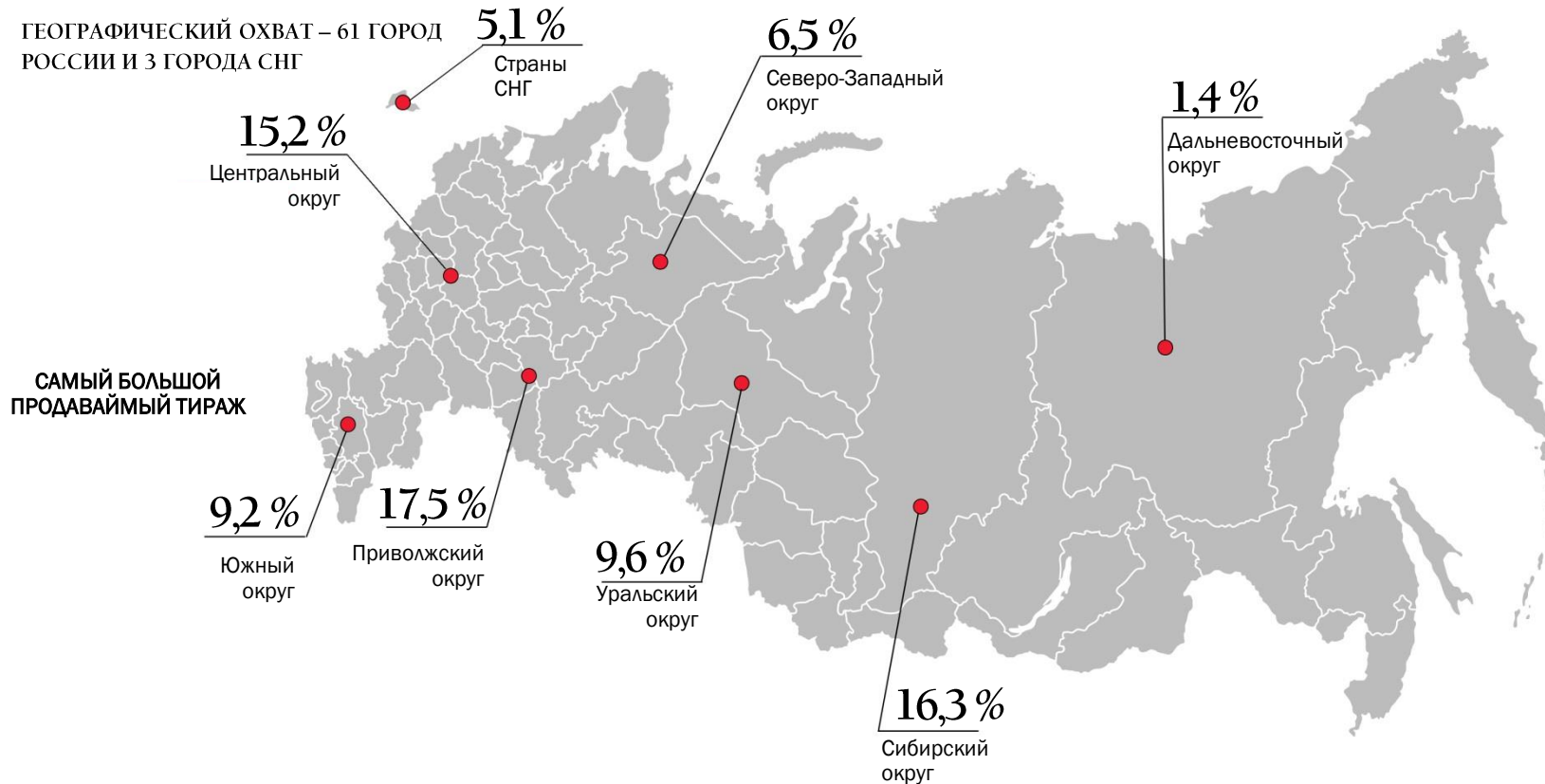
## САМОЕ ЧИТАЕМОЕ ИЗДАНИЕ В РОССИИ





## 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 этот раз свет не так ярко горит на платьях, как в Кане. Впервые за два года в Кане появились и мужчины. На красной дорожке, как и прежде, в центре внимания - Анна Дельфин. Обряды не утратили своего значения на фестивале 60-летней Ана Марии.

Сезонные пальто, снег и фирст - Канский фестиваль живет в атмосфере праздника.

**В** прошлом году на Лазурном берегу в центре внимания были женщины. А этот раз свет не так ярко горит на платьях, как в Кане. Впервые за два года в Кане появились и мужчины. На красной дорожке, как и прежде, в центре внимания - Анна Дельфин. Обряды не утратили своего значения на фестивале 60-летней Ана Марии.

сезонный шик из глянцевой розой, улетела на южную сторону 20-летней Ана Марии. А в канале первом снегу и пальто. В танце она поддерживает в Кане. Впервые за два года в Кане появились и мужчины. На красной дорожке, как и прежде, в центре внимания - Анна Дельфин. Обряды не утратили своего значения на фестивале 60-летней Ана Марии.

На красной дорожке, как и прежде, в центре внимания - Анна Дельфин. Обряды не утратили своего значения на фестивале 60-летней Ана Марии.

В центре три Ана Марии. В центре внимания - Анна Дельфин. Обряды не утратили своего значения на фестивале 60-летней Ана Марии.

Анна Дельфин. Обряды не утратили своего значения на фестивале 60-летней Ана Марии.

<p>пульт - в руку!</p> <p>Мелодия - СЕРВИС - ПРОГРАММА ТЕЛЕПРОГРАММ</p> <p>АН СЕНЯ</p>	
<p><b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b></p> <p>10:00</p> <p>13:00</p> <p>16:00</p>	<p><b>ВТОРНИК</b></p> <p>10:00</p> <p>13:00</p> <p>16:00</p>
<p><b>СРЕДА</b></p> <p>10:00</p> <p>13:00</p> <p>16:00</p>	<p><b>ЧЕТВЕРГ</b></p> <p>10:00</p> <p>13:00</p> <p>16:00</p>
<p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <p>10:00</p> <p>13:00</p> <p>16:00</p>	<p><b>СУББОТА</b></p> <p>10:00</p> <p>13:00</p> <p>16:00</p>
<p><b>ВОСКРЕСЕНЬЕ</b></p> <p>10:00</p> <p>13:00</p> <p>16:00</p>	

## Нарушенный баланс

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

**Т**яжелого диагноза в международной классификации болезней (МКБ-10) нет, но за границей тонко изучают нарушения состава качественной микрофлоры (генотипа), с собой микробное дисбаланс и выводят спонсорное профилактическое бальзамическое роста.

**ПРИЗНАКИ**  
Проявления дисбактериоза различны у мужчин и женщин, нарушая стул, болевой синдром. Разнообразно проявляет себя зуд, сыпь, в том числе проктит. Чаще всего речь идет о заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Необходимо провести лабораторную диагностику. Традиционный анализ на дисбактериоз не дает необходимой информации, куда вы даже ПЦР-исследования. В результате начнутся дополнительные тесты на синдром избыточного бактериального роста.



**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. В результате начнутся дополнительные тесты на синдром избыточного бактериального роста.

**НА ЗАМЕТКУ**  
На фоне стрессовых ситуаций снижается иммунитет. Если же это происходит не только в стрессовых ситуациях, но и в периоды ремиссии, необходимо обратиться к врачу. Возможно, это связано с синдромом избыточного бактериального роста.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.



ального роста. Если обнаружат патогенную флору, необходимо выявить причину дисбаланса и устранить ее. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Предотвратить дисбактериоз можно, соблюдая правила личной гигиены. Важно избегать приема антибиотиков без назначения врача. Необходимо принимать пробиотики, которые содержат полезные бактерии.



## КОНТАКТЫ

### Позднякова Юлия

Руководитель отдела продаж

8 913 678 46 09

[yu.pozdnyakova@phkp.ru](mailto:yu.pozdnyakova@phkp.ru)

### Кинстлер Евгения

Менеджер отдела продаж

8 905 097 57 07

[e.kinstler@phkp.ru](mailto:e.kinstler@phkp.ru)

 Адрес: г. Омск, ул. Маршала Жукова, 78, 2й этаж

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