

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*

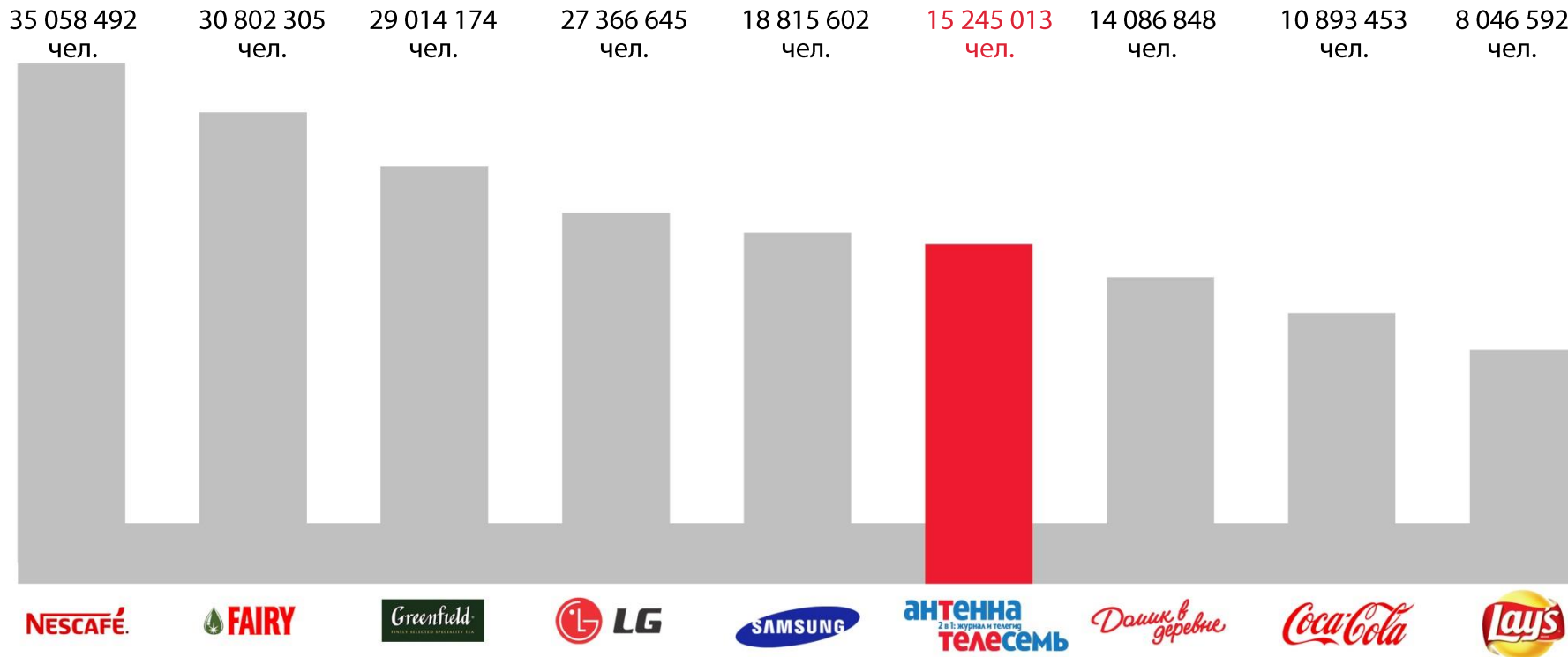
Каждый **10-й** Россиянин старше 16 лет
читает наш телегид*

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

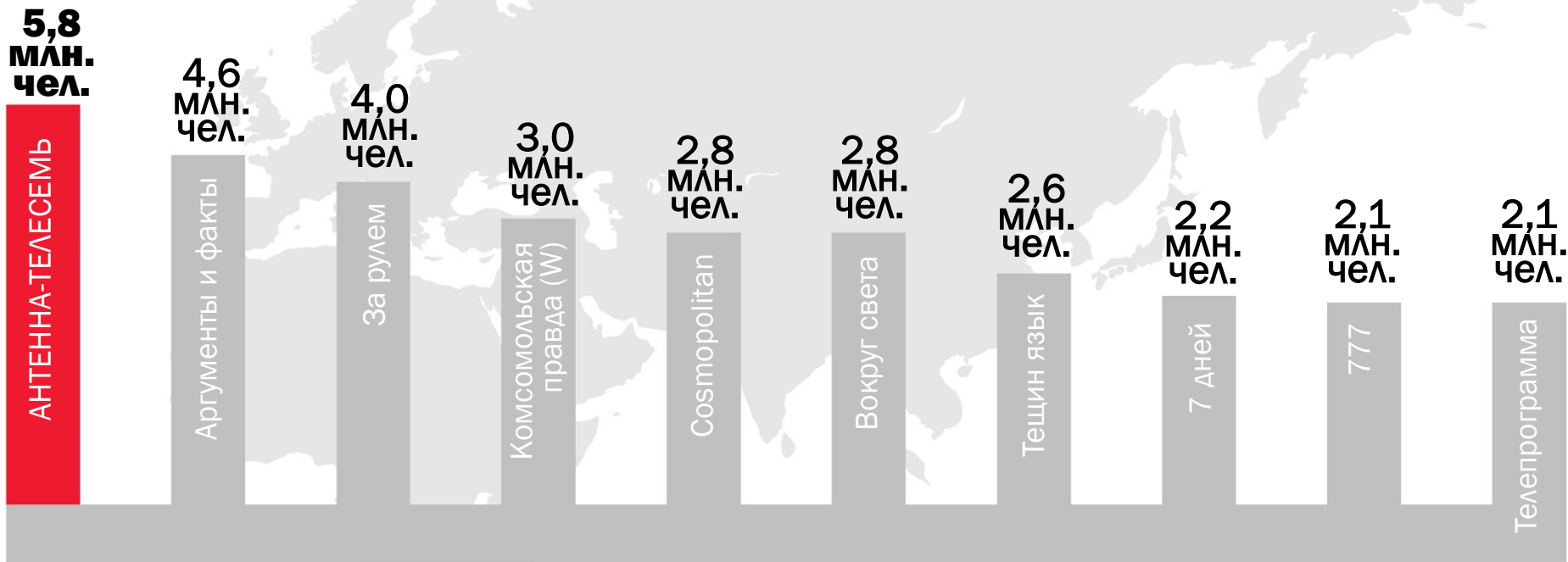


АУДИТОРИЯ

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

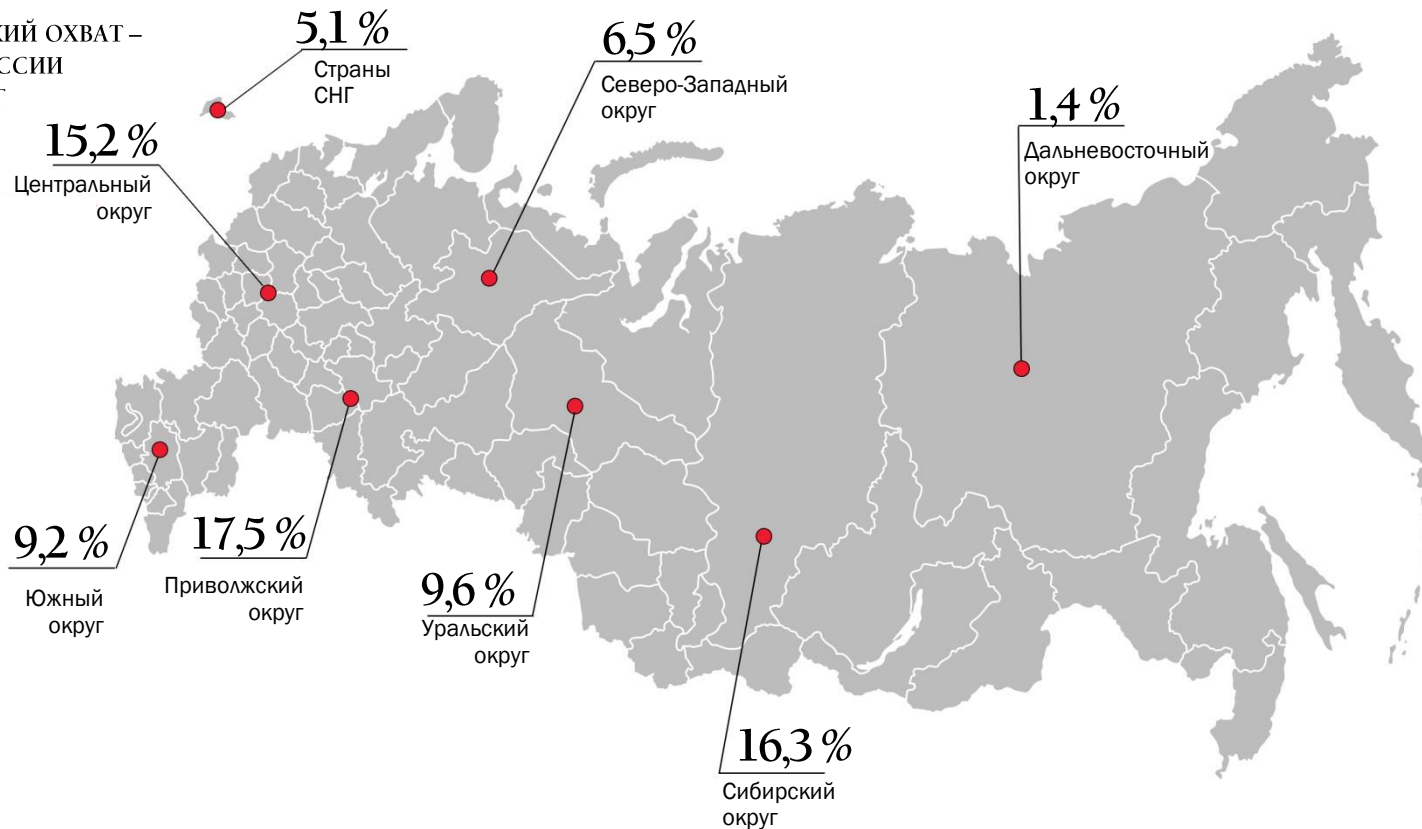


САМОЕ ЧИТАЕМОЕ ИЗДАНИЕ В РОССИИ



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 – Каннский фестиваль живет в атмосфере праздника.

В прошлом году на Лэурин Беруэ и в этом сезоне – Кейт Бланкетт по главе жюри они поставили акцент на молодых актрис, а в рамках церемонии. На прощание в Каннах вырвалась в страны южной Америки Лоррейн, за широким плечом.

На прощание Анна Дельфин Абрати не удержалась – вырвалась отсюда на фестивале 66-летней Билли Мейер.

сказанный ошгу из галереи ролей, удерживающая внимание своей 20-летней коллегой Сэмми Бек, а в следующем проеме осыпая и выходя. В танце с ней поддерживала и Кейт Бланкетт. В этом году поглазитель классической режиссуры Александр Писинелли (Франция) и 200 лет, а его кандидат – польской постановкой Билли Виланович.

ПРИЗНАКИ
Проявления дисбактериоза различны: зуд в урине и жжение, покраснение стула, болевой синдром. Многие могут просто 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 даже ПЦР-исследования. В результате назначаются дополнительные тесты на синдром избыточного бактериального роста.

ПРОФИЛАКТИКА
Придерживайтесь принципов правильного питания. Ешьте правильно в одно и то же время. Добавляйте в рацион продукты, богатые клетчаткой. Она необходима для нормальной работы кишечника. Максимально разнообразьте свое питание – перловая, овсянка, пшеница, кукуруза, рис, бобы, фасоль, гречиха, хлеб из муки грубого помола, макарон, яблоки, сливы, смородина (черная, белая, красная, желтая). Обратите внимание, что в каше быстро пригнетиваются в термической обработанной пище и фруктах клетчатка не выводится. Не забывайте о регулярности рабочего дня.

пульт - в руку!

Мультфильмы, сериалы, программы, ток-шоу, 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, светящиеся о заболеваниях, которое необходимо выявить и начать лечить.

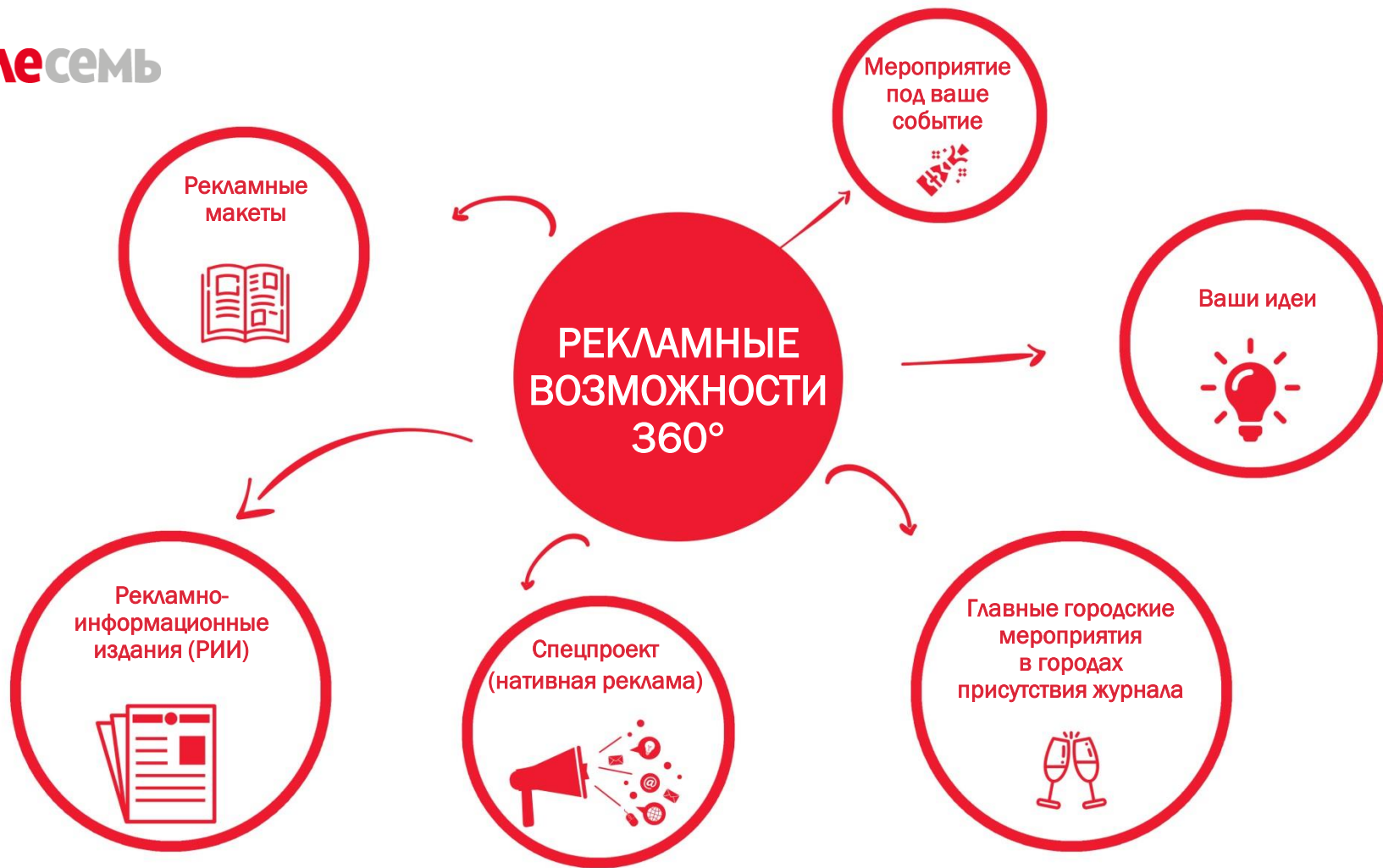
Такое заболевание в международной классификации болезней (МКБ-10) нет, но за границей уже знают нарушения состава качественной микрофлоры (генотипа), а с собой микробное дисбаланс и вынуждают специалистов бороться с ним.

НА ЗАМЕТКУ
На фоне сбалансированной микрофлоры кишечника не возникает проблем с пищеварением. Если же баланс нарушен, это может привести к различным заболеваниям, таким как дисбактериоз, синдром раздраженного кишечника, синдром избыточного бактериального роста, синдром короткой кишки, синдром мальабсорбции, синдром избыточного бактериального роста, синдром избыточного бактериального роста, синдром избыточного бактериального роста.

МАМИН ПОМОЩНИК
Приучить ребенка к гигиеническим навыкам с ранних лет – залог его здоровья и благополучия.

НЕ РАВНОДУШНЫ К ПРОБЛЕМАМ
Своевременное выявление и лечение дисбактериоза – залог здоровья и благополучия.

НЕ РАВНОДУШНЫ К ПРОБЛЕМАМ
Своевременное выявление и лечение дисбактериоза – залог здоровья и благополучия.



КОНТАКТЫ

Отинова Юлия

Директор по рекламе

8 912 787 46 99

otinova@tele7.perm.ru

Елена Казымова

Ведущий менеджер по рекламе

8 952 332 32 90

ek@tele7.perm.ru



Адрес: г. Пермь, ул. Дружбы, 34, 9-й этаж

WWW.ANTENNA-TELESEM.RU