

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	АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ	2 222 901	2 382 701
60	3 036 290	5,0	182 996	КОНСОМЬЛЬСКАЯ ПРАВДА!	1 457 836	1 587 936
ЕДИННЫЙ 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.

телесемь

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ

С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ

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

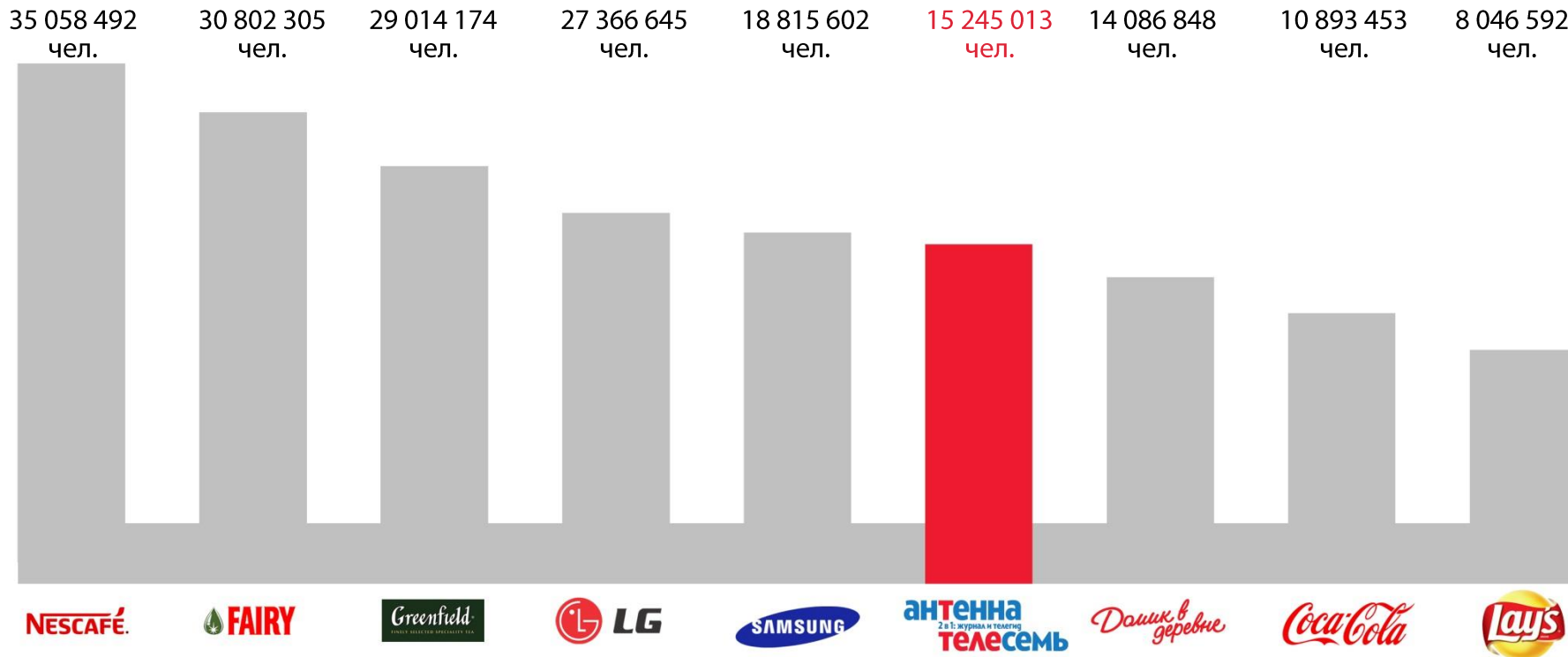
Каждый **10-й** Россиянин старше 16 лет
читает наш телегид*

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

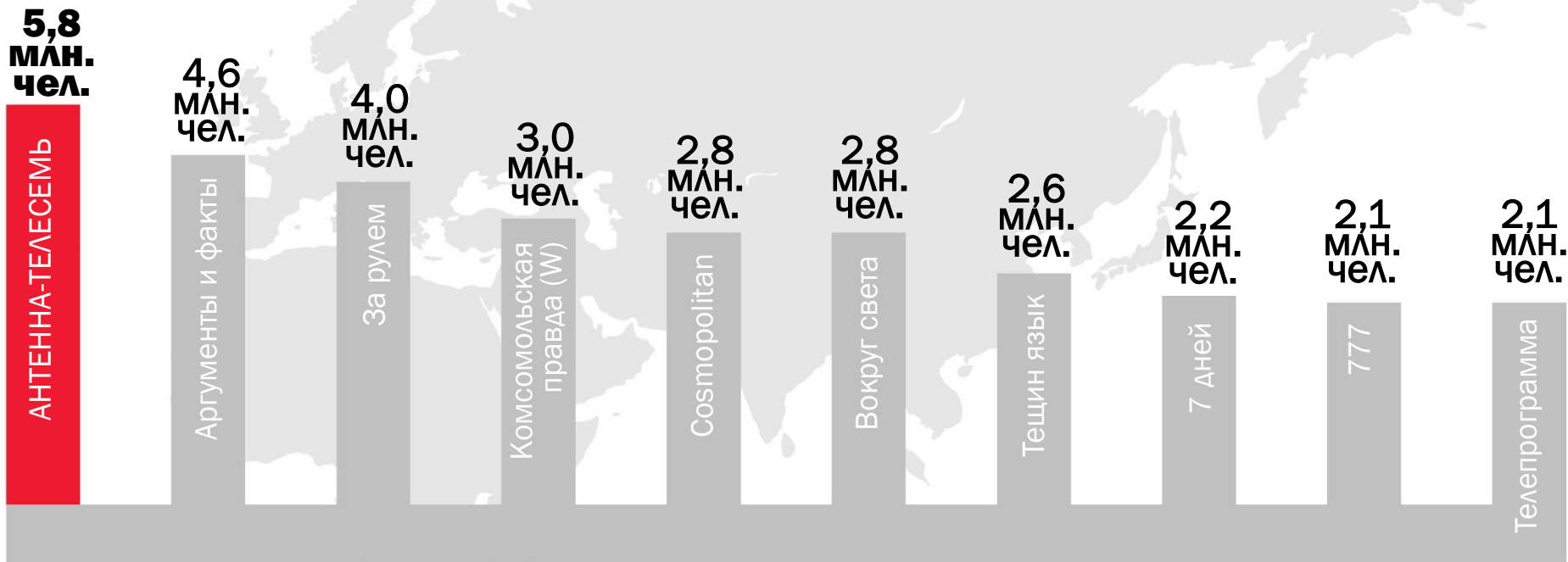


АУДИТОРИЯ

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

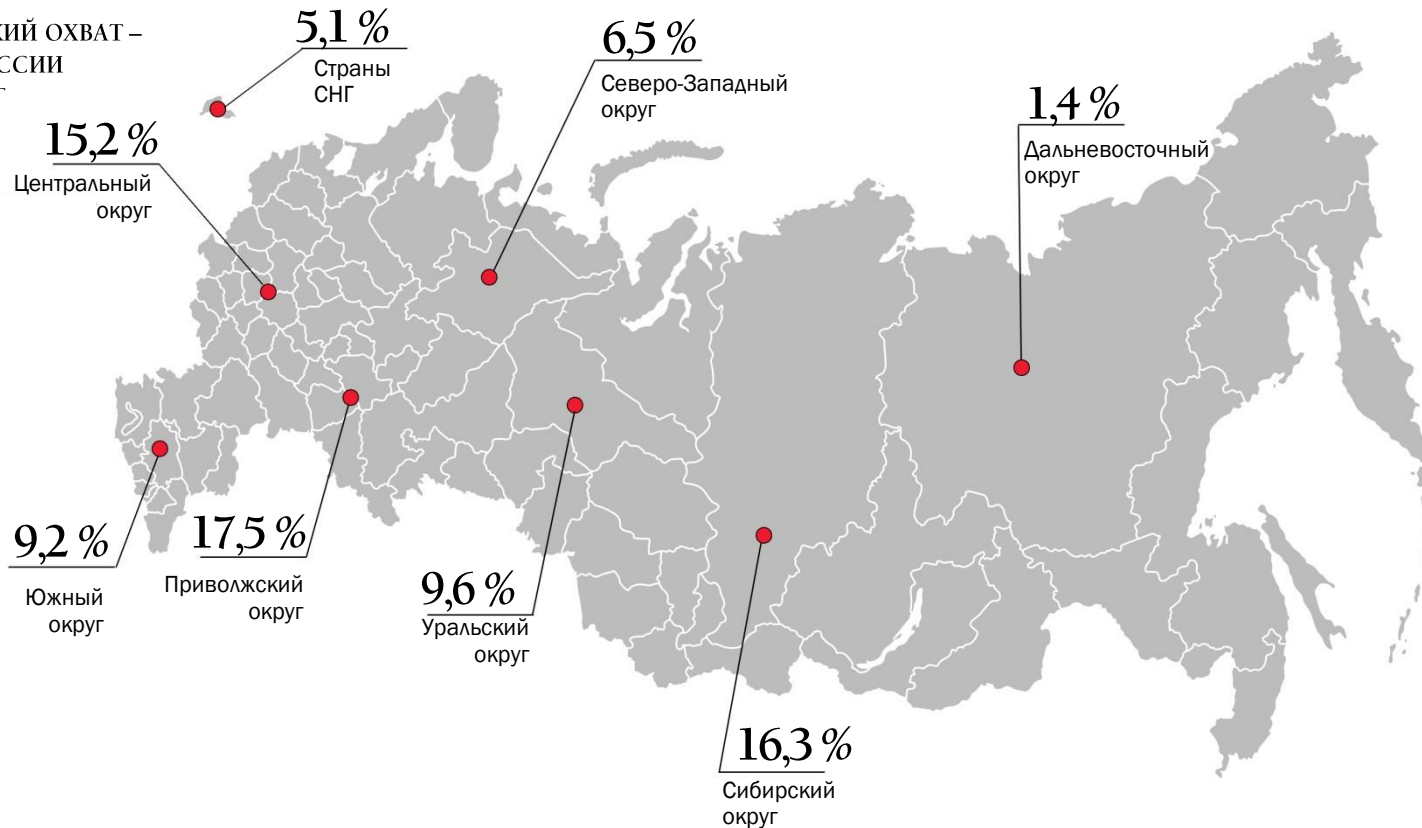


САМОЕ ЧИТАЕМОЕ ИЗДАНИЕ В РОССИИ



РАСПРОСТРАНЕНИЕ ЖУРНАЛА

ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ ОХВАТ –
58 ГОРОДОВ РОССИИ
И 3 ГОРОДА СНГ



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 фирн – Каннский фестиваль живет в атмосфере праздника.

В прошлом году на Лэурин Бергет и в этот раз на Кэти Бланшард не стоило даже думать о наградах: в прошлом году она получила награду за лучший фильм, а в этом году за лучший фильм и за лучший сценарий. На премьере в Каннах Бергет и Бланшард выйдут на красную дорожку, где их встретят.

На премьере Анна Дельфин Абрати не успеет – будет занятая на фестивале (60-летняя Бьянка Марини, с которой она из давних друзей, увидела свою номинацию своей 20-летней коллежке Сабелин, а в следующем году она и сама). В таком случае поддержка в Каннах Бьянка Марини стала актуальной: она получила награду за лучший фильм, а в этом году она получила награду за лучший фильм и за лучший сценарий. На премьере в Каннах Бергет и Бланшард выйдут на красную дорожку, где их встретят.

На премьере Анна Дельфин Абрати не успеет – будет занятая на фестивале (60-летняя Бьянка Марини, с которой она из давних друзей, увидела свою номинацию своей 20-летней коллежке Сабелин, а в следующем году она и сама). В таком случае поддержка в Каннах Бьянка Марини стала актуальной: она получила награду за лучший фильм, а в этом году она получила награду за лучший фильм и за лучший сценарий. На премьере в Каннах Бергет и Бланшард выйдут на красную дорожку, где их встретят.

пульт – в руку!

ВЫБОР СЕРИАЛА ПРОДОЛЖАЕТСЯ

ПОНЕДЕЛЬНИК
«КОМАНДА»
Продолжение приключений команды спецназа.
Рейтинг: 10.00

ВТОРНИК
«РАБОТА»
История о жизни в большом городе.
Рейтинг: 10.00

СРЕДА
«ЗВУКОВЫЙ»
Анимационный фильм о звуке.
Рейтинг: 10.00

ЧЕТВЕРГ
«ИЗМЕНЕНИЕ УРОВНЯ»
Фильм о жизни в большом городе.
Рейтинг: 10.00

ПЯТНИЦА
«ПЯТНИЦА»
Фильм о жизни в большом городе.
Рейтинг: 10.00

СУББОТА
«ЧЕЛОВЕК В БЕЛОМ ПЛАТОНЕ»
Фильм о жизни в большом городе.
Рейтинг: 10.00

ВОСКРЕСЕНЬЕ
«НЕОТРАЖЕННОЕ ОЗЕРНО»
Фильм о жизни в большом городе.
Рейтинг: 10.00

Нарушенный баланс

здоровье

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

ПРОФИЛАКТИКА
Предотвратить ее можно, употребляя кисломолочные продукты. Больше примерно в одно и то же время. Добавлять в рацион продукты, богатые клетчаткой. Она необходима для нормальной работы кишечника. Молочными продуктами можно заменить мясо – перловая каша, овсянка, макароны, рис, бобы, фасоль, стручки, хлеб и мука грубого помола, мюсли, яблоки, сливы, смородина (черная, белая, красная, желтая), капуста (белокочанная, цветная, брокколи). Обратитесь к врачу, если вы заметили следующие симптомы: частые запоры, вздутие живота, боли в животе, изменение цвета стула, появление крови в кале, потеря аппетита, слабость, быстрая утомляемость, головная боль, раздражительность, бессонница, снижение иммунитета, частые простуды и инфекции.

НА ЗАМЕТКУ
На завтрак съешьте порцию кисломолочных продуктов. Если вы не любите кефир, то можно заменить его йогуртом или творогом. Также можно добавить в рацион фрукты и овощи, богатые клетчаткой. Это поможет улучшить работу кишечника.

МАМИН ПОМОЩНИК
Приучить ребенка к гигиеническим навыкам с ранних лет поможет специальная программа.

НЕ РАВНОДУШНОЕ ОТНОШЕНИЕ К РАБОТЕ
Если вы не любите свою работу, то это может негативно сказаться на вашем здоровье. Попробуйте найти новые интересы и хобби, которые помогут вам справиться со стрессом.

КАКИЕ ПРОДУКТЫ ПОЛЕЗНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
Кисломолочные продукты, фрукты, овощи, злаки, орехи, рыба, яйца, бобы, фасоль, стручки, хлеб и мука грубого помола, мюсли, яблоки, сливы, смородина (черная, белая, красная, желтая), капуста (белокочанная, цветная, брокколи).





КОНТАКТЫ

Светлана Сигитова

Директор по рекламе

8 962 4 439 149

sigitova.svetlana@mail.ru



Адрес: г. Ставрополь, ул. Шпаковская, 107А, оф. 20, 2 этаж



WWW.ANTENNA-TELESEM.RU