

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,<br>кол-во городов  | Аудитория<br>1 номера,<br>человек   | Аудитория<br>1 номера,<br>%   | Тираж (Россия),<br>экземпляров***   |  | Аудитория 1 номера,<br>человек (13 городов-<br>миллионеров)*                        | Аудитория 1 номера,<br>человек (ТОП-18 бизнес-<br>городов), человек**               |
|---|---|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |  |  |
| 60  | 5 843 440   | 9,5   | 1 613 223   | <b>антенна</b><br>2 и 1: журнал и телевидение<br><b>телеСемь</b> | 1 931 808   | 2 194 708   |
| 65  | 4 687 570   | 7,7   | 1 522 904   | <b>АРГУМЕНТЫ<br/>И ФАКТЫ</b>                                     | 2 222 901   | 2 382 701   |
| 60  | 3 036 290   | 5,0   | 182 996   | <b>КОНСОЛЬСКАЯ<br/>ПРАВ ДА!</b>                                  | 1 457 836   | 1 587 936   |
| ЕДИНЬИЙ<br>ТИРАЖ  | 2 272 270   | 3,7   | 694 458   | <b>СВЕТ<br/>ЗВЕИ</b>   | 1 373 309   | 1 415 009   |
| 16  | 2 159 400   | 3,5   | 925 714   | <b>ТЕЛЕ<br/>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\*

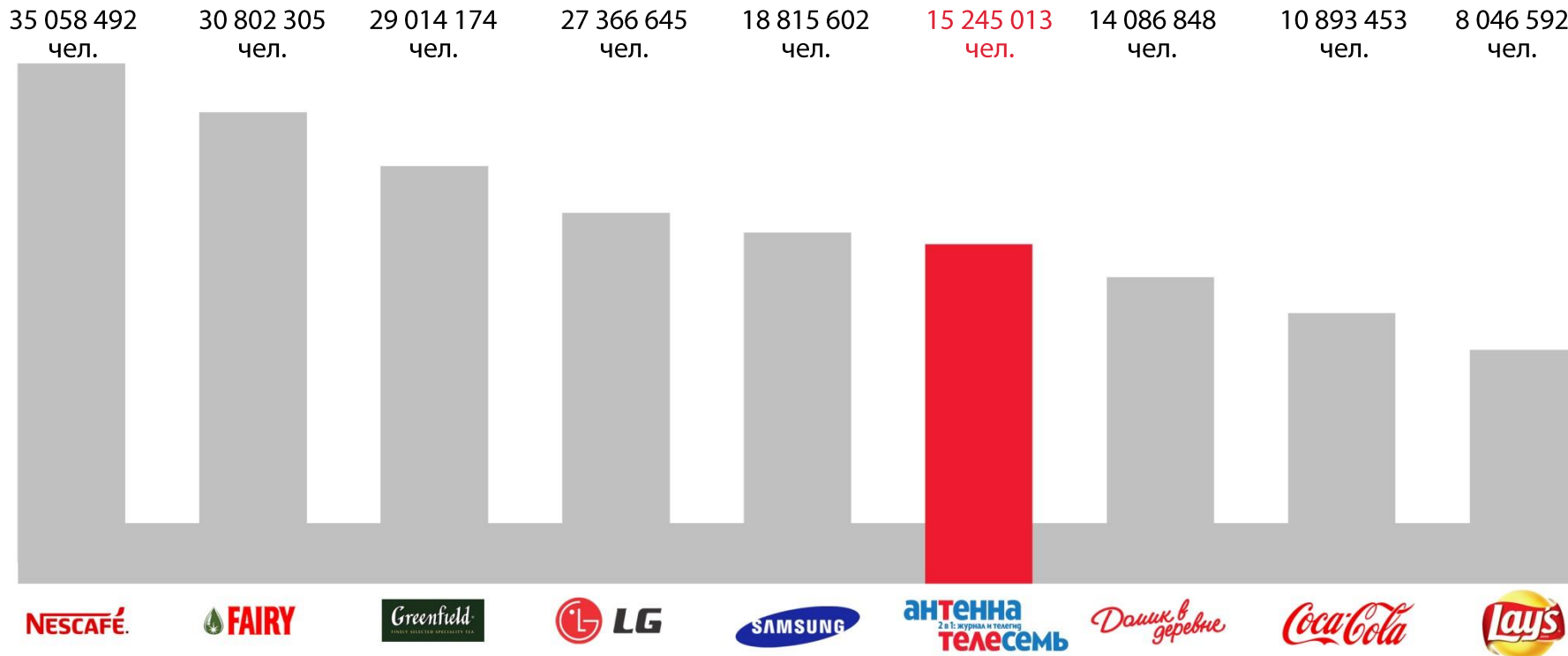
Каждый **10-й** Россиянин старше 16 лет  
читает наш телегид\*

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

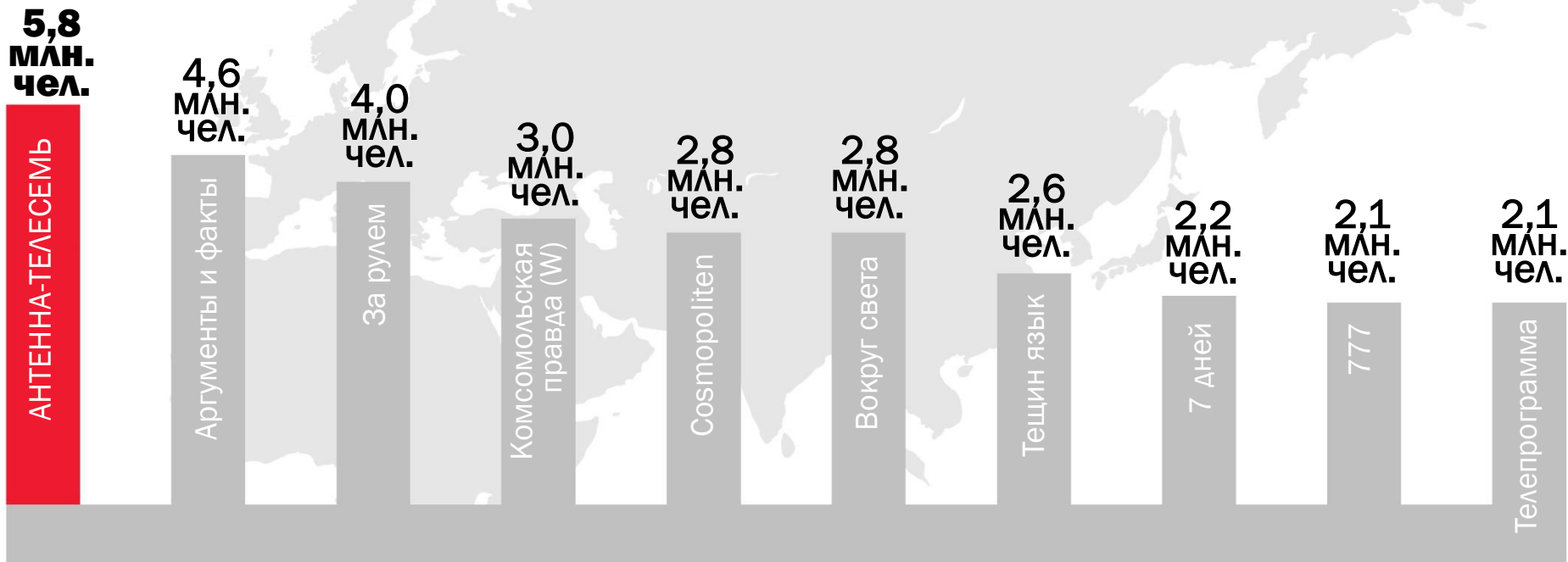


## АУДИТОРИЯ

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



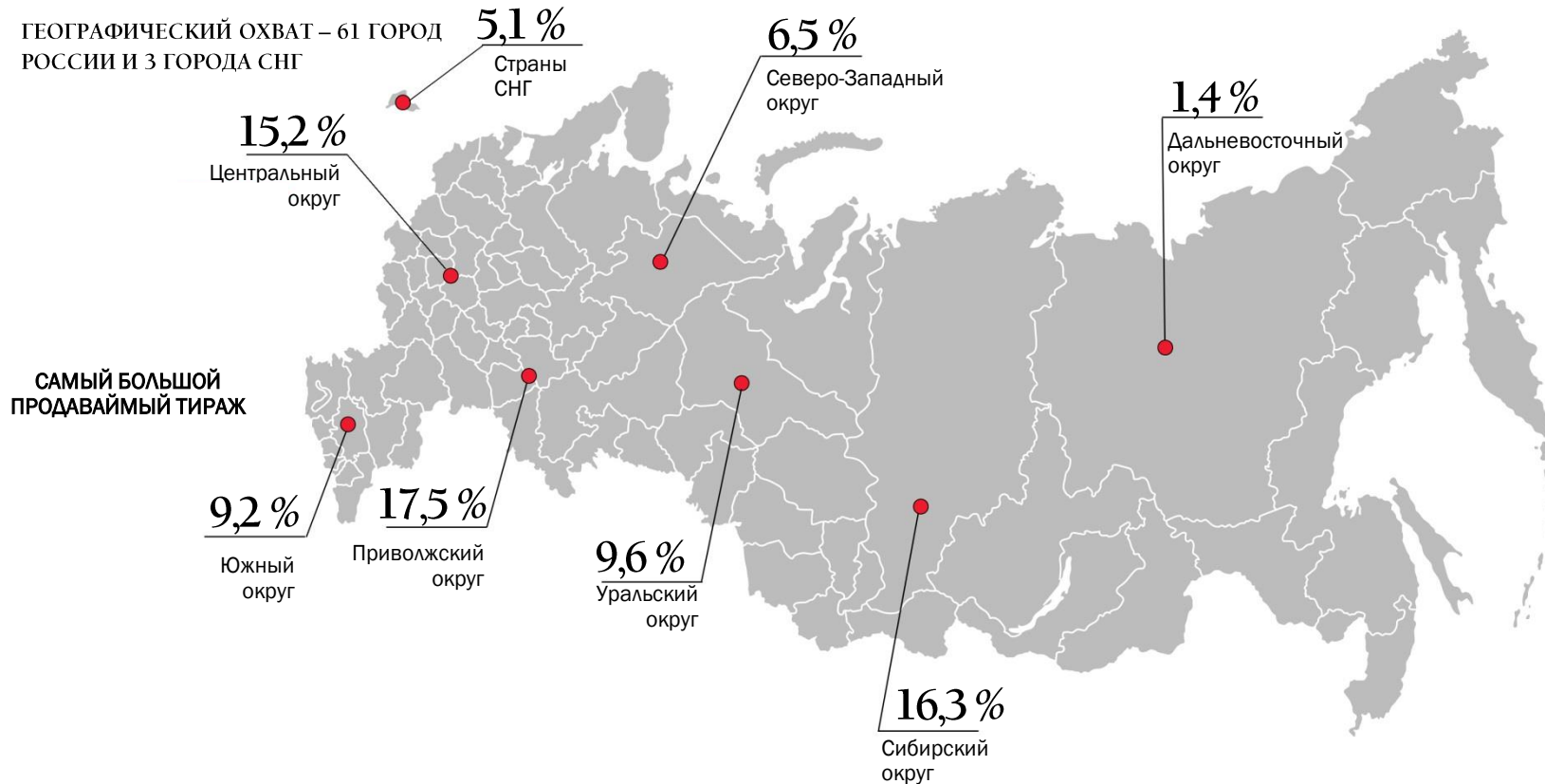
## САМОЕ ЧИТАЕМОЕ ИЗДАНИЕ В РОССИИ





## 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 флирт – Каннский фестиваль живет в атмосфере праздника.

**В** прошлом году на Лазурном берегу в центре внимания были женщины – Кейт Уинслет по главе жюри они поставили яркую мужскую выставку в виде поддержки и любви к жанру криминала. Но процесс не остался без внимания и в этот раз. В Каннах выдвинули в главные кандидаты на звание лучшей актрисы Лили Коллинз и Кэти Бланк. На премьере Анна Дельмей-Альтри не удержалась – вырвалась вперед на фестивале 66-летней Джо Манни.

свадебный шоу из главных ролей. Увеличил свою номинацию своей 20-летней коллегой Сэмбателло, а в номинации первого оscar'a и выиграл. В том же году подвинул в Канне Бланк – в итоге фильм возглавляет классический рейтинг **Антонио Бандерас** по версии «Сканна» и 2006 году. Это кандидат – польский постановщик **Валерий Балабанов**.

**ПРИЗНАКИ**  
Проявления дисбактериоза различаются у мужчин и женщин, нарушая стул, болевая синдром. Разнообразно проявляет себя 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 назначаются дополнительные тесты на синдром избыточного бактериального роста.

**ПРОФИЛАКТИКА**  
Придерживайтесь принципов правильного питания. Ешьте правильно в одно и то же время. Добавьте в рацион продукты, богатые клетчаткой. Она необходима для нормальной работы кишечника. Максимально разнообразьте свое питание – перловая, овсянка, пшеничные отруби, рис, бобы, фасоль, гречиха, хлеб из муки грубого помола, макарон, яблок, сливы, смородины (черной, белой, красной, желтой). Обратите внимание, что в каше быстро приживаются в термически обработанном виде фрукты и ягоды. Не забывайте включать в рацион кисломолочные продукты, такие как кефир, йогурт, ряженка, творог, сыр.

### пульт – в руку!

Мультисервис ПРОДУКЦИЯ ТЕЛЕПРОГРАММ

**ПОНЕДЕЛЬНИК**  
19:00  
19:30

**ВТОРНИК**  
19:00  
19:30

**СРЕДА**  
19:00  
19:30

**ЧЕТВЕРГ**  
19:00  
19:30

**ПЯТНИЦА**  
19:00  
19:30

**СУББОТА**  
19:00  
19:30

**ВОСКРЕСЕНЬЕ**  
19:00  
19:30

## Нарушенный баланс

здоровье

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

**Т**акое заболевание в международной классификации болезней (МКБ-10) нет, но за границей уже давно признано. Оно может возникнуть как следствие приема антибиотиков, так и из-за приема антибиотиков. Оно может возникнуть как следствие приема антибиотиков, так и из-за приема антибиотиков.

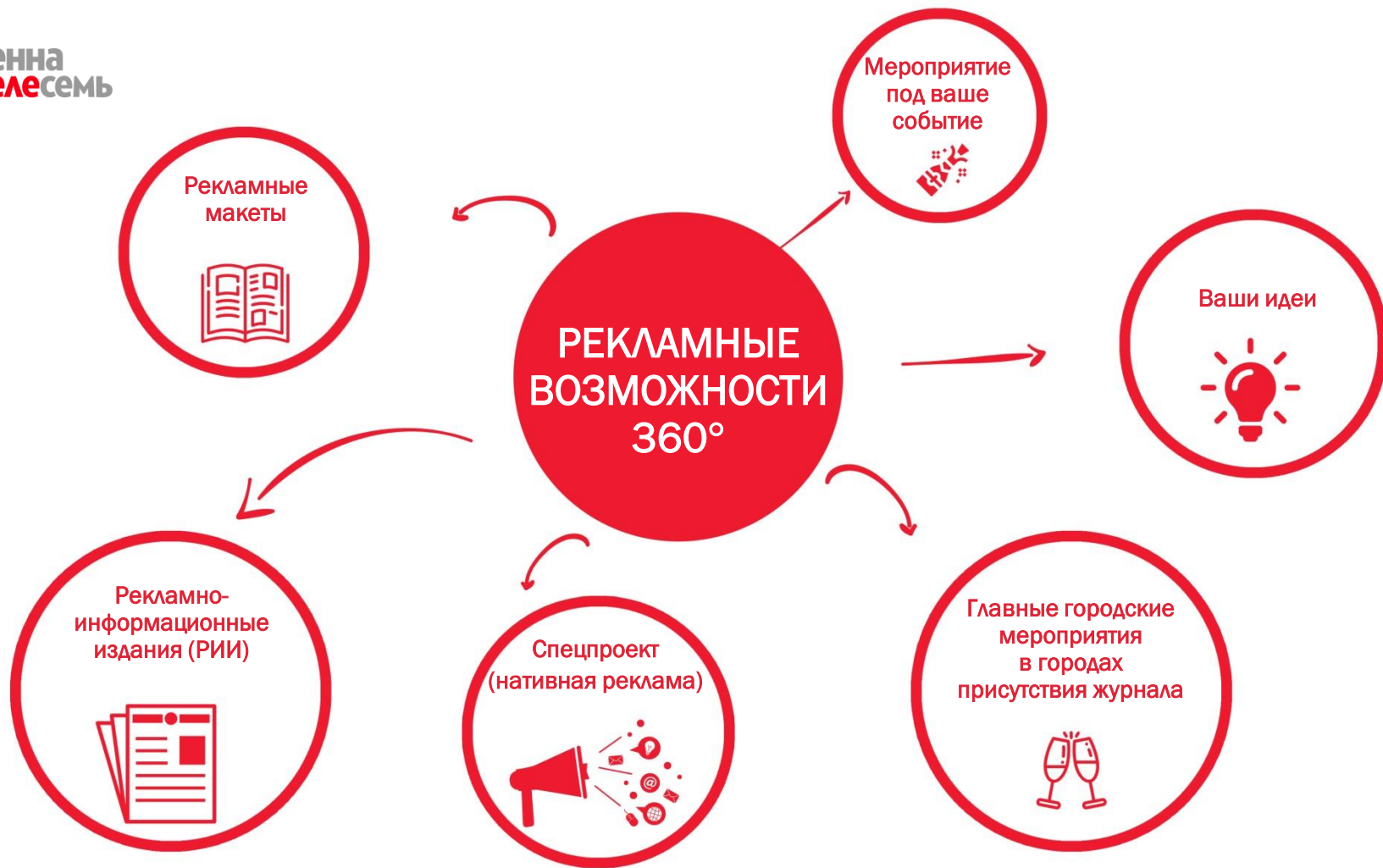
**ПРОФИЛАКТИКА**  
Придерживайтесь принципов правильного питания. Ешьте правильно в одно и то же время. Добавьте в рацион продукты, богатые клетчаткой. Она необходима для нормальной работы кишечника. Максимально разнообразьте свое питание – перловая, овсянка, пшеничные отруби, рис, бобы, фасоль, гречиха, хлеб из муки грубого помола, макарон, яблок, сливы, смородины (черной, белой, красной, желтой). Обратите внимание, что в каше быстро приживаются в термически обработанном виде фрукты и ягоды. Не забывайте включать в рацион кисломолочные продукты, такие как кефир, йогурт, ряженка, творог, сыр.

**НА ЗАМЕТКУ**  
На фоне сбалансированного питания и здорового образа жизни, если вы заметили у себя признаки дисбактериоза, обратитесь к врачу. Он поможет подобрать вам препараты, которые помогут восстановить нормальный состав микрофлоры.

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

**НЕ РАВНОДУШНЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ**  
Профилактика заболеваний – залог здоровья и благополучия.

**НЕ РАВНОДУШНЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ**  
Профилактика заболеваний – залог здоровья и благополучия.



## КОНТАКТЫ

Кудрон Наталья

Директор

8 423 240 67 01


[director@tele7vlv.ru](mailto:director@tele7vlv.ru)

Гавриленко Александр

Исполнительный директор

8 953 224 21 24

[sale@tele7vlv.ru](mailto:sale@tele7vlv.ru)

 Адрес: г. Владивосток, пр-т Красного Знамени, 10

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