

**САМЫЕ МИСТИЧЕСКИЕ МЕСТА КРАСНОДАРА** стр. 53

**ВАШ ЛЮБИМЫЙ ТЕЛЕГИД!**

**Телесемь**

ТВ-программа с 23 по 29 окт

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЦЕНА 900 рубль

**«Тайны следствия»:**  
секреты 6-го сезона  
стр. 18

**«Звезды на льду»:**  
кому подыгрывает Авербух  
стр. 8

**антенна** **Телесемь**

**Успех и счастье — на ладони**  
стр. 43

**КОПИЛКА СОВЕТОВ**  
Вы узнаете КАК...  
Защититься от ограбления  
Лечиться с помощью цвета  
Выбирать кухонные ножи  
и еще 12 советов на стр. 41

**ВЫИГРАЙТЕ КУХОННЫЕ ВЕСЫ**  
стр. 42

**10 СПОСОБОВ РАЗВЕСТИ РАДУГУ**  
стр. 44

Краснодар, ноябрь 2006 г.

ISSN 1690-6307  
№ 44 (158)  
2006 год  
в Краснодаре

***Уважаемая  
Виктор Петрович !***

***Представляю Вашему вниманию  
презентацию от газеты  
«Телесемь» в Краснодаре»***

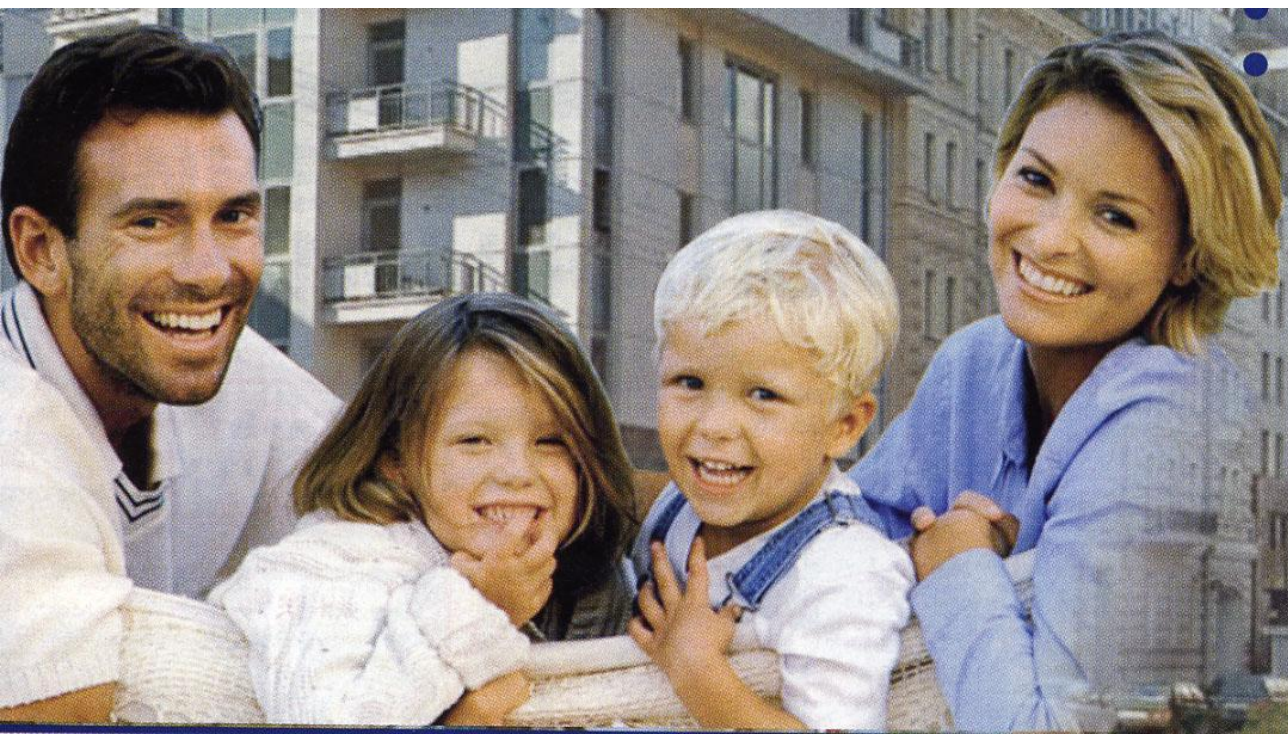
*В настоящее время у потребителей  
становится  
больше возможностей для приобретения  
одежды,  
обуви, продуктов питания, товаров и услуг  
для дома и семьи. И в то же время растет*



*Хорошо, если все необходимые магазины  
находятся рядом. Поход по различным  
магазинам отнимает очень много сил и времени.  
И как же приятно, когда можно совершать  
покупки и отдыхать одновременно.*



*Было бы здорово,  
если бы аудитория в 112 500 человек была  
проинформирована обо всех преимуществах  
покупки в ТРЦ «Меридиан»*



*Именно такая аудитория  
каждого номера  
«Телесемь»  
по данным исследований  
Gallup Media  
(май- октябрь 2005г.)*

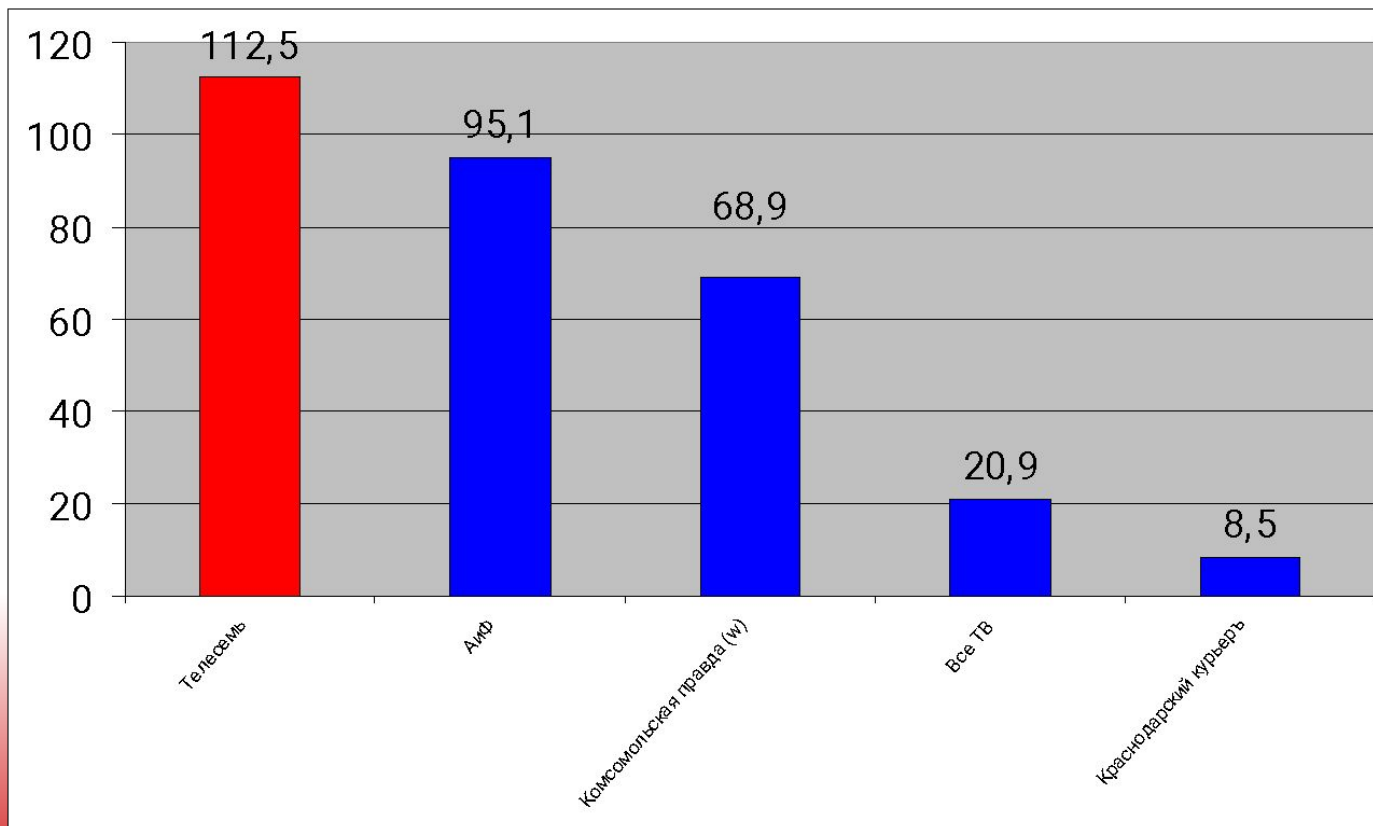
«ТелеСемь» - эффективный  
рекламонаситель!

ПОЧЕМУ?

«ТелеСемь» - лидер по охвату аудитории среди продаваемых изданий города

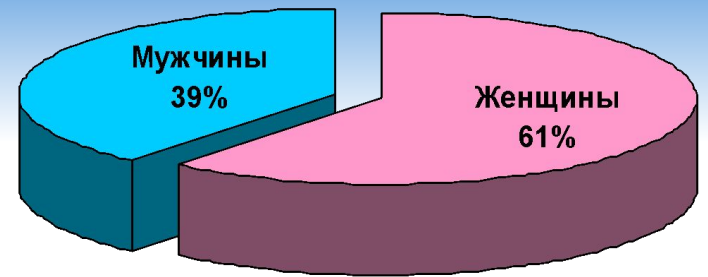
## Еженедельная аудитория

**112 500 человек\***



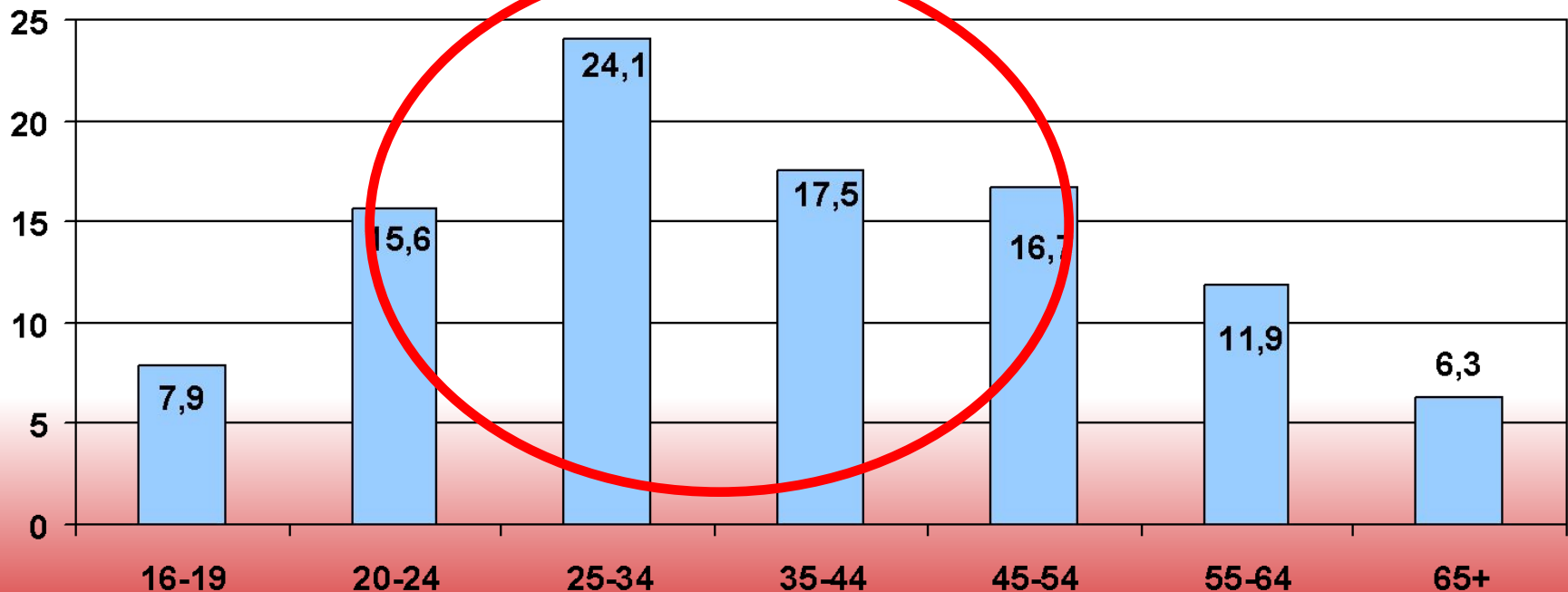
\*Данные TNS Gallup Media, май - октябрь 2005г.

**Наша аудитория находится  
в возрасте активных покупателей!**



### Аудитория одного номера газеты «Телесемь» по возрасту

% of cover





**61 %** наших читателей-  
**женщины** ( 68 700 человек).  
**А женщины определяют**  
**основную долю покупок**  
**для всей семьи.**



**В ТРЦ «Меридиан» представлен ассортимент одежды, обуви, товаров для дома для всей семьи.**

**Газета «Телесемь»**

**55,7% читателей «Телесемь» - люди семейные.**

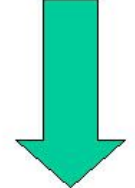
**Это позволяет предположить, что аудитории ТРЦ «Меридиан» и «Телесемь» во многом совпадают.**



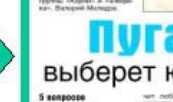
## «ТЕЛЕСЕМЬ» - СЕМЕЙНЫЙ ТЕЛЕГИД, который создается на основе рейтингов популярности



**ВСЕГДА САМЫЕ:**  
- популярные сериалы  
- лучшие фильмы  
- яркие звезды



**БЕЗ СКАНДАЛОВ И СПЛЕТЕН**  
Только у нас - положительное о самом лучшем.



**ОТ 19 млн в 8 лет** и 3 года подряд самая популярная актриса южной России.  
**Ната Шеня.**

**У**частница 10-го сезона южного юмористического сериала «Семь друзей» в юмористической пародии на популярную поп-певицу Ната Шеню. В юмористической пародии на популярную поп-певицу Ната Шеню. В юмористической пародии на популярную поп-певицу Ната Шеню.

**О** призе прессы  
**Игорь Бурунов.**  
**Игорь Бурунов.**

### Пугачева

#### выберет юную звезду

**Лариса Долина,**  
**Людмила Зыкина**  
**Анна Семак**

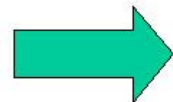
**Людмила Зыкина**  
**Людмила Зыкина**  
**Людмила Зыкина**

## Жанна Миро надышалась Озоном



Жанна Миро поздравит Москву не только стихами, но и песней. В рамках юбилейного концерта «Семь друзей» актриса выступит с песней «Ах, как приятно дышать озоном». Жанна Миро также выступит с песней «Ах, как приятно дышать озоном».

Жанна Миро поздравит Москву не только стихами, но и песней. В рамках юбилейного концерта «Семь друзей» актриса выступит с песней «Ах, как приятно дышать озоном».



**В таком окружении**  
**Реклама принимается**  
**Максимально позитивно!**

***Газета «Телесемь»  
предлагает бесплатные услуги  
дизайнера;  
При необходимости предоставляем  
услуги журналиста.  
Это дает возможность создать  
именно тот макет, который Вас  
устроит.***

# Юлия Началова: нельзя себя мучить ради стройной фигуры!

**Похудеть! Любой ценой!** Для многих это сейчас превратилось в навязчивую мысль. А вот певица и ведущая «Субботнего вечера» («Россия») рассказала «Телесемь», что после того, как оказалась от жесткой диеты и поправилась, почувствовала себя гораздо лучше. Не только физически, но и эмоционально!

**похудеть.** Мужчины должны понимать, что женская диета — это подвиг, она очень легко поддается влиянию. А у нас далеко хватать силы воли сидеть ему «ниче». Надо объяснить, что качество жизни, касающееся только нас, женщин, за пределами их компетенции.

— Тем не менее необходимость сидеть за собой не отпадает? Конечно, раскусывать себя нельзя — в первую очередь для себя же самой. Не переусердывайте, не перебарщивайте физическими упражнениями. Полезно плавать — обязательно проехать в бассейне по маршруту раз в неделю. Но главное — это хорошее раскисление духа.

**Верю в то, что он будет радом** — Уже не секрет, что вы с футболистом Евгением Алдониним собираетесь пожениться. Он представляет дополнительные требования к вашей внешности?

— Для меня очень важна уверенность, что какой бы я ни была — а девушка изменяет не только от перемены, но и по другим причинам, из-за беременности например, — это не повредит нашему браку. Но это не значит, что можно забыть про себя. Я все-таки стараюсь не злоупотребить некоторыми продуктами. Вообще не ем сахар. Избегаю мучных изделий. Очень редко ем картошку. Предпочитаю фрукты, овощи, супчики, водоросли. Не чаще раза в месяц позволяю себе любимое блюдо — пасту, которая она очень калорийная.

— Вы с Евгением уже определились с датой свадьбы? — Точный день еще не выбрали, но приблизительно планируем на середину июня. В первую очередь это

**мнение коллеги**

**Николай Басков, соведущий программы «Субботний вечер» («Россия»):** — Дело не в количестве килограммов и не в особенности фигуры. А прежде всего в том, насколько уверенно человек себя чувствует. Мне с Юлей легко было работать в паре с самого начала. Сейчас, когда в ее жизни все в буквальном и переносном смысле слова поправилось, она стала еще более женственной, еще более привлекательной! Видно, что она отлично себя чувствует, и ее энергия передается мне тоже.

**ТВ — даням**

**Россия**

«ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ» *вторник, четверг, 11.50*

**НТВ**

«ПРИНЦИП «ДОМИНО» *вторник, пятница, утро*

**Домашний-Казань**

«В ФОРМЕ» *вторник, пятница, день*

«ВРЕМЯ КРАСОТЫ» *вторник, четверг, день*



# Представляю рубрику «Женский клуб»

## Т.к. женщины чаще выступают инициаторами покупок в торговых центрах

**В** какой-то момент я поняла, что ни один даже самый успешный способ похудения нельзя сравнить с ощущением, когда организм попросту здоров, — делится Юлия. — За последние время я поправилась, так как занимаюсь восстановлением организма после диеты. Ведь отрицательно сказалось не только на моей внешности, но и на здоровье. В частности, появились проблемы с почками. У меня процесс похудения и связанное с ним неприятие соприкасалось еще и проблемами личной жизни (около двух лет назад). На тот момент я развелась с мужем, писцом Дмитрием

Ланским. — Прим. «Телесемь».

**Балую себя!** — Каким был минимальный вес, которого вы достигли? — 43 кг при росте 167 см. Согласна, это недоразумение. В тот момент я неадекватно воспринимала собственное состояние, мне казалось, что надо дальше худеть и худеть. И продолжала наводить себе еду только листья салата, полные лимонным соком, и яблоки.

— Чему же научил этот отрицательный опыт? — Что надо себя баловать. Когда ты не позволяешь себе какие-то продукты и тебе при этом очень тяжело, значит, организм их требует, значит, в них есть какие-то необходимые для его нормальной работы элементы. И нельзя себя мучить!

— Сколько вы весите сейчас? — 54 кг. По-моему, это нормальный вес, учитывая, что я никогда не выглядела худышкой, с детства была склонна к полноте.

— И как же теперь вы относитесь к диете? — Привыкла садиться на диету, но уже не столь строго, как раньше. Сейчас практикую все, только в ограниченных количествах. Тут важно, чтобы любимый человек не допускал тебя к диетам типа «Используй, тебе надо



«Жена любит меня так, какая я есть!»

связано со спортивным графиком. Женя — это человек команды, у него есть тренер. Мне проще, я сама себе хозяинка.

Вашей профессиональной деятельностью не мешает личная жизнь и новый образ? — Наверное. Мне с моей нынешней фигурой очень комфортно, у меня есть возможность носить красивые платья светлых, весенних и летних тонов, которые я очень люблю. Знать же, что ты привлекательна для меня — это очень тошнотливо — благами и программы «Субботний вечер» и сингл на песню «Люби тебя», в которой есть слова: «Буду я любить тебя всегда». И конечно, положительные эмоции, которые есть во мне, еще больше раскисляют мое тело и душу!

Килограммы слетела. Веселась **ШАДРОВОВ**

**«СУББОТНИЙ ВЕЧЕР»** *Россия* **суббота, 21.00**

**СЕКТОР ПРИЗ**

Выиграйте сертификат на покупку косметики!

Назовите перелучу, в которой:

а) «Утренняя почта»; б) «Утренняя звезда»; в) «Танцы со звездами».

Юлия Николаева:

а) «Утренняя почта»; б) «Утренняя звезда»; в) «Танцы со звездами».

Отвечать приглашайте до 19 февраля на пейджер: 264-54-01, для абонента «Телесемь», с пометкой «Второй вопрос». Укажите свои фамилию и телефон.

Выиграйте сертификат на покупку косметики!

Итоги конкурса в «Телесемь» № 11, АР

**ПОСЛЕ МЕРЗАЕТ** **ОГРОМНЫЙ ВЫБОР БОЛЕЕ 500 НАИМЕНОВАНИЙ**

**РАСПРОДАЖА** **скидки до 40%** **Предельно высокие скидки до 20%**

Выезд дизайнера. Центральный выставочный зал. Рабочее время: пн-сб с 10.00 до 18.00, вс с 11.00 до 17.00

**Беломорская, 69А**

Т. (843) 570-75-78, 571-85-92, ф. 570-75-88

**СТЕНКИ КУХНИ ШКАФЫ-КУПЕ**

**ОФИСНАЯ МЕБЕЛЬ**

ул. Камала, 57, «Мобильный базар», 2-й эт.; Рязанская, 9, «Мобильград», 3-й эт.; Сиб. трассы, 24, ТЦ «МЕГАЗОН», 4-й эт.; ул. Лазарев, 9, МУМ, 2-й эт.

**Замучил кашель?**

**СТОДАЛЬ®** — эффективный гомеопатический препарат для лечения всех видов кашля.

Сироп **СТОДАЛЬ®**:

- не имеет побочных эффектов и противопоказаний;
- не вызывает сонливости;
- не утяжеляет дыхание;
- не взаимодействует с другими лекарствами.

Применять сироп **СТОДАЛЬ®** следует так: **Взрослым** — по 1 столовой ложке 3-5 раз в день. **Детям и подросткам** — по 1 чайной ложке 3-5 раз в день.

**Насморк? Запало нос?**

**КОРИЗАЛИЮ®** — гомеопатический препарат для лечения разных форм ринита на различных стадиях: острого ринита, хронического ринита, аллергического ринита.

Гомеопатический препарат **КОРИЗАЛИЮ®**:

- не имеет побочных эффектов и противопоказаний;
- не взаимодействует с другими лекарствами;
- не вызывает сонливости;
- не сушит горло.

Применять **КОРИЗАЛИЮ®** следует так: рассасывать по одной таблетке каждый час в течение 1-го дня и каждые два часа в течение следующих 4-х дней. Курс лечения 5 дней.

Гомеопатические препараты Лаборатории Буэрон могут принимать все: взрослые, дети, беременные женщины, пожилые люди и пациенты, принимающие лекарства для лечения хронических заболеваний.

**ЛАБОРАТОРИЯ БУЭРОН**

Товар сертифицирован. Сертификат ИФР 30.

**ДОМ Обоев**

ул. Г. Камала, 41, ТЦ «Мастер»

Космопатов, 39

Полужимовая, 17

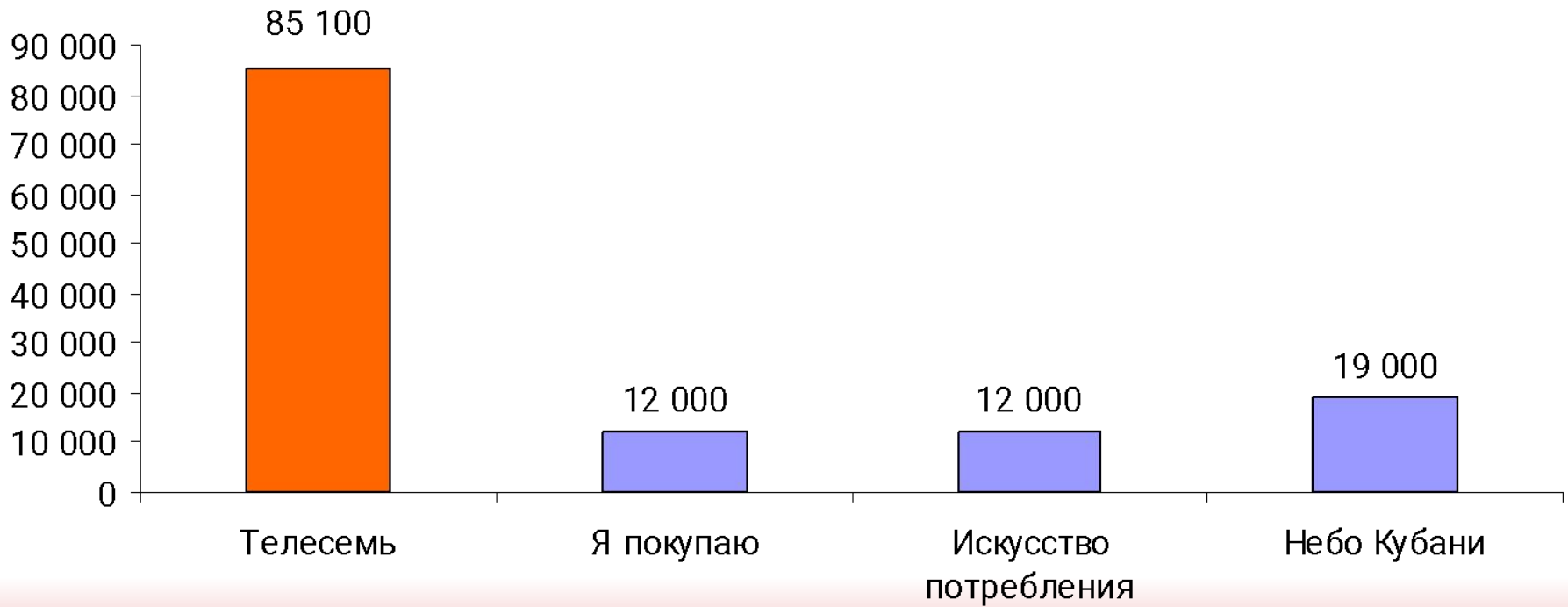
телефон справочной службы **299-72-12**

...СТОЛЬКО ВЫ НЕ НАЙДЕТЕ НИГДЕ! А ЕЩЕ МЫ ИХ КРАСИМ!

**Специальное предложение:**

**Реклама на глянце в А4  
формате**

## Преимущество по тиражу перед глянцевыми журналами Краснодар:



# Стоимость тысячи контактов с читателями

Издание	СРТ (руб.)
Телесемь	<b>473</b>
Я Покупаю	<b>2228</b>
Искусство потребления	<b>1875</b>
Небо Кубани	<b>2949</b>



**Если Вас заинтересовало  
наше предложение, мы можем  
обсудить детали сотрудничества**

**Наши координаты: ул. Гоголя 74, оф.  
20  
тел. 274-30-01 (03)**