

Лиза®

Все краски жизни для тебя!



П И С Ъ М О Г Л А В Н О Г О
Р Е Д А К Т О Р А

Л «Лиза» — это не просто всемирно известный бренд, который появился в России в 1995 году и за три десятилетия покориł миллионы людей, сегодня это огромное женское сообщество! Сначала в печатной версии: «Лиза» остается самым популярным в стране еженедельным журналом для женщин любого возраста. А затем и на онлайн-платформах: сайт lisa.ru и соцсети издания ежегодно растут вместе с читательским интересом и потребностями.

«Лиза» отвечает на вопросы своей аудитории в режиме реального времени — подсказывает, советует, вдохновляет и помогает быть счастливой «здесь и сейчас»!

«Лиза» — это актуальная мода, шопинг, секреты красоты, консультации врачей и экспертов, психология отношений, идеи для дома, лучшие кулинарные рецепты, лайфхаки для всей семьи. А еще это гид по знаменитостям, которые своим примером мотивируют быть успешными во всех сферах жизни.

*Лиза — это мы.
И мы вместе.*

АЛЕНА АЛЕКСАНДРОВА,
главный редактор



ЛИЗА – бренд с многолетней историей, покоривший миллионы женщин в России.

**ЖУРНАЛ ИЗДАЕТСЯ
В РОССИИ С 1995 ГОДА**

**Журнал «Лиза» – лидер по аудитории
среди всех женских изданий!**

«Лиза» – популярный в России еженедельный журнал для женщин. Романтические истории о настоящей любви и рассказы читательниц о разных жизненных ситуациях. Аспекты психологии, секреты успешных отношений, консультации экспертов. А еще модный шопинг, последние тренды, необычные идеи для дома, лучшие кулинарные рецепты, увлекательные путешествия по России и всему миру, а также все о жизни любимых знаменитостей на страницах журнала.

1 404 000 охват одного номера

4 471 000 аудитория за полгода

Источник: IPSOS, RTGI – Россия (2024-Q1)



РУБРИКИ

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Удивительные сочетания вкусов, полезные и витаминные свойства: в этой статье вы узнаете о самых вкусных и полезных рецептах.

Утиные истории

30 Лиза 5/2025

КРАСОТА

БЕЛАЯ МАГИЯ

ЗИМНИЕ РИТУАЛЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ПЕРЕЖИТЬ ПРЕДНОВОГОДНОГО СЕЗОНА, СОХРАНИВ КРАСОТУ И ПРАЗДНИЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ!

НАШЕ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОЕ ПОДЪЕМНОЕ СПОСОБНОСТИ

В любой истерии прохлы, как выжить сироты? Как справиться с депрессией и заботами?

ПЛАН АНТИКРИЗИСНЫХ МЕР

1. **ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОЕ ПОДЪЕМНОЕ СПОСОБНОСТИ**

2. **МАГИЯ АРОМАТОВ**

14 Лиза 5/2025

МОДА

Полным ходом

Главные обувные тренды на холодный сезон

Стилизация в моде — это не только одежда, но и обувь. В моде обувь с элементами декора, например, с вышивкой, аппликацией, принтами.

В моде обувь с элементами декора, например, с вышивкой, аппликацией, принтами.

В моде обувь с элементами декора, например, с вышивкой, аппликацией, принтами.

10 Лиза 2-3/2026

НАШ ДОСУГ

Скоро школьные каникулы!

Марафон игр

Семейный подарок

«Красная шапочка»

«Челурашк»

«Два в одном»

4/3/2025 Лиза 5

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА. Оригинальные и проверенные рецепты разных блюд, а также кулинарные секреты от шеф-поваров.

КРАСОТА. Советы по уходу за лицом и телом, модные стрижки, гид по самым популярным бьюти-процедурам, новинки косметических средств.

МОДА. Узнаем о новых трендах, учимся сочетать образы и выбирать стильные решения на все случаи жизни.

РАЗВЛЕЧЕНИЯ/ГИД. Концерты, путешествия, экскурсии. Интересные места, факты и идеи о том, как можно увлекательно провести время.

РУБРИКИ

МОЙ УЮТНЫЙ ДОМ

ЛЕГКИЙ ШТРИХ



МАРИЯ БОРОВСКАЯ,
дизайнер интерьеров,
критик

Приближаются дни, когда всем хочется тепла, света и атмосферы домашнего праздника. Но как украсить дом к Новому году, не превращая его в стиль минимализма и не перебарщивая с декорацией? Создайте пространство уютными и нарративными, сохраняя ощущение легкости, вольного дыхания. Достаточно пары деталей, чтобы пространство преобразилось. Главное, выбирать вещи, которые гармонично впишутся в интерьер и не создадут ощущение хаоса.



1. Минималистичные гирлянды
Если раньше гирлянды представляли собой цепочки ярких жидкокристаллических лампочек, то сейчас и здесь преобладают лаконичность и аккуратный пульты. Используют разные светодиодные виды ламп — они почти незаметны и легко встраиваются в любой интерьер. Таким способом можно акцентировать внимание на определенном материале, поклеить или нарисовать, оформить его в определенном цвете или форме. Световой контур добавляет уюта и эстетично расширяет пространство, не создавая при этом визуального шума. Кстати, люстры придают селекционному интерьеру необычайную уютность, они гармонично вписываются в интерьеры в стиле минимализма.

38 Лиза 52/2025



7 идей новогоднему декору, которые не загромождают пространство

2. Стеклённые украшения

Их можно использовать как декоративные элементы в интерьере. Стекло — универсальный материал, который можно использовать в любом интерьере. Стекло — универсальный материал, который можно использовать в любом интерьере.

Если хочется добавить цвета — выбрать варианты или цвета прозрачных изделий в виде подсвечников, ваз, статуэток, настольных ламп.



3. Лаконичные свечи

Отдавая предпочтение подсвечникам из стекла, металла или керамики. Цветовая гамма — классическая: золото, серебро, золото, пурпурное и красные оттенки создадут спокойное, но праздничное настроение. А если составить композицию из нескольких свечей разной высоты, получится стильный акцент. Чтобы усилить эффект, используйте лаконичные подсвечники — они отразят пламя, делают его объемнее. Хороший вариант для семейных вечеров — электронные свечи с эффектом мерцания.

4. Тематический текстиль

Перед для создания праздничного настроения не забудьте про текстиль — достаточно обновить покрывала, подушки, пледы или скатерти в домашнем стиле — в рубчик, бордюры, абстрактные рисунки, можно использовать покрывала с абстрактными узорами — геометрическими, клеточными, полосатыми. Главное, не перебарщивать с декорацией, чтобы не превратить уютный интерьер в безвкусицу. Если хочется усилить эффект тепла, используйте материалы уютной фактуры — велюр, шерсть, флис или искусственный мех.



5. Миниатюрные вазочки

Если в квартире есть растения, то миниатюрные вазочки — отличный вариант для декора. Они могут быть выполнены из керамики, стекла, металла или пластика. Главное, чтобы они гармонично вписались в интерьер.

Минимальное количество растений на подоконнике, тумбочке или в вазе на столе. Главное, чтобы они гармонично вписались в интерьер.

6. Ароматы зимы

Правильно подобранный аромат — это важный элемент декора. Он может быть натуральным или искусственным. Главное, чтобы он гармонично вписался в интерьер.



Если хочется добавить цвета — выбрать варианты или цвета прозрачных изделий в виде подсвечников, ваз, статуэток, настольных ламп.

7. Настольные детали

Несколько небольших декоративных элементов на столе — это отличный вариант для декора. Они могут быть выполнены из керамики, стекла, металла или пластика. Главное, чтобы они гармонично вписались в интерьер.

52/2025 Лиза 39

МОЙ УЮТНЫЙ ДОМ. Идеи по организации пространства вокруг себя, секреты создания порядка и уюта, лайфхаки от интерьерных дизайнеров, пошаговые мастер-классы.

ЗВЕЗДЫ. Эксклюзивные подробности из жизни российских и зарубежных знаменитостей из мира шоу-бизнеса, кино, моды и спорта: откровенные интервью, новости, яркие события и вдохновляющие секреты успеха.

ЗДОРОВЬЕ. Актуальные советы по поддержанию здоровья, лучшие диеты, эффективные тренировки, а также последние открытия в мире медицины и рекомендации авторитетных экспертов.

ПСИХОЛОГИЯ. Все об отношениях, дружбе, карьере. Вместе с профессионалами раскрываем секреты семейного счастья, помогаем избавиться от внутренних барьеров и мотивируем к личностному росту.

МОЙ РЕБЕНОК. Секреты воспитания и развития детей разного возраста, рекомендации психологов, педиатров и других профильных специалистов.

ЭКСПЕРТИЗА. Детальный разбор популярных товаров и услуг — от продуктов питания до гаджетов. Помогаем делать осознанный выбор и находить лучшее.

ЗАКОН И ПОРЯДОК.

Объясняем простым языком сложные законы, делимся практичными советами опытных юристов и учимся отстаивать свои права.

ПУТЕШЕСТВИЕ МЕЧТЫ. Обзор самых интересных направлений

для отдыха по России и за рубежом. Разбираем, как сделать путешествия яркими, делимся идеями для семейных каникул и незабываемых приключений с друзьями.

ПИТОМЦЫ. Советы по уходу и воспитанию пушистых, пернатых и хвостатых друзей. Лайфхаки для тех, кто хочет сделать жизнь своих питомцев лучше.

АСТРОПРОГНОЗ. Подробные гороскопы по линиям «любовь — финансы — здоровье — карьера» для всех знаков зодиака. Рассказываем легко и увлекательно о влиянии небесных светил на нашу жизнь.



ФАКТЫ О ЖУРНАЛЕ

СЕГОДНЯ «ЛИЗА» — САМЫЙ ПОПУЛЯРНЫЙ В РОССИИ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЖЕНЩИН!

- > Истории о настоящей любви и рассказы читательниц о разных жизненных ситуациях.
- > Аспекты психологии, лайфхаки для успешных отношений.
- > Подробно о здоровье, лучшие диеты и эффективные тренировки.
- > Оригинальные кулинарные рецепты.
- > Увлекательные путешествия по России и зарубежным странам.
- > Необычные идеи для дома.
- > Модный шопинг, секреты красоты.
- > Все о жизни знаменитостей.
- > Консультации экспертов.

Периодичность:
ЕЖЕНЕДЕЛЬНО
Объем:
64+4 ПОЛОСЫ



В Ч Е М Н А Ш А С И Л А

- > Уникальность концепции. «Лиза» – близкая, понятная, доступная, всегда готова помочь и посоветовать.
- > «Лиза» обладает высочайшей степенью доверия и узнаваемостью у читательниц.
- > Высокий охват в России среди еженедельников для женщин – полугодовая аудитория журнала более 4,471 млн. чел. *

ШИРОКАЯ ВОЗРАСТНАЯ АУДИТОРИЯ. В СЕМЬЕ «ЛИЗУ» ЗАЧАСТУЮ ЗНАЮТ И ЧИТАЮТ 3 ПОКОЛЕНИЯ ЖЕНЩИН.

- > Эксклюзивный контент: наши эксперты – профессионалы в своей области (врачи, косметологи, психологи и другие специалисты).
- > Вовлеченность читателей: контент, который мы создаем, – не просто источник информации, а часть жизни (выбираем товары, занимаемся рукоделием, готовим вкусные блюда и не только).

*Источник: IPSOS, RTGI – Россия (2024-Q1)

НАШИ ЧИТАТЕЛЬНИЦЫ



> Наша аудитория – женщины от 25 до 54 лет, замужем, работают, имеют детей, со средним или высоким уровнем доходов. Среди занятых большой процент руководителей и специалистов с высшим образованием.

> Читательницы журнала «Лиза» следят за последними тенденциями моды и красоты. Много путешествуют, любят проводить время с родными и друзьями.



> Наши читательницы следят за здоровьем, занимаются спортом, интересуются вопросами психологии. Любят готовить и создавать уют в доме.



А У Д И Т О Р И Я

СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ АУДИТОРИИ

ПОЛ / ВОЗРАСТ	COVER 000	AFFINITY INDEX	% OF COVER
ЖЕНЩИНЫ	1288	165	91,7
МУЖЧИНЫ	116	19	8,3
ВОЗРАСТ			
ЖЕНЩИНЫ 25–34 ГОДА	203	80	14,5
ЖЕНЩИНЫ 35–44 ГОДА	230	78	16,4
ЖЕНЩИНЫ 45–54 ГОДА	274	122	19,5



48,5%
ТОП-МЕНЕДЖЕРЫ,
РУКОВОДИТЕЛИ
СРЕДНЕГО ЗВЕНА,
СПЕЦИАЛИСТЫ
С ВЫСШИМ
ОБРАЗОВАНИЕМ

66,3%
ЗАМУЖЕМ
ИЛИ НАХОДЯТСЯ
В ОТНОШЕНИЯХ

*Источник: IPSOS, RTGI – Россия (2024-Q1)

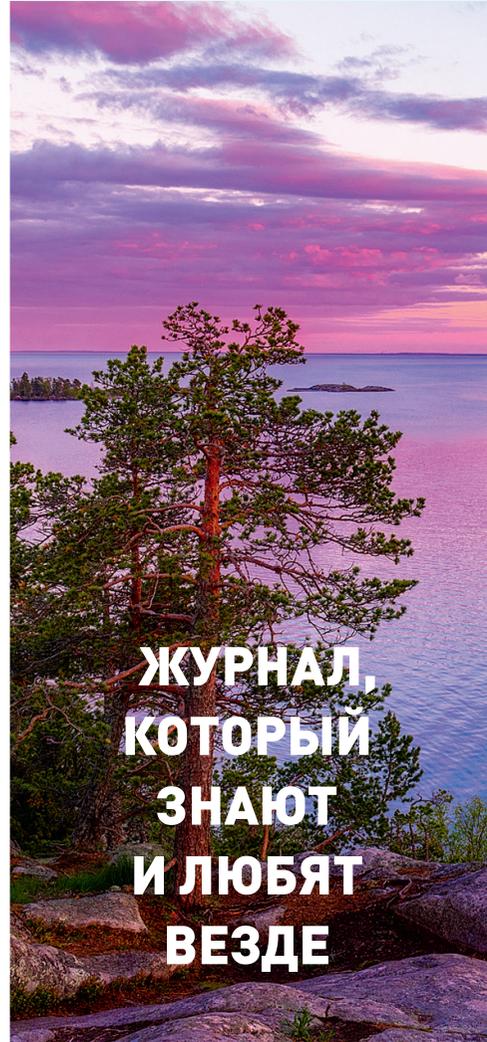


А У Д И Т О Р И Я

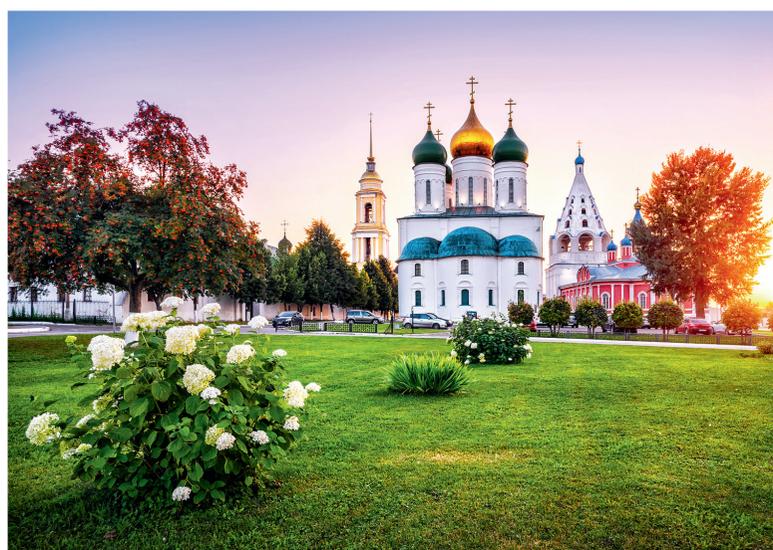
СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ АУДИТОРИИ

	COVER 000	AFFINITY INDEX	% OF COVER
СОЦИАЛЬНЫЙ СТАТУС			
ТОП-МЕНЕДЖЕРЫ, РУКОВОДИТЕЛИ	88	185	6,2
РУКОВОДИТЕЛИ СРЕДНЕГО ЗВЕНА	153	110	10,9
СПЕЦИАЛИСТЫ С ВЫСШИМ ОБРАЗОВАНИЕМ	441	140	31,4
СЕМЕЙНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ			
ЗАМУЖЕМ/ЖЕНАТЫ	725	102	51,6
НЕ ЖЕНАТЫ, НО ЖИВУТ ВМЕСТЕ	207	126	14,7
МАТЕРИАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ			
МАТЕРИАЛЬНЫХ ЗАТРУДНЕНИЙ НЕ ИСПЫТЫВАЮТ (ВКЛЮЧАЯ НЕДВИЖИМОСТЬ И АВТО)	79	142	5,6
ДЕНЕГ ВПОЛНЕ ХВАТАЕТ НА ВСЕ, КРОМЕ НЕДВИЖИМОСТИ	324	198	23,1
ДЕНЕГ ВПОЛНЕ ХВАТАЕТ НА ВСЕ, КРОМЕ ПОКУПКИ НОВОЙ МАШИНЫ	450	86	32,1

*Источник: IPSOS, RTGI – Россия (2024-Q1)

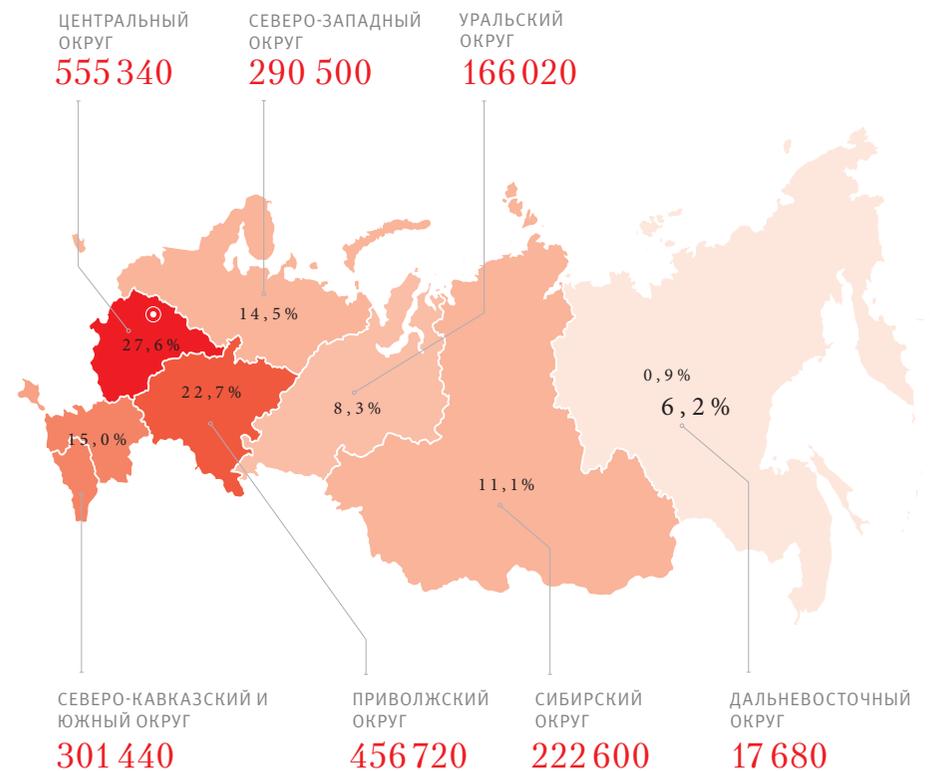


**ЖУРНАЛ,
КОТОРЫЙ
ЗНАЮТ
И ЛЮБЯТ
ВЕЗДЕ**



РАСПРОСТРАНЕНИЕ

КАРТА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ АУДИТОРИИ ОДНОГО НОМЕРА ПО РОССИИ



Распределение по округам Российской Федерации

Источник: IPSOS, RTGI – Россия (2021-4)

РЕКЛАМА
В ЖУРНАЛЕ

ИДЕИ ДЛЯ ИНТЕГРАЦИИ
В РЕДАКЦИОННЫЕ
МАТЕРИАЛЫ

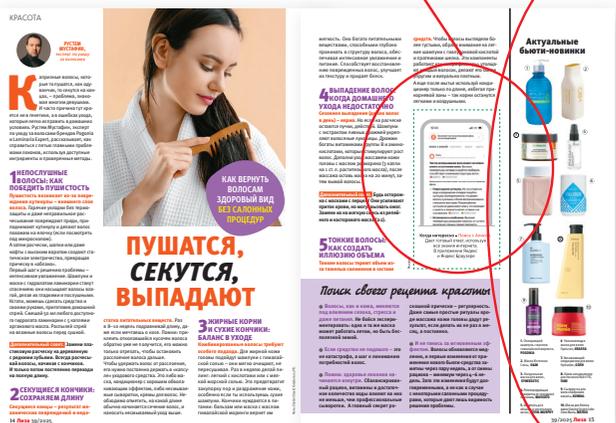
Интеграция клиента в редакционный материал



Имидж клиента на «заходе» (тренд)



Экспертное мнение



Включение информации о продукте в обзор, подборку, гайд



Участие клиента в редакционных рубриках в качестве героя интервью



РАСЦЕНКИ НА РЕКЛАМУ

Размер в долях полосы	Размеры под обрез, (мм)	Стоимость, (РУБ.)*
1/1	205x280 (+5 мм)	1 060 000
2-я обложка	205x280 (+5 мм)	1 221 000
3-я обложка	205x280 (+5 мм)	1 150 000
4-я обложка	205x280 (+5 мм)	1 274 000
Разворот	410x280 (+5 мм)	2 120 000
Первый разворот	410x280 (+5 мм)	2 545 000
Первая рекламная полоса	205x280 (+5 мм)	1 166 000
1/2 горизонтальная	205x137 (+5 мм)	644 000
1/2 вертикальная	97,5x280 (+5 мм)	644 000
1/3 горизонтальная	205x92 (+5 мм)	494 000
1/3 вертикальная	65x280 (+5 мм)	494 000

* – Цены указаны без НДС

Специальная реклама – по запросу.
Наценка за специальное позиционирование (размещение в конкретной рубрике, в первой трети журнала, размещение тизерной рекламы) – **15%**.

СРОКИ

Номер журнала	Бронирование, сдача материалов	В продаже	Номер журнала	Бронирование, сдача материалов	В продаже
2-3/2026	12.12.25	06.01.26	29/2026	22.06.26	11.07.26
04/2026	17.12.25	17.01.26	30/2026	29.06.26	18.07.26
05/2026	24.12.25	24.01.26	31/2026	06.07.26	25.07.26
06/2026	12.01.26	31.01.26	32/2026	13.07.26	01.08.26
07/2026	19.01.26	07.02.26	33/2026	20.07.26	08.08.26
08/2026	26.01.26	14.02.26	34/2026	27.07.26	15.08.26
09/2026	02.02.26	21.02.26	35/2026	03.08.26	22.08.26
10/2026	09.02.26	28.02.26	36/2026	10.08.26	29.08.26
11/2026	16.02.26	07.03.26	37/2026	17.08.26	05.09.26
12/2026	20.02.26	14.03.26	38/2026	24.08.26	12.09.26
13/2026	02.03.26	21.03.26	39/2026	31.08.26	19.09.26
14/2026	10.03.26	28.03.26	40/2026	07.09.26	26.09.26
15/2026	16.03.26	04.04.26	41/2026	14.09.26	03.10.26
16/2026	23.03.26	11.04.26	42/2026	21.09.26	10.10.26
17/2026	30.03.26	18.04.26	43/2026	28.09.26	17.10.26
18/2026	06.04.26	25.04.26	44/2026	05.10.26	24.10.26
19/2026	13.04.26	02.05.26	45/2026	12.10.26	31.10.26
20/2026	20.04.26	06.05.26	46/2026	19.10.26	07.11.26
21/2026	27.04.26	16.05.26	47/2026	26.10.26	14.11.26
22/2026	04.05.26	23.05.26	48/2026	02.11.26	21.11.26
23/2026	12.05.26	30.05.26	49/2026	09.11.26	28.11.26
24/2026	18.05.26	06.06.26	50/2026	16.11.26	05.12.26
25/2026	25.05.26	13.06.26	51/2026	23.11.26	12.12.26
26/2026	01.06.26	20.06.26	52/2026	30.11.26	19.12.26
27/2026	08.06.26	27.06.26	01/2027	07.12.26	26.12.26
28/2026	15.06.26	04.07.26			





КОНТАКТЫ:

+7 (495) 797-45-60

*Директор по корпоративным
продажам рекламы*

МАРИЯ КАМЕНСКАЯ

m.kamenskaya@lvls.ru

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ:

НАТАЛЬЯ АВРАМЕНКО

n.avramenko@lvls.ru

ЕЛЕНА ДЕМЕНТЬЕВА

e.dementeva@lvls.ru

СВЕТЛАНА КУЗИНА

s.kuzina@lvls.ru

ОТДЕЛ ИНТЕРНЕТ-РЕКЛАМЫ

+7 (495) 797-4560 доб. 2211

Руководитель по работе
с диджитал агентствами

ОЛЬГА НОРМАНСКАЯ

o.normanskaya@lvls.ru