



СОВЕТЫ ОТ А ДО Я

16+

№9 сентябрь 2023

# ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ

Подпишитесь!



КАК АРТИСТЫ  
БОРЮТСЯ С  
ДЕПРЕССИЕЙ

2

ГЕПАТИТ А  
ОСЕНЬЮ

8

НЕСЪЕДОБНАЯ  
СОЛЬ

14

НЕДЕРЖАНИЕ  
У ЖЕНЩИН...

18

ВОПРОСЫ ПРО  
ВЕТРЯНКУ

22



БАСКОВ:  
БЕРЕГИТЕ НОГИ!

12

ОСЕННЯЯ ДИЕТА ДЛЯ  
ИММУНИТЕТА

20

ISSN 2618-7973



9 772618 797009 23009

Издательство  
«Индия»