

Суперсоветы для всей семьи

16+

ПЛУС
ВНУТРИ
3 полезные
СХЕМЫ

Сваты

ТОЛОКА

№ 5 (263), март 2024 г.

**РАЗОГНАТЬ
МЕТАБОЛИЗМ
И ПОХУДЕТЬ**

Выгоды и риски
модного увлечения

стр. 3

**Чего боится рак
молочной железы**

стр. 5

**Домашняя пекарня:
на любой вкус!**

стр. 30

**РЫБЫ УМНЕЕ
ОБЕЗЬЯН?**

стр. 15

**ЯД УПРЕКОВ:
ИЩЕМ АНТИДОТ**

стр. 24

**СНИМИТЕ МОЗГ
С «РУЧНИКА»**

6 способов стать сообразительнее

стр. 25

ISSN 2305-5693

24005 >



9 1772305156909 41