

Суперсоветы для всей семьи

16+

ПЛУС
ВНУТРИ
3 полезные
СХЕМЫ

Сваты

ТОЛОКА

№ 2 (260), январь 2024 г.

**СЕРДЦЕ БОИТСЯ
СКОЛИОЗА** стр. 3

**8 СЕКУНД НА
РАЗМЫШЛЕНИЕ**

Почему на бегу думать некогда

стр. 5

**Стресс и «квадратное
дыхание»** стр. 9

**Омега-3:
панацея или миф?**

стр. 15

ОДИН ДОМА

*Счастье глазами холостяка
и «женатика»*

стр. 24

Шибко умный

Когда высокий IQ разрушает семью стр. 25

ISSN 2305-5693

24002>



9177230515690941