

«Интеллигент только тот, кто сохраняет веру в «ценностей незыблемую скалу», кто пробивается к тому источнику, где зарождаются и возрождаются ценности, кто ищет духовного возрождения».

Григорий Померанец, философ

Д.С. Лихачев: «Даже в случаях тупиковых, когда вас не слышат, будьте добры высказывать свое мнение. Не отмалчивайтесь, выступайте. Каждый человек должен заявлять свою позицию».



БУДЬ ЗДОРОВ!

№ 4
2010

100 страниц
о самом главном



Найди
свое дерево

Детский аутизм

Помощь для вен

Мужская проблема

ISSN 1682-4237



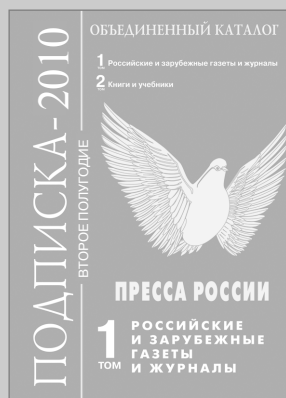
10004



9 771682 423005

Не хотите болеть? Не хотите стареть?
Хотите знать мнение врачей, диетологов, психологов,
целителей о том, как сохранить здоровье
и избежать немощной старости?

У вас есть такая возможность.
В любом почтовом отделении страны
можно подписаться на журналы
«Будь здоров!» и **«60 лет – не возраст»**



**Объединенный каталог
«Пресса России», том 1 (зеленый)**

Подписные индексы:	
«Будь здоров!» (6 месяцев)	– 73035
«60 лет – не возраст» (6 месяцев)	– 79922
«Будь здоров!» + «60 лет – не возраст» (6 месяцев)	– 44780

**Каталог «Почта России»
(сине-красно-белый)**

Подписные индексы:	
«Будь здоров!» (6 месяцев)	– 99555
«60 лет – не возраст» (6 месяцев)	– 99556



Дачный сезон открыт!

Фото Александра Щемляева

Ежемесячный журнал
№ 4 (202), апрель, 2010 г.
Основан 5.1.1993 г.
Выходит с июля 1993 г.

Издатель – ООО
«Шенкман и сыновья»

Журнал основан
Стивом Шенкманом

Директор
Борис Шенкман

Главный редактор
Вера Шабельникова

Редакционный совет
Виктор Ахломов
Борис Бочаров
Нина Самохина
Татьяна Сахарчук

Обозреватель
Татьяна Абрамова

Редакторы
Татьяна Яковлева
Татьяна Шапиро

Верстка
Галины Немтиновой

Рисунки
Адольфа Скотаренко

Фото на обложке
Татьяны Яковлевой

Отдел распространения
Татьяна
Сыромятникова

Адрес редакции:
Москва 127018
Сущевский вал, д.5,
строение 15
Телефон:
(495) 710-72-61

Электронная почта:
budzdorov@msk.tsi.ru

© «Будь здоров!», 2010 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Вероника Долина Мой дом летает...	4
Вера Козлова Вещества, которых нам не хватает	8
Эхо наших публикаций	13
Алена Мурманская К сыроеду на обед	14
Из уст в уста Рецепты Виктории Бутенко	17
Татьяна Артемьева Здоровье зависит от микробов	20
Татьяна Абрамова Интуиция и сновидения: путь к успеху	25
Поможем друг другу	30
Консультация специалиста	32
Людмила Саницкая Найди свое дерево	36
Форум целителей Помощь для вен	42
Женский вопрос	47
Александр Ефремов Мужская проблема	48
Татьяна Шишова Детский аутизм	56
Проверка сообразительности	63
Без подробностей	64
Инга Воронова Позвоните родителям!	66
Дина Балясова Весенние почки	70
Диана Анисимова Ласточкина трава	75
Виктор Ом Нежной любви песнопевец	78
Дмитрий Лихачев Я вспоминаю...	84
Даниил Гранин Один из последних	90