



**ДО ПЕРВОЙ ЗВЁЗДОЧКИ:  
КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ВАРИКОЗ**

с. 8

# ЗДОРОВЬЕ

ГАЗЕТА О САМОМ ЦЕННОМ

ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ /16+

№ 14 (1348), 2023 / 25 ИЮЛЯ – 14 АВГУСТА

**Первая  
помощь  
при укусе  
змеи**

с. 5 →

**ГИПОДИНАМИЯ**

**Спасаемся  
трусцой**

с. 11 →

**ПРОТЕЗИРОВАНИЕ**

**Легко ли сделать  
первый шаг**

с. 4 →

»» ПЕВИЦА

**Анна  
СЕМЕНОВИЧ:**

**«Каждое утро –  
ванна с морской солью»**

Фото предоставлено пресс-службой Анны Семенович

