



18

Кулинарная сказка на старый Новый год

ПСИХОЛОГИЯ

6 Работа над собой
мантра для похудения

8 Школа жизни
от писателя Анны Кирьяновой

КРАСОТА

10 Питание
какой шоколад полезнее

12 Сезон
зачем губам щётка



24

Солнце давит.
Когда ждать магнитные бури в 2024-м

ЗДОРОВЬЕ

14 Консультации
гроза вирусов

ЛЮБИМЫЙ ДОМ

20 Цветы
пересадить спатифиллум

22 Чистота
воск вместо крышек

ДОСУГ

25 Традиции
в проруби не холодно

29 Сканворд
от Юрия Фалинского

26 Валяйте!



Оставайтесь с нами!

Подписка на «ДОМАШНИЙ»
на сайте toloka24.ru
на полугодие или год
по промокоду **ЗИМА** обойдётся
вам на **15%** дешевле.
Не упустите выгоду!



Письмо редактора

По дороге на работу проезжаю мимо строящегося микрорайона. Там пока возвели всего несколько многоэтажек, и они стоят ещё пустые, с тёмными окнами в поле. Но в несколько квартир жильцы уже въехали, встретили свой первый Новый год, и теперь их окна весело мерцают огоньками гирлянд. Глядя на эти окна, вспоминаю, как мы с мужем и детьми когда-то тоже были новосёлами, и в такой же полупустой, но очень долгожданной и выстраданной квартире готовились к первой новогодней ночи. Гостей назвали, стол накрыли, предвкушали веселье до утра. Но за полчаса до боя курантов в нашей новостройке погас свет! Вроде как ещё при строительстве дома что-то там намудрили «с фазами», и когда все жильцы 31 декабря дружно врубили свои электроплиты и лампочки в квартирах, в нашей электрощитовой замкнуло. Конечно же, мы звонили куда надо, выясняли, просили, даже требовали немедленной починки. И нам, разумеется, обещали... Но и Деду Морозу было понятно, что за считанные минуты до заветной полуночи никто к нам не пойдёт, бросив свои тапки оливье. Тогда мы собрали по квартире все имеющиеся в наличии свечи, свечечки, какие-то уже оплавленные огарки, расставили всё это богатство по рюмкам, бокалам, тарелкам, зажгли их, открыли шампанское и очень душевно встретили Новый год. Правда, остатки еды пришлось выносить потом на незастеклённый балкон, ведь холодильник не работал. Так что салаты покрылись ледяной коркой, но утром мы их оттаяли и съели. А там и электричество дали. Пожалуй, прикольное новогоднего праздника у нас больше и не было. Ну а я с тех пор держу в запасе с десяток свечей. На всякий случай. Так что пусть у вас, дорогие читатели, в наступившем 2024-м всегда в доме и в душе будет свет. Если вдруг он по какой-то причине погаснет, тогда зажигайте свою свечу и храните её огонь. И пока горит наша свеча, всё с нами будет хорошо.

ЛАРИСА ЗИНЬКЕВИЧ