



№ 12 (152), декабрь, 2015 г.

Ежемесячное приложение для пенсионеров к журналу «Будь здоров!»

Выходит с января 2001 г.

Учредитель и издатель ООО «Шенкман и сыновья»

Генеральный директор **Борис Шенкман**

Главный редактор **Валентина Ефимова**

Зам. главного редактора **Алла Юнина**

Редактор **Татьяна Яковлева**

Обозреватель **Татьяна Абрамова**

Вёрстка **Галины Немтиновой**

Рисунки **Адольфа Скотаренко**

Отдел рекламы и распространения **Татьяна Сыромятникова**

Фото на обложке **Александра Антонова**

Адрес редакции:
127018 Москва,
ул. Сущёвский вал,
д. 5, стр. 15

Телефон/факс:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
zhurnal60let@yandex.ru
budzdorov2@yandex.ru
© «60 лет – не возраст», 2015

В НОМЕРЕ

Валентина Ефимова <i>Лучик Надежды</i>	2
Лариса Геня <i>Если давление снижено</i>	6
Александр Рылов <i>Когда болят вены головы</i>	10
Александр Леонидов <i>Это вездесущее УЗИ</i>	16
В курсе событий <i>Кто из пенсионеров счастливее?</i>	19
Елена Прокофьева <i>Рак толстой кишки: тайны диагностики</i>	20
Дина Балясова <i>Холестаз, или застой желчи</i>	26
Людмила Горяйнова <i>Чем болеет кожа?</i>	32
Разминка для ума	37
Людмила Мальцева <i>Очищаем организм... кашей</i>	38
Любовь Качалина <i>Упражнение против старения мозга</i>	42
Анна Баринова <i>Ах, эти карточки на скидки!</i>	44
Юрий Кухликовский <i>Брачный маклер для пенсионеров</i>	48
Это интересно <i>Венгерская овчарка</i>	51
Татьяна Данилова <i>Юрист советует</i>	52
Михаил Сухоруков <i>Как заработать на продаже ненужного?</i>	54
Елена Прокофьева <i>Книги под ёлкой</i>	56
Максим Камаев <i>Приметы на здоровье и удачу</i>	59
Елена Конькова <i>Эти снежинки не растают</i>	64
Наталья Иванова <i>Полезный сервис Сбербанк Онлайн</i>	68
О чём мы писали в 2015 году	73