



№ 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 Лучик Надежды	2
Лариса Геня Если давление снижено	6
Александр Рылов Когда болят вены головы	10
Александр Леонидов Это вездесущее УЗИ	16
В курсе событий Кто из пенсионеров счастливее?	19
Елена Прокофьева Рак толстой кишки: тайны диагностики	20
Дина Балясова Холестаз, или застой желчи	26
Людмила Горяйнова Чем болеет кожа?	32
Разминка для ума	37
Людмила Мальцева Очищаем организм... кашей	38
Любовь Качалина Упражнение против старения мозга	42
Анна Баринова Ах, эти карточки на скидки!	44
Юрий Кухликовский Брачный маклер для пенсионеров	48
Это интересно Венгерская овчарка	51
Татьяна Данилова Юрист советует	52
Михаил Сухоруков Как заработать на продаже ненужного?	54
Елена Прокофьева Книги под ёлкой	56
Максим Камаев Приметы на здоровье и удачу	59
Елена Конькова Эти снежинки не растают	64
Наталья Иванова Полезный сервис Сбербанк Онлайн	68
О чём мы писали в 2015 году	73