

# Однако, жизнь!®



В КАЖДОМ ИЗ НАС СПИТ ХУДОЖНИК, КОТОРЫЙ ПРОСЫПАЕТСЯ ОТ ВОВРЕМЯ СКАЗАННЫХ СЛОВ

Фотограф Екатерина ПОВИДАЙКО



16+

**Ирина ГРИНЁВА:**  
«Оказываясь на сцене, я обретаю силу»



Стр. 6-7

**Любой алкоголь — яд!**

Стр. 2

**Как заснуть за две минуты. Секретная техника**

Стр. 21



**Психолог Анна КИРЬЯНОВА:**  
«Простые шаги, чтобы наладить жизнь»

Стр. 18-19

**Какие напитки нужно пить только через соломинку?**



Стр. 17

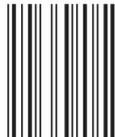
**Что происходит в организме, когда мы едим сало?**

Стр. 3

ISSN 1819 - 0502



2 3 0 1 2 >



9 771819 050005

ПОЧТА РОССИИ

Подписные издания

Официальный каталог Почты России на первое полугодие 2023

5 000 копий  
на обороте розлива



Отсканируйте и подпишитесь онлайн!

Или подпишитесь на почте: подписной индекс P2780

**Юнилайн®**  
издательство печатной продукции