

Сваты

Энергия
«третьего
возраста»

ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ
САДОВОДА-
ОГОРОДНИКА
НА АПРЕЛЬ

14

На пенсии

№ 3 (114), март 2024

6

Расшифровка
тайных посланий
организма

24 **Берегись!**

ТОП-3
самых вредных
КРУП

9

«ФИТОБОМБЫ»
для снижения
аппетита
и сжигания
жира

8

**НОЧНАЯ
ГИМНАСТИКА
И ВИБРАЦИИ ЗЕМЛИ**

**И еще много чего
для качественного сна**

16+

Толочка



ПОДПИШИТЕСЬ

НА 2 П/Г 2024 ГОДА!
ДО 31 МАРТА — ПО ЦЕНАМ-2023
ВЫГОДНЫЙ ИНДЕКС **ПО477** «ПОЧТА РОССИИ»



- ИСТОРИИ О ЖИТЬЕ-БЫТЬЕ
- ЗАБАВНЫЙ ТЕСТ
- УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ВИКТОРИНА
- НАРОДНЫЙ КАЛЕНДАРЬ