

ВКЛЮЧИ ЗЕЛЕНый СВЕТ
СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ!

16+
№ 12 (634), июнь 2023 г.

Народный доктор

Толока

ПРОВЕРЕННЫЕ РЕЦЕПТЫ | ФИТОТЕРАПИЯ | МЕТОДИКИ | СКОРАЯ ПОМОЩЬ | ГИМНАСТИКИ | КОНСУЛЬТАЦИИ | ДИЕТЫ

ОТ АРТРИТА —
НОСКИ
С ПРОСТОКВАШЕЙ

25

КАК СЕБЯ
ЗАЩИТИТЬ:

ЖЕЛЧНОКАМЕННАЯ
БОЛЕЗНЬ

18

ХОЛЕЦИСТИТ
БЕЗ ОБОСТРЕНИЙ

19

4 ТЕМА НОМЕРА

ДАЧНАЯ
АПТЕЧКА

СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЙ ТОВАР

ЗДОРОВО ЕДИМ!

Яичница
каждое утро:



ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?

26

ВЫГОДНО!

ПОДПИШИТЕСЬ
НА 1-Е ПОЛУГОДИЕ
2024 ГОДА

С 1 ИЮЛЯ ПО 31 АВГУСТА
**ПО ЦЕНАМ ПРОШЛОГО
ПОЛУГОДИЯ**

ПО ИНДЕКСУ
П1203 «ПОЧТА РОССИИ»

ISSN 1612-0725



9 771812 072653

2 3 0 1 2 >

