

ВКЛЮЧИ ЗЕЛЕНый СВЕТ  
СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ!

16+  
№ 23 (645), декабрь 2023 г.

# Народный доктор

Толока

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

СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЙ ТОВАР

**АЛОЭ —  
НА ВРОСШИЙ  
НОГОТЬ**

16

КАК СЕБЯ  
ЗАЩИТИТЬ:

**ЭКЗЕМА**

18

**ПРИВИЛСЯ —  
ЗАБОЛЕЛ!  
ПОЧЕМУ?**

12

4 ТЕМА НОМЕРА

**ЗАТЯЖНОЙ  
КАШЕЛЬ**

КОМПЕТЕНТНО  
*Мумие*



ИЛИ ПОДДЕЛКА?

11

В ПЕРИОД  
ВСЕРОССИЙСКОЙ  
ДЕКАДЫ ПОДПИСКИ  
С 4 ПО 14 ДЕКАБРЯ  
ПОДПИШИТЕСЬ  
НА ВЕСЬ 2024 ГОД  
**со скидкой  
10%!**

ВЫГОДНЫЙ ИНДЕКС  
П8181 «ПОЧТА РОССИИ».

ISSN 1612-0725



2 3 0 2 3 >



9 771812 072653