

# Однако, жизнь!®



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

фотограф Виктория ДУБРОВСКАЯ

16+

**Ирина  
КУПЧЕНКО:**  
«**Всем  
рекомендую  
меньше есть  
и больше  
спать**»



Стр. 6-7

**Принципы  
счастливой  
семейной жизни**

Стр. 3

**Чем полезен  
лавровый  
лист?**



Стр. 14

**Витаминный салат  
для укрепления  
сосудов**

Стр. 15

**Регулярное  
пользование  
мобильным  
телефоном  
грозит  
слабоумием!**



Стр. 2

**Во сколько нужно  
ложиться спать,  
чтобы быть  
здоровым?**

Стр. 14

ISSN 1819 - 0502



9 771819 050005

2 3 0 2 0 >



ПОЧТА РОССИИ

Подписные  
издания

Официальный каталог Почты России  
на первое полугодие 2023

5 000 копий  
на розничную продажу



Отсканируйте  
и подпишитесь  
онлайн!

Или подпишитесь на почте:  
подписной индекс P2780

**ЮНИЛАЙН®**  
издательство печатной продукции