

ВКЛЮЧИ ЗЕЛЕНый СВЕТ
СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ!

16+
№ 15 (637), август 2023 г.

Народный доктор

Толока

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

**АЙДА
НА ПРОГУЛКУ
БОСИКОМ!**

32

СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЙ ТОВАР

**ХОЛОДНАЯ
И ГОРЯЧАЯ:
вода воде рознь**

32

КАК СЕБЯ
ЗАЩИТИТЬ:

ОСТЕОПОРОЗ

18

**ОТКУДА
БЕРУТСЯ ОТЕКИ**

8

4 ТЕМА НОМЕРА

**ВЕС РАССКАЖЕТ
О ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ**

ВЫГОДНО!

ПОДПИШИТЕСЬ
НА 1-Е ПОЛУГОДИЕ
2024 ГОДА

ПО 31 АВГУСТА

**ПО ЦЕНАМ ПРОШЛОГО
ПОЛУГОДИЯ**

ПО ИНДЕКСУ
П1203 «ПОЧТА РОССИИ»

ISSN 1612-0725



9 771812 072653

23015>

