

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
ВСЕРОССИЙСКОГО ОБЩЕСТВА ОХРАНЫ ПРИРОДЫ
«ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАВДА»

Библиотека НЭО

Журнал непрерывного экологического образования

Дипломант первой общенациональной выставки общественных
организаций России: Гражданское общество, здоровый образ
жизни, охрана здоровья населения и окружающей среды

«ЛИГА ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ»

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

Бакиров И.Ф. -
председатель

Ганиев Р.М

Гайсин И.Т.,

Самойлов В.И

Щиповских А.И.

Рекомендован:

руководителям
образовательных учреждений,
экологических организаций
школ, ДОУ, ВУЗов,
преподавателям,
воспитателям,
учащимся и студентам

Издается с апреля 2007 г.

№3(61)

Питание по звездам

Родившимся в год

ЛОШАДИ

Альметьевск, 2013

Содержание

Слово редактора	3
Китайский круг животных	4
Близнецы	7
Диета Близнеца	10
Весеннее настроение	46
Витамины весной	51
Самые полезные овощи и фрукты	56
Необычные рецепты обычных блюд	60

Главный редактор И.Ф.БАКИРОВ
Верстка Р.А. ХАБИБУЛЛИНА

Адрес редакции: 423450, г. Альметьевск, ул. Шоссейная, д. 1Б, ком. 12, а/я 424.
Тел./факс (8553) 32-89-26

© Альметьевское районное отделение ТРО ОО «ВООП», 2013 г.