

# Однако, жизнь!®



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

Фотограф Екатерина ПОВИДАЙКО

16+

**Наталья  
ВАРЛЕЙ:**

«На съёмках  
«Кавказской  
пленницы» я чуть  
не раздавила  
знаменитое трио»

Стр. 6-7



**Лучшее упражнение  
для борьбы  
со стрессом**

Стр. 14

**Как  
избавиться  
от двойного  
подбородка?**

Стр. 17



**Может ли ходьба  
по лестнице  
заменить занятия  
в спортзале?**

Стр. 3

**Как узнать,  
кому  
нельзя  
доверять  
тайны?**

Стр. 18-19

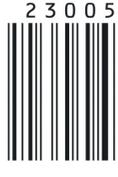


**13 универсальных  
психологических  
хитростей**

Стр. 20

ISSN 1819 - 0502

2 3 0 0 5 >



9 771819 050005

ПОЧТА РОССИИ

Подписные  
издания

Официальный каталог Почты России  
на первое полугодие 2022

5 000 изданий  
на сайте [ros posta.ru](http://ros posta.ru)



Отсканируйте  
и подпишитесь  
онлайн!

Или подпишитесь на почте:  
подписной индекс П2780

**Юнилайн®**  
издательство печатной продукции