

## Чудеса природы России



На снимках:  
чарские пески зимой  
и летом;  
по краям пустыни  
из-под песков во многих  
местах вытекают ручьи  
с кристальной водой.



### Чарские пески

Велика и необъятна наша страна. Сколько в ней красивейших и необычных мест природы, и не счесть! В этом году вместе с информационным интернет-порталом WarNet мы будем показывать вам уникальные уголки страны. Одна из природных достопримечательностей – Чарские пески, урочище в Каларском районе Читинской области. Пустыня с барханами площадью 100 квадратных километров возвышается на стометровой высоте среди болот. Никто толком не может объяснить её происхождение. Говорят, что это песчинки, выветренные из скал и вынесенные из соседней долины на равнину. Только почему тогда горы сложены из осадочных пород, а песок – чистейший кварц? Аналогов такой пустыни в мире нет.

16+

**60 лет** №1 январь 2015  
**не возраст**  
ЖУРНАЛ ДЛЯ ТЕХ, КТО НЕ ХОЧЕТ СТАРЕТЬ



Трагический клоун  
Лев Дуров

Бронхит у пожилых

Ваша группа крови

Имбирь  
против артрита

ISSN 1682-4229



9 771682 422008

15001







## Не горюй! Перезимуем...

Фото Татьяны Яковлевой

## Люди эпохи



Патриарх Алексий II

Уже в раннем детстве будущий патриарх знал, что будет священником. Посвятить себя этой миссии в то время, когда церковь и её служители подвергались гонению, мог только сильный духом и незаурядный человек с великой верой. На всех этапах своего служения – в сане священника, епископа, митрополита и наконец, Патриарха Всея Руси – Алексий, ломая советские стереотипы, возрождал церковную жизнь.

Патриарх всегда видел высокое предназначение церкви в духовном очищении общества и призывал верующих и неверующих опираться на великие нравственные ценности: «...Выше Закона может быть только Любовь, выше Права – лишь Милость, а выше Справедливости – лишь Прощение».

Из архива фотокорреспондента **Виктора Ахломова**.

Снимок сделан 10 июня 1991 года.



№ 01 (141), январь, 2015 г.

Ежемесячное приложение для пенсионеров к журналу «Будь здоров!»

Выходит с января 2001 г.  
Учредитель и издатель  
ООО «Шенкман и сыновья»

Генеральный директор  
**Борис Шенкман**

Главный редактор  
**Валентина Ефимова**

Зам. главного редактора  
**Алла Юнина**

Редактор  
**Татьяна Яковлева**

Обозреватели  
**Татьяна Абрамова**  
**Людмила Письман**

Вёрстка  
**Галины Немтиновой**

Рисунки  
**Адольфа Скотаренко**

Отдел рекламы и распространения  
**Татьяна Сыромятникова**

На обложке:  
народный артист СССР  
Лев Дуров

Фото **Юрия Лукина**

Адрес редакции:  
127018 Москва,  
ул. Сущёвский вал,  
д. 5, стр. 15

Телефон/факс:  
(495) 788-30-12

Электронная почта:  
zhurnal60let@yandex.ru  
budzdorov2@yandex.ru  
© «60 лет – не возраст», 2014

## В НОМЕРЕ

Валентин Рогов <b>Весёлые живут дольше</b>	2
Валентина Ефимова <b>Это фантастика!</b> <b>В Италии такого нет...</b>	6
Наталья Головина <b>Трагический клоун Лев Дуров</b>	12
Александр Рылов <b>Зимняя болезнь бронхит</b>	19
В курсе событий <b>Новые технологии медицины</b>	26
Агата Орлова <b>Боли в спине</b>	28
Наш почтовый ящик <b>Илибрия от артрита</b>	32
Александр Григорьев <b>Какая у вас группа крови?</b>	36
Инна Полякова <b>Травы при колите</b>	42
Разминка для ума <b>Тест на внимание</b>	47
Олег Горошин <b>Раджа-йога. Урок 1-й</b>	48
Читательский клуб <b>Лечимся овсом</b>	53
Татьяна Абрамова <b>Сила образов</b>	54
Елена Прокофьева <b>«Искать в людях лучшее...»</b>	60
Наталья Иванова <b>Из чего состоит компьютер?</b>	63
Анна Кузнецова <b>Знакомьтесь – «акулий сом»</b>	68
Елена Прокофьева <b>Тарелочка с голубой каёмочкой</b>	74