

# Однако, жизнь!®



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

Фотограф Екатерина ПОВИДАЙКО

16+

Мария  
ПОРОШИНА:

«В сложные  
времена  
нужно быть  
великодушным»

Стр. 6-7

Почему  
ОПТИМИСТОМ  
быть выгодно?

Стр. 2

Доктор  
Ферейдун  
БАТМАНГХЕЛИДЖЕ:  
«Вы не больны —  
вы хотите пить»

Стр. 16-17

Как употреблять  
жиры с пользой  
для здоровья?

Стр. 14

15  
правил  
приятного  
общения

Стр. 22

Психолог  
Анна КИРЬЯНОВА:  
«Добро продлевает  
жизнь!»

Стр. 20

ISSN 1819 - 0502



2 3 0 0 1 >



9 771819 050005

ПОЧТА РОССИИ

Подписные  
издания

Официальный каталог Почты России  
на первое полугодие 2022

5 000 копий  
на розничном рынке



Отсканируйте  
и подпишитесь  
онлайн!

Или подпишитесь на почте:  
подписной индекс П2780

**юнилайн®**  
издательство печатной продукции