

Сваты

Энергия
«третьего
возраста»

ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ
САДОВОДА-
ОГОРОДНИКА
НА МАЙ

14

На пенсии

№ 4 (115), апрель 2024

8

Крестовник:
для здоровья тела
и «погоды» в доме

25 Разберемся!

ОМЕГА-9

уберегут
от онкологии?

9 Простое решение

Разбуди
иммунитет...
черемшой

22

СЛАДКАЯ ПАСХА

+ закусочные куличи
и «прозрачные» яйца
для праздничного стола

16+

Толочка



ПОДПИШИТЕСЬ

НА 2 П/Г 2024 ГОДА
ПО ИНДЕКСУ **ПО477**
«ПОЧТА РОССИИ»! ВЫГОДА 8%



- ИСТОРИИ О ЖИТЬЕ-БЫТЬЕ
- ЗАБАВНЫЙ ТЕСТ
- УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ВИКТОРИНА
- НАРОДНЫЙ КАЛЕНДАРЬ