

ВКЛЮЧИ ЗЕЛЕНый СВЕТ  
СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ!

16+  
№ 18 (664), сентябрь 2024 г.

# Народный доктор

Толока

ПРОВЕРЕННЫЕ РЕЦЕПТЫ | ФИТОТЕРАПИЯ | МЕТОДИКИ | СКОРАЯ ПОМОЩЬ | ГИМНАСТИКИ | КОНСУЛЬТАЦИИ | ДИЕТЫ

СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЙ ТОВАР

**ГОРЛО:  
ЛЕЧИТЬ,  
НО НЕ  
ПЕРЕСУШИТЬ**

8

**Хвостики  
тыквы**

ОТ ГЕРПЕСА

17

**ВДОВИЙ  
ГОРЬ  
С ПЛЕЧ!**

26

**4 ТЕМА НОМЕРА**

**СТАЛЬНЫЕ НЕРВЫ —  
СТАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ**

В ПЕРИОД  
ВСЕРОССИЙСКОЙ  
ДЕКАДЫ ПОДПИСКИ  
С 4 ПО 14 ОКТЯБРЯ  
ПОДПИШИТЕСЬ  
НА ВЕСЬ 2025 ГОД

**СО СКИДКОЙ 10%!**  
ВЫГОДНЫЕ ИНДЕКСЫ  
П8181 (ПОЧТА РОССИИ),  
24973 (ПОЧТА КРЫМА).  
А НА САЙТЕ ТОЛОКА24.RU  
ПО ПРОМОКОДУ **ОСЕНЬ24**  
СО СКИДКОЙ  
**15%!**

ISSN 1612-0725



9 771812 072653

2 4 0 1 8 >

