



№ 03 (155), март, 2016 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**

Обозреватель **Татьяна Абрамова**

Вёрстка **Галины Немтиновой**

Рисунки **Адольфа Скотаренко**

Отдел рекламы и распространения **Татьяна Сыромятникова**

Фото на обложке **Андрея Высоколова**

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», 2016

В НОМЕРЕ

Герман Арутюнов Март – время жить	2
В курсе событий «Олдушки» Игоря Гавара	7
Наталья Юрина Моя неунывающая тётя Миля	8
Вадим Кириллов Женская гипертония	12
Светлана Чечилова Мифы и правда о пневмонии	15
Татьяна Агушина Су-дзюк – доброе семя	20
Сергей Наумов Рак пищевода: как предупредить?	24
Наталья Каркачёва Великий пост	30
Альберт Жарких Что надо знать о растительном масле?	34
Разминка для ума	39
Виль Саттаров Как звучит здоровье?	40
Елена Прокофьева О жёнищинах и кошках	44
Анкета: сделаем журнал интересней.....	50
Максим Камаев Петрушка полезнее пилюль	48
Татьяна Данилова Медицинские услуги: платные и бесплатные	52
Михаил Сухоруков Можно ли «залатать» кошельки?	56
Наталья Орлова Счастье – это когда тебя понимают	58
Елена Клемм Великая любовь Марии Сорме	63
Лариса Геня Пионы – короли садов	68
Наталья Иванова Разбираемся со смартфоном	73
Юлия Коледа Познавать новое – всегда интересно	78