



№ 1 (165), январь, 2017 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
Галины Сухаревой

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», 2017

В НОМЕРЕ

Валентина Ефимова <i>С Новым годом!</i>	2
Светлана Сергеева <i>Плюсов становится больше</i>	4
Юлия Кириллова <i>Непреклонный возраст</i>	8
Лариса Геня <i>Сердечный приступ и скорая помощь</i>	13
Вадим Кириллов <i>Грибок? Сами не лечите!</i>	18
В курсе событий <i>Звезде Инстаграмма – 90 лет</i>	25
Юлия Тагали <i>Танец против болезни Паркинсона</i>	26
Леонид Панич <i>И старость полна наслаждений!</i>	32
Татьяна Абрамова <i>Я пытаюсь заснуть</i>	34
Галина Сухарева <i>Как разогреться в холод</i>	40
Александр Григорьев <i>Что б такое съест от гриппа?</i>	44
Читательский клуб <i>Как я избавился от вертиго</i>	48
Наталья Орлова <i>Жили они долго и счастливо...</i>	50
Разминка для ума	55
Лариса Геня <i>Календула – цветок солнца</i>	56
Наш почтовый ящик <i>Нафталан от дерматита и не только</i>	60
Игорь Микулёнок <i>Валенки вышли на подиум</i>	63
Татьяна Шумова <i>Три «царства» Карла Линнея</i>	69
Николай Левченко <i>Лёд на точку фэн-фу</i>	74
Это интересно <i>Самая безумная обувь на свете</i>	78
Картины русских художников	80