

ДАВЛЕНИЕ В НОРМЕ 120/80

№ 12 (55),
декабрь
2023

СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЙ ТОВАР

Толока

16+



6
стр

Синдром праздничного сердца

Подробно о нем в интервью
с кардиологом Аллой ДЕМИДОВОЙ

11
стр

Зачем сдавать анализы

при гипертонии?

15
стр

Мандарины — опасная закуска!

24
стр

Низкокалорийные блюда

В НОВОГОДНЕМ МЕНЮ

14
стр

Узнайте свой метаболизм

Оформить
подписку на
полугодие
или год с любого
месяца можно на
сайте toloka24.ru
со скидкой 15%
по промокоду
«ЗИМА»

ISSN 2658-7076



2 3 0 1 2 >



9 1772658 1707006

Лучшая альтернатива майонезу
— майонез домашний

Рецепты приготовления
от нутрициолога
Екатерины АНДРЕЕВОЙ

30
стр

