

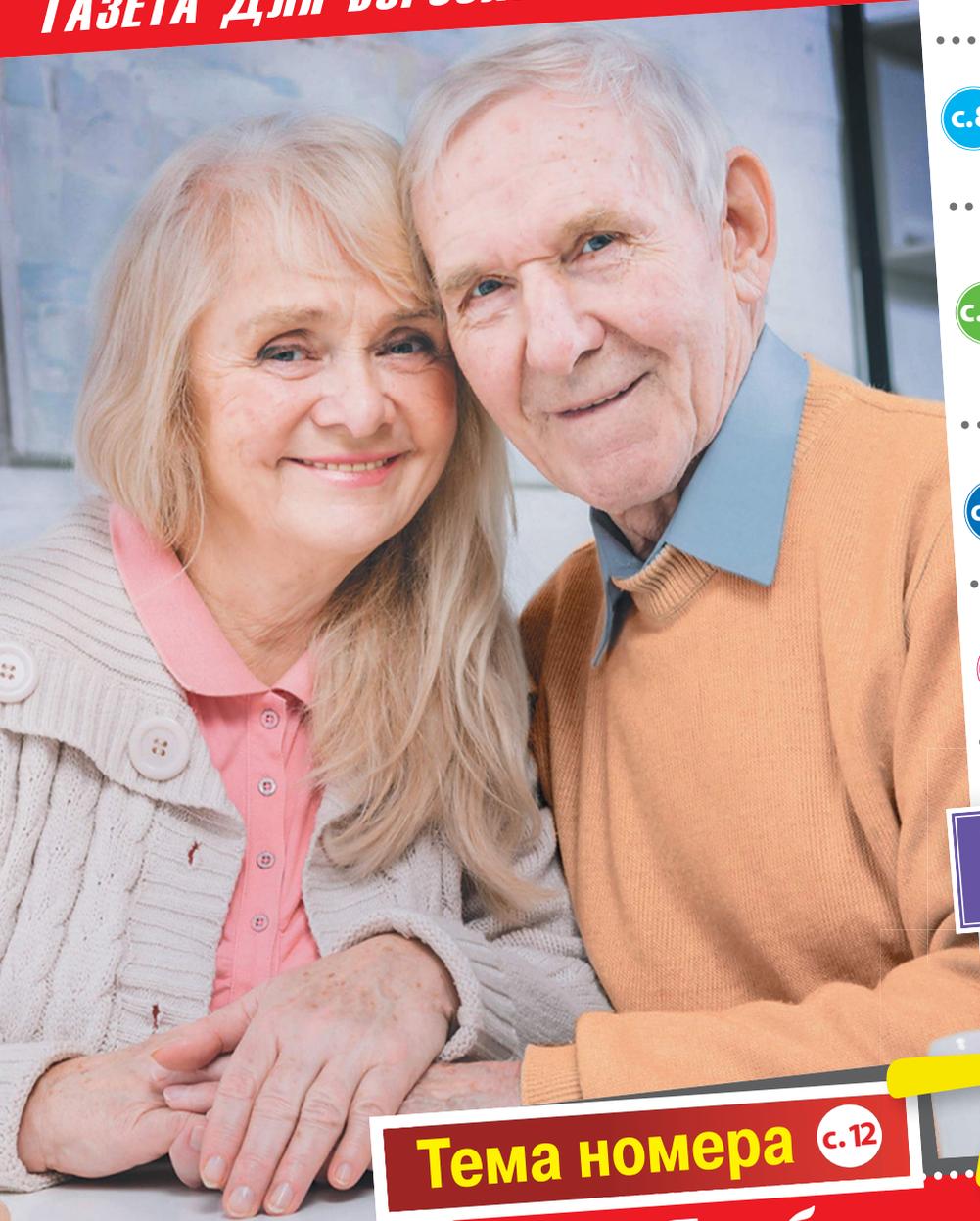
ПЕНСИОНЕРСКАЯ

ЗОРЬКА

ГАЗЕТА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ И СТАРШЕ

№1, январь 2024 г.

16+



с.5

БАНАНЫ
ДЛЯ СЕРДЦА
И НАСТРОЕНИЯ

с.8

ТИННИТУС —
ШУМ ТРЕВОГИ

с.11

СЛИВОЧНОЕ
ИЛИ
РАСТИТЕЛЬНОЕ?

с.15

ЧТОБЫ МОЗГ
РАБОТАЛ

с.18

ВЫРАЩИВАЕМ
ИМБИРЬ ДОМА

ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ
НА ФЕВРАЛЬ с.24

КРОССВОРД,
СКАНВОРД
И ГОРОСКОП

Тема номера с.12

«Я себе
не нравлюсь...»
Что делать?

Отсканируйте
и подпишитесь
онлайн!
Издание придёт
к вам домой!



Национальный

ISSN 2686-8458



9 772686 845008 2 4001