

Суперсоветы для всей семьи

16+

ПЛЮС  
ВНУТРИ  
3 полезные  
СХЕМЫ

# Сваты

ТОЛОКА

№ 13 (271), июль 2024 г.

**БОЛЕЗНИ С ПЛЯЖА**

**Опасности  
летнего отдыха  
у воды**

стр. 3

**СПОКОЕН,  
КАК РЫБА!**

стр. 5

**Научитесь...  
забывать**

стр. 9

**«Пивной живот» —  
миф?**

стр. 15

**6 выгод  
жизни без мобильного**

стр. 24

**Перевод  
с женского**

Эти 5 фраз мужчины должны понимать наоборот!

стр. 25

ISSN 2305-5693



2 4 0 1 3 >



9 772305 569094