



**СЕКРЕТ МУЖСКОЙ СИЛЫ:  
ТЕСТОСТЕРОН ЗА ВСЁ В ОТВЕТЕ**

с. 3

# ЗДОРОВЬЕ

ГАЗЕТА О САМОМ ЦЕННОМ

ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ /16+

№ 23 (1333), 2022 / 13 – 26 ДЕКАБРЯ

**«АЗБУКА» ГРИППА**

**Важно знать  
тип вируса**

с. 5 →

**ОСТЕОПОРОЗ**

**Зимой  
ещё опаснее**

с. 6 →

**«ЭЛЕМЕНТЫ» ДИЕТЫ**

**Рацион  
по анализам**

с. 10

**ЗВЁЗДЫ ПОДСКАЖУТ**

**Как встречать  
грядущий год**

с. 8-9 →

**»» ПЕВИЦА**

**Алиса МОН:**

**«Оставаться стройной  
мне помогает генетика»**

Фото предоставлены пресс-службой НТВ



9 771562 755431