

Суперсоветы для всей семьи

16+

ПЛЮС
ВНУТРИ
4 полезные
СХЕМЫ

Сваты

ТОЛОКА

№ 21 (279), ноябрь 2024 г.

**МЕНОПАУЗА:
отложить старость**

стр. 3

**ЧЕМ СНЯТЬ
ВОСПАЛЕНИЕ**

стр. 5

**Душевая кабина:
за и против**

стр. 7

**Прощание с...
запахом**

стр. 15

**ТРЕНИРУЕМ
ПУНКТУАЛЬНОСТЬ**

стр. 9

**ВЫПЕЧКА
БЕЗ СЕКРЕТОВ**

стр. 30

Куда спешим?

Почему торопыжки опаздывают к счастью

стр. 25

ISSN 2305-5693

2 4 0 2 1 >



9 772305 569094