

# Сваты

Энергия  
«третьего  
возраста»

ЛУННЫЙ  
КАЛЕНДАРЬ  
САДОВОДА-  
ОГОРОДНИКА  
НА ИЮЛЬ

14

№ 6 (129), июнь 2025

3

**ИСТОРИЯ**  
«хорошей  
девочки  
Лиды»

9

Без таблеток

«ЖЕЛЕЗНЫЙ»  
любимчик

24

На каждый день

**3 ПРОСТЫХ**  
**УПРАЖНЕНИЯ**  
для эластичности  
суставов

21

## ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ

В чем он?

16+

Толочка

ISSN 2313-5670



ПОДПИШИТЕСЬ  
С ЛЮБОГО МЕСЯЦА  
ПО ИНДЕКСУ П1213  
«ПОЧТА РОССИИ».



- ИСТОРИИ О ЖИТЬЕ-БЫТЬЕ
- ЗАБАВНЫЙ ТЕСТ
- УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ВИКТОРИНА
- НАРОДНЫЙ КАЛЕНДАРЬ