



**МЕЖПОЗВОНКОВЫЕ ГРЫЖИ  
МОЖНО ВЫЛЕЧИТЬ БЕЗ ОПЕРАЦИИ**

с. 3

**КАЛЕНДАРЬ  
МАГНИТНЫХ  
БУРЬ**

с. 14

# ЗДОРОВЬЕ

**ГАЗЕТА О САМОМ ЦЕННОМ**

ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ /16+

№ 4 (1386), 2025 / 25 ФЕВРАЛЯ – 10 МАРТА

**Гимнастика  
от храпа**

с. 7 →

**Внимание!**

**Сезон  
аллергии  
уже начался**

с. 6 →

**Счастливый  
брак –  
лекарство  
от депрессии**

с. 11 →

**Слабый  
пульс –  
признак  
гипотиреоза**

с. 9 →

**ГОТОВИМ  
ПОЛЕЗНЫЕ БЛИНЫ**

