

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РЕДАКЦИЮ



О самоУВАЖЕНИИ

Как обозначить суть здоровья одним словом?

Героиня нашей рубрики «В гостях у звезды» (с. 8) **Слава Фролова**

дает точное определение: «Есть только один путь к настоящему здоровью и хорошему самочувствию –

самоуважение, а значит борьба с собственным невежеством».

Вопрос женского самоуважения особенно ярко раскрывается в материале «**Ядовитый нарцисс**» (с. 46). Это интервью с Таней Танк, автором сенсационной книги «**Бойся, я с тобой**», о людях, которых на языке психиатрии называют перверзными нарциссами. Если вы выбрали в спутники жизни Рокового и Неотразимого, общение с ним способно разрушить вашу личность, здоровье, а иногда и жизнь. Эта книга – первый глубокий анализ явления, которое в наше время приобрело пугающие масштабы. Черты зловещего нарциссизма наблюдаются у 4 людей из 100! Автор дает алгоритм, помогающий распознать манипулятора и выйти из деструктивных отношений с наименьшими потерями.

Когда я как редактор работала с этим материалом, сюжеты из прошлого оживали в моем сознании. Не сомневаюсь, эта тема окажется близкой многим нашим читательницам. Я думаю, чтобы уберечь своих дочерей от подобных встреч, очень важны правильные ориентиры в семье и **передача женских инициаций от мамы к дочери** (с. 52). Даже если вам не случилось родиться в идеальной семье, есть способы преодолеть невежество – сейчас открыты многие знания. Берите!

Татьяна Степанова
главный редактор

Помоги ребенку полюбить фрукты.

56

32

Сохранить женское здоровье летом.



С НАМИ РАБОТАЮТ ЛУЧШИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ



Владимир Берсенов
к.м.н., невропатолог,
засл. врач Украины



Леся Ковальчук
психолог



Екатерина Яценко
к.м.н., невролог



Владимир Собоцкий
д.м.н.,
рефлексотерапевт



Елена Тананко
косметолог-эстетист



Ирина Шалабанова
семейный врач



Анастасия Нагорная
фитнес-тренер



Лариса Бойченко
гастроэнтеролог,
диетолог

Растения для ритуалов красоты.



14