

САМЫЙ ДОСТУПНЫЙ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

# ТЕЛЕПРОГРАММА

13-19 ноября

# ИНТЕРЕСНАЯ НЕДЕЛЯ

№ 45 (45)

16+

10 ноября 2023 г.

Выходит один раз в неделю

10 составляющих  
долгой жизни

Подробности на стр. 5

4

страница

Какие лекарства  
можно вернуть  
в аптеку

8

страница

Ирина АЛФЕРОВА:  
«До второго курса  
спала в обнимку  
с куклой»

19

страница

Топ-5 полезных  
и вредных продуктов

21

страница

Сеем цветы  
под зиму

## ИМЕНИННИКИ НЕДЕЛИ

**13 ноября** – Александр, Алексей, Анатолий, Артемий, Василий, Герман, Иван, Иннокентий, Кузьма, Леонид, Николай, Петр, Роман, Сергей, Степан, Трофим, Федор, Яков.

**14 ноября** – Адриан, Александр, Давид, Денис, Дмитрий, Елизавета, Иван, Кузьма, Петр, Сергей, Ульяна, Федор, Яков.

**15 ноября** – Константин.

**16 ноября** – Александр, Анна, Богдан, Василий, Викентий, Владимир, Евдокия, Иван, Илья, Иосиф, Кузьма, Николай, Павел, Петр, Семен, Сергей, Федор, Федот.

**17 ноября** – Александр, Евгения, Иван, Илья, Николай, Порфирий, Степан.

**18 ноября** – Гавриил, Галактион, Григорий, Памфил, Тимофей, Тихон.

**19 ноября** – Александра, Анатолий, Арсений, Василий, Виктор, Гавриил, Герман, Клавдия, Константин, Никита, Николай, Нина, Павел, Серафима.

## ЗНАМЕНАТЕЛЬНЫЕ И ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ НЕДЕЛИ

**13 ноября** – Всемирный день доброты, Международный день слепых, народный праздник Спиридон и Никодим.

**14 ноября** – Всемирный день борьбы с диабетом, Международный день логопеда, День социолога в России, народный праздник Кузьминки.

**15 ноября** – День вторичной переработки, празднование в честь иконы Божией Матери Одигитрии, именуемой Шуйской; народный праздник Акиндин и Пигасий.

**16 ноября** – Всемирный день философии, Всероссийский день проектировщика, День отказа от курения, народный праздник Анна Холодная.

**17 ноября** – Международный день студентов, Международный день недоношенных детей, народный праздник Ерема – сиди дома.

**18 ноября** – День рождения Деда Мороза, народный праздник День Ионы.

**19 ноября** – Международный мужской день, Всемирный день памяти жертв дорожно-транспортных происшествий, народный праздник Павел Ледостав.

ISSN 2782-4063



9 772782 406004



2 3 0 4 5 >