

САМЫЙ ДОСТУПНЫЙ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

ТЕЛЕПРОГРАММА

9-15 октября

ИНТЕРЕСНАЯ

НЕДЕЛЯ

№ 40 (40)

16+

6 октября

2023 г.

Выходит один раз в неделю

Как уменьшить
проблемы с памятью

Подробности
на стр. 5

9 октября – Всемирный день почты, День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в битве за Кавказ, День Специальной пожарной охраны МЧС России, День прославления святителя Тихона – патриарха Московского и всея Руси, День преставления апостола и евангелиста Иоанна Богослова, народный праздник Иван Богослов.

10 октября – Всемирный день психического здоровья, Всемирный день борьбы со смертной казнью, Международный день каши, народный праздник Савватий Пчельник.

11 октября – Международный день девочек, Всемирный день борьбы с ожирением, Всемирный день против боли, День Республики Башкортостан, народный праздник Харитонов день, 60 лет актеру и телеведущему Игорю Вернику.

12 октября – Всемирный день зрения, Всемирный день борьбы с артритом, День кадрового работника в России, народный праздник Феофан Милостивый.

13 октября – Всемирный день яйца, Международный день по снижению риска бедствий, народный праздник Михаил Соломенный.

14 октября – Покров Пресвятой Богородицы, Всемирный день стандартов, День работников запоедного дела в России, День памяти преподобного Романа Сладкопевца, народный праздник Покров, 180 лет назад впервые прозвучал «Свадебный марш» Мендельсона, 60-летие со дня рождения кутюрье Валентина Юдашкина.

15 октября – День отца в России, День работников пищевой промышленности, День работников дорожного хозяйства в России, День создания адресно-справочной службы России, Международный день белой трости, Всемирный день мытья рук, Международный день сельских женщин, День памяти священномученика Киприана и святой мученицы Иустины, народный праздник Куприян и Устинья.

8

страница

Наталья БОЧКАРЕВА:
«Не стоит навязывать
детям свою волю»

16

страница

Польза каши для
фигуры и здоровья

18

страница

Почему таблетки
от давления
не работают?

20

страница

Храним овощи
в квартире:
10 простых советов

ИМЕНИННИКИ НЕДЕЛИ

9 октября – Александр, Афанасий, Владимир, Дмитрий, Ефрем, Иван, Николай, Тихон.

10 октября – Акулина, Аристарх, Виктор, Герман, Дмитрий, Игнатий, Марк, Михаил, Петр, Федор.

11 октября – Александр, Алексей, Анатолий, Анна, Афанасий, Валентин, Василий, Вячеслав, Георгий, Григорий, Ефрем, Иван, Иларион, Илья, Исаакий, Кирилл, Макар, Мария, Марк, Матвей, Моисей, Прохор, Сергей, Татьяна, Ульяна, Федор.

12 октября – Иван.

13 октября – Александр, Александра, Алексей, Василий, Вячеслав, Григорий, Леонид, Матвей, Михаил, Петр, Полина, Семен.

14 октября – Александр, Алексей, Вера, Георгий, Иван, Михаил, Николай, Петр, Роман.

15 октября – Андрей, Анна, Борис, Василий, Георгий, Давид, Иван, Константин, Михаил, Петр, Степан, Федор.

ISSN 2782-4063



9 772782 406004



2 3 0 4 0 >