

Сваты

Энергия
«третьего
возраста»

ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ
САДОВОДА-
ОГОРОДНИКА
НА НОЯБРЬ

14

На пенсии

№ 10 (121), октябрь 2024

7

**Досье
на осенне-
зимнее меню:
кому нельзя
квашеную
капусту и хурму?**

8 **Легко**

**«КНОПКА ВЫКЛЮЧЕНИЯ»
ГОЛОВОКРУЖЕНИЯ.**

**Она есть
у каждого!**

9 **Неожиданно**

**СУСТАВАМ
ПОМОЖЕТ...**

сало

Истории наших читателей

«БОРЩ БЕЗ ДЕРЕВЬЕВ»

и бабули-каскадеры

3, 12

16+

Толочка



ПОДПИШИТЕСЬ

НА 2025 ГОД ПО ИНДЕКСУ П8090
«ПОЧТА РОССИИ»! ВЫГОДА 16%!



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