



# Бабушкины рецепты

еженедельная газета издается с 2002 года

«лечить нас все же бабушки умели»

У газеты «Бабушкины рецепты»  
есть сайт

**br-online.ru**

Вы можете найти на нем  
информацию, не вошедшую в  
газету, а также выпуски газет  
прошлых лет.

## Как похудеть быстро и эффективно

Очень часто нам хочется похудеть  
как можно быстрее: например,  
впереди важная встреча, на  
которую просто необходимо надеть  
элегантное платье, в котором ты  
будешь выглядеть великолепно.  
А если не сбросить несколько  
килограммов, то надеть его не  
получится. Да и, в конце концов,  
лишний вес не полезен для здоровья.

К счастью, существует несколько  
способов серьезно сбросить вес бы-  
стро и без вреда для организма. Глав-  
ное, что при этом все эти способы не  
имеют обратного эффекта, то есть,  
за короткий срок избавившись от  
килограммов, ты их не приобретешь  
заново с той же скоростью. Перед то-  
бой эти способы.

Продолжение на стр. 2

Газету «Бабушкины рецепты»  
и «Чудесные исцеления и  
целительные чудеса» можно  
приобрести в почтовых  
отделениях «Почты России»,  
а также в магазинах «Магнит»  
и других сетях.

Предупреждаем, что газета не является  
учебником по медицине и пособием по лечению  
болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты,  
проконсультируйтесь с врачом! Могут быть противопоказания! Помните, речь идет о  
Вашем здоровье! Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных  
читателями. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов.  
Мнение редакции может не совпадать с мнением автора публикации.

## Нестандартные рецепты красоты

Эти рецепты дешевые и очень  
эффективные. Применяйте их  
для ухода за Вашей кожей, и она  
скажет Вам «спасибо».

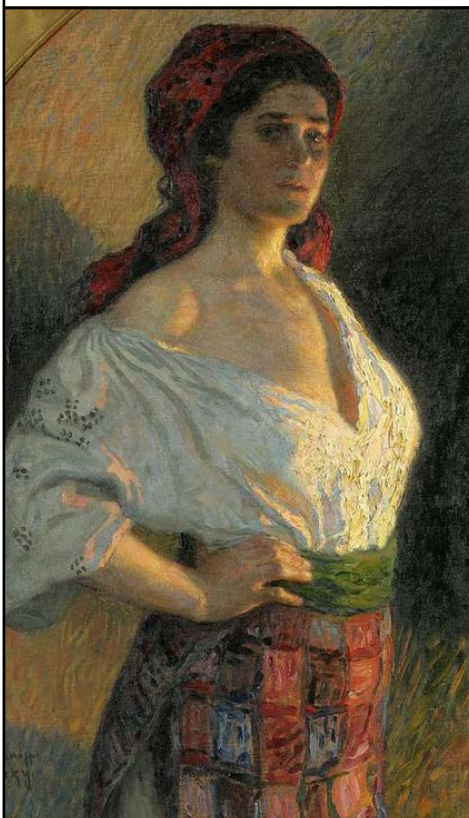
### 1. Перекись водорода

Всем известное дезинфицирующее и  
дезодорирующее средство, абсолют-  
но безвредное и найти его можно в  
каждом доме. Мы очищаем ей уши и  
прикладываем к порезам, чтобы оста-

новить кровь, но, оказывается, и для  
нашей внешности она может быть по-  
лезна.

Если вы любите поковырять на лице  
прыщики или сами выдавливаете чер-  
ные точки (что не рекомендуется де-  
лать, но все-таки многие делают), то  
перед этим не забудьте хорошенько  
смочить кожу перекисью водорода.

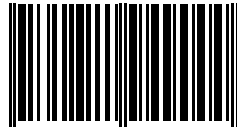
Продолжение на стр. 4-6



## СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

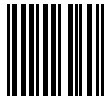
- Маски для лица с  
касторовым маслом
- Как похудеть быстро  
и эффективно
- Нестандартные  
рецепты красоты
- Как избавиться от  
отёков
- Выводим соли из  
организма
- Аспирин для  
профилактики  
тромбоза: когда его  
лучше пить
- И многое другое

ISSN 1811-9492



9 771811 949000

2 2019



&gt;