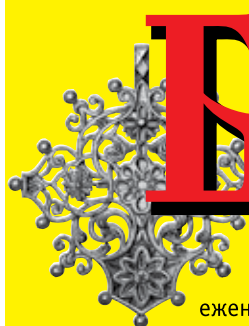


советы от всех болезней

500
рублей
в каждом номере

16+



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.

СОВЕТЫ ИЗ РЯЗАНИ

Лучше меньше



Если при обильном застолье вы запасаетесь фастфудом и считаете, что так легче справиться с обильной едой, не нанося вреда своему здоровью, то глубоко ошибаетесь. Лучше съесть треть того, что лежит на тарелке, но справиться с этим самостоятельно, чем выпить таблетки, которые помогают усвоить много еды, и получить осложнения. Ферменты можно принимать только тогда, когда к этому есть показания или вам их посоветует врач.

Если у вас гастрит

Если у вас хронический гастрит, вам важно знать, что важнейшим моментом является исключение факторов, которые могут травмировать слизистую желудка - это грубая, кислая, острая, перченая пища, алкоголь, кофе, очень горячая или холодная еда.

Продолжение на стр. 11

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

НАПИТКИ ВРЕМЕН ДРЕВНЕЙ РУСИ, УКРЕПЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ

В далёком прошлом, когда не было современных медикаментов и оборудования, лечить тоже умели. Только для этого использовали весь потенциал всего, что было под рукой, в особенности, растений.

Поэтому из древнерусских времён до нас дошло немало рецептов тех же напитков, о реальной пользе которых мы даже не догадываемся. И совершенно напрасно, ведь имен-

но с их помощью тысячу лет назад укрепляли здоровье и даже лечили некоторые болезни.

Читайте продолжение
на стр. 2



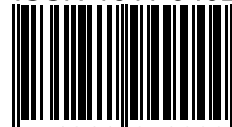
СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- За печенью своей следите, орган этот берегите
- Натуральное средство поможет отпугнуть насекомых
- Лук для счастья и здоровья
- Не крутите позвоночник!
- Немного о майоране
- О пользе березового гриба
- О чём предупреждают мозоли?
- И многое другое

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.

ISSN 1811-9492



9 771811 949000

24019



>