

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.

ВОССТАНОВИТЬ ПОЗВОНОЧНИК



Каждый вечер перед сном в течение 1,5 месяцев вы должны съедать:

1 плод инжира, 5 сушеных абрикосов (кураги), 1 плод чернослива.

Они содержат вещества, которые вызывают восстановление тканей, составляющих межпозвоночные диски. Они делают их более устойчивыми и упругими. Позвонки начинают сами становиться на отведенные им природой места, без внешней мануальной коррекции.

Попробуйте - и вы не узнаете свой позвоночник! Определенные элементы содержатся в каждом плоде в отдельности, а при их смешении получается лекарство. Крайне полезное и для мужчин и для женщин.

Этот рецепт подарили спортсмены-олимпийцы, которые таким образом восстанавливали позвоночник после тяжелых физических нагрузок.

Васильченко Т.К., г. Москва

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

СКОЛЬКО БЕЛКА НАМ НУЖНО УПОТРЕБЛЯТЬ

Считается, что в здоровом питании должно присутствовать много белковых продуктов. Они необходимы для нормальной жизнедеятельности организма, для успешного похудения и поддержания нормального веса. Но сколько это - «много»? Как вы думаете, сколько белка вы съедаете, например, зайдя в Макдональдс и запив молочным коктейлем один Биг-Мак? Оказывается, эта одна-единственная порция содержит белка в два-три раза больше ежедневной нормы. То есть, люди склонны съесть намного больше протеина, чем им нужно. → стр. 11



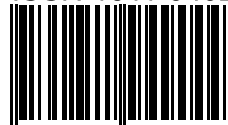
СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Лечим грибок
- Как улучшить работу кишечника
- О важности правильного сна
- Сколько белка нам нужно употреблять
- Чем полезны четки?
- О чем говорит неприятный привкус во рту
- Эликсир Клеопатры
- Секрет здоровья предков
- И многое другое

Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению

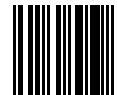
болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с врачом! Могут быть противопоказания! Помните, речь идет о Вашем здоровье! Редакция не несет ответственности за содержание рецептов, присланных читателями. Редакция не несет ответственности за содержание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

ISSN 1811-9492



9 771811 949000

24034



>