

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.



Как достичь стройности и сохранить ее навсегда?

1. Питьевой режим. Часто, когда вы хотите есть, вы хотите пить. И это правда. Попробуйте провести небольшое исследование: каждый раз, когда чувствуете голод, сначала попейте. Если чувство не прошло — это действительно голод. В противном случае это была жажда.

2. Больше двигайтесь. У меня во дворе гуляет много мам с колясками. И вот интересное наблюдение: стройные мамы всегда ходят пешком всю прогулку, а полные сидят на лавочке и читают. Возможно, книги о похудении.

3. Откажитесь от чаепития. Ну, или пусть это будет вкусный чай с фруктовыми добавками без сахара и плюшек. Это заставит вас и обед не пропускать, и не переедать «незаметно» для себя.

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.

Рецепты из Волжского



Искренне верю, что
предложенные мной
средства лечения помогут
многим людям избавиться
от заболеваний и снова поверить
в силу народной медицины.

При боли в спине, вызванной из-
носом позвоночных дисков, надо
залить подсолнечным маслом так,
чтобы оно покрыло, горсть травы

горькой полыни, довести до кипения, прокипятить 3-4 минуты, после остывания процедить, а вечером смочить в приготовленном масле кусочек льняной ткани, приложить ее к спине, прикрыть целлофаном, зафиксировать повязкой и спать так до утра. После 4-5 таких ежевечерних компрессов спина перестанет болеть.

Продолжение на стр. 2



СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Народные рецепты для похудения
- Решаем проблемы опорно-двигательной системы
- Как убрать запах лука изо рта
- Как бороться с коксартрозом, воспалением суставов
- Если беспокоит киста
- Еда против рака
- Как прожить лет до ста
- 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

23004



>