



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.

РЕЦЕПТЫ ИЗ КОПИЛКИ



Колит

В стакан кипятка всыпать по 1 ч. л. шалфея, ромашки и золототысячника. Настоять. Пить по 1 ст. л. через каждые 2 часа.

Через 2-3 месяца дозу можно сократить. Этот напиток очень полезен, пользоваться им можно без вреда для организма.

Обязательное условие: соблюдать диету:

- употреблять большое количество овощей,
- отказаться от соленого, жареного, острого, копченого, жирного, сладкого.

Депрессия

Залить 2 ч. л. зверобоя стаканом кипятка. Дать настояться 10 минут.

Выпивать по 2 стакана настоя ежедневно в течение 4-6 недель.

Белова Р.С., г. Волгоград

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

СУХОФРУКТЫ ВМЕСТО ТАБЛЕТОК И ВИТАМИНОВ

Сушеные финики - прекрасный заменитель конфет. Они такие же сладкие, но в них меньше калорий и много клетчатки, помогающей очищению кишечника. Финики укрепляют иммунитет. Их рекомендуется есть при простуде, анемии, дистрофии и депрессии.

Если у вас плохое настроение и хроническая усталость - это явные симптомы нехватки каких-то жизненно важных веществ, а финики безумно богаты ими! В них содержатся: каль-

ций, железо, калий, магний, медь, цинк, фосфор, натрий, алюминий, кадмий, кобальт, сера, бор, марганец, провитамин А, витамины Р, С, В1, В2, В6, бета-каротин. → стр. 11



СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Полезные продукты при болезнях щитовидной железы
- Гипертония
- Йод - да не тот
- От шума помог прополис и лавровый сок
- Полба - каша «из сказки»
- Старинный рецепт от вросшего ногтя
- Старческое лентиго
- Сухофрукты вместо таблеток и витаминов
- 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

2 5027 >

