



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.

Эффективные способы разжижения крови без таблеток

В пандемию коронавируса
проблема тромбоза вышла на
первый план. Тромбы вызывают
инфаркты и инсульты и могут
стать причиной смерти.
Давайте разберёмся, можно
ли избежать тромбоза и
сделать кровь менее густой без
лекарств.

Почему образуется тромб

Тромб спасает нас от потери крови.
Без него кровь из раны просто вы-
текла бы. Но у этого процесса есть
обратная сторона.

Продолжение на стр. 4

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

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.

Как приготовить макароны, чтобы похудеть?

Необычное исследование, которое перевернет ваш взгляд на диету

Если собираетесь похудеть, то
лучше вернуть в рацион пасту,
лапшу и другие макаронные изделия.

У большинства людей макароны ассоциируются с прибавкой в весе, желающие похудеть в первую очередь вычеркивают пасту и лапшу из своего рациона. Углеводы получили среди худеющих жуткую репутацию,

однако все не так плохо, как мы привыкли думать. Медики провели эксперимент о влиянии разогрева пищи на состав отдельных блюд. Выяснилось, что разогретые макароны вызывают наиболее медленное повышение уровня сахара в крови. Но обо всем по порядку.

Продолжение на стр. 2



СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Как справиться с жировиком
- Зеленый чай + лимон для снижения риска раковых заболеваний
- Омоложение кожи лица народными средствами в домашних условиях
- Как правильно дышать
- При ушибах, ранах и растяжениях
- И многое другое

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

ISSN 1811-9492



9 771811 949000

2 2005



>