

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.

ГОВОРЯТ, ЧТО ЕСЛИ...

- Делать медные аппликации на гланды на ночь, то пройдет начинающаяся ангина, прекратится першение в горле. Брать современную 50-копеечную монету либо 3-копеечные монеты до 1961 года. Почистите их наждачной шкуркой или поварите в соляном растворе 5 минут (1 столовая ложка соли на стакан воды), затем обмойте в проточной воде.
- Употреблять ежедневно плоды киви, то они повышают мужскую потенцию и благоприятно сказываются на потомстве. Плоды киви содержат витамина С в 2 раза больше, чем апельсины, а также много калия.
- Взять кусочек ткани примерно 10x10 см, которым долгое время накрывали ульи для пчел, положить на закрытую марлей кастрюлю с только что закипевшей водой и делать ингаляции, то через 5-6 сеансов застарелый бронхит как рукой снимет.

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

КАК ВЫСПАТЬСЯ ЗА КОРОТКОЕ ВРЕМЯ: ПРОСТЫЕ СОВЕТЫ

Вечный недосып - проблема почти каждого современного человека. В погоне за желанием все успеть мы зачастую вынуждены жертвовать временем, уделяемым сну. Некоторым отсутствие сна дается легко, а у других вечное полусонное состояние вызывает жестокие страдания.

Возможно ли в нашем суетном мире с напряженным рабочим графиком, огромными объемами информации и прочими благами цивилизации найти способ, как спать мало и высыпаться? Да, существуют «секретные технологии», позволя-

ющие выспаться за 5 часов. Но они не всегда работают и далеко не всем подходят, а вот сократить время сна с 10 до 7-8 часов вполне может любой. Нужно лишь выработать у своего организма правильные привычки. → Стр. 11



СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- **Будь осторожен с марганцовкой**
- **Депрессия**
- **Для здоровья костей**
- **Выведение шлаков и токсинов из организма**
- **Дыхательная гимнастика как способ бросить курить**
- **Как сохранить мозг молодым и здоровым**
- **Головокружение: причины и способы лечения**

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



2 5 0 2 0 >



9 771811 949000