

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.

## НОРМАЛИЗАЦИЯ КРОВЕТВОРЕНИЯ



Здравствуй БР! Поделюсь  
своими рецептами.

### Рецепты при анемии

- Как можно больше употреблять плоды рябины черноплодной.
  - стакан томатного сока и столовую ложку меда пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.
  - 8 столовых ложек листьев и корней ежевики варить 1 час на маленьком огне в закрытой посуде, не доводя до бурного кипения. Добавить 1 л красного вина, настоять 7 дней.
- Принимать по 50 г 3 раза в день до еды.

При малокровии и истощении употреблять в качестве поливитаминного средства настой рябины: залить 2 стаканами кипятка 2 ст. ложки плодов, настоять и добавить сахар, пить 3-4 раза в день по 1/2 стакана.

Белова Ирина, г. Клин

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

## ТРАВЫ, КОТОРЫЕ СНИЖАЮТ АППЕТИТ

Многим интересно знать, какая трава снижает аппетит и как ее можно использовать. На самом деле, не стоит ждать эффекта, как от сочного стейка: любой чай поможет лишь в некоторой степени снизить аппетит, но вряд ли это сработает, если вокруг вас витают соблазнительные запахи или если вы рассматриваете аппетитные изображения еды.

Для того чтобы действительно перестать хотеть есть. Важно оградить себя от разговоров о еде, от ее изображений

и запахов - в этом случае ваша фитотерапия будет более эффективной.

Продолжение на стр. 4



## СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Вылечит корень хрена
- Гимнастика для курящих
- Диета при изжоге
- Для нормализации кроветворения
- Для укрепления сердца
- Для улучшения памяти
- Если проблемы с щитовидкой
- Как вывести мокроту из легких
- Как лучше всего успокаивать нервы
- Как поднять жизненный тонус

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

24043



&gt;