

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.

ПОЧЕМУ СЕЛЕН ВАЖЕН ДЛЯ ОРГАНИЗМА

Мощный антиоксидант

Элемент Селен - это вещество, которое способно помешать свободным радикалам (молекулы которых обладают разрушительной активностью) повреждать клеточную структуру нашего организма. Клетки-радикалы образуются в результате обмена веществ, но неправильный образ жизни (курение, алкоголь, стресс), вызывает их переизбыток и отравление организма.

Сильный иммуномодулятор

Селен способен во много раз усилить защитные силы человека. При нормальном количестве этого вещества, на 77% снижается риск возникновения эндокринных расстройств организма. Общий уровень заболеваемости понижается почти на 50%.

Продолжение на стр. 6

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

ЗАРЯЖАЕМСЯ ЭНЕРГИЕЙ

Мы пережили праздники, пережили зиму, и силы наши на исходе. Стратегические запасы витаминов подходят к концу, день прибавляется медленно, и вот уже хочется впасть в спячку как бурый мишка, но важные (да и не очень) вещи заставляют нас снова и снова вставать по утрам.

Есть люди, которые энергичны сами по себе. Они как вечные двигатели, все время спешат куда-то, торопятся, у них масса дел, стремлений и желаний. Всегда хотелось относиться именно к этой категории граждан. Но, увы, желание впасть в спячку пока перевеши-

вает. Поэтому встал вопрос, как разбудить энергию внутри себя, особенно под конец дня. Ведь многим женщинам знакома ситуация, когда рабочий день близится к концу, а дома дел непочатый край, еще ребенок, муж, да и о себе надо не забывать.

→ стр. 4



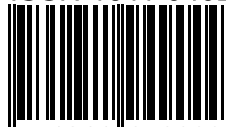
СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Можно ли понизить давление без лекарств
- Чистые сосуды
- Спасительные мази
- Десять мифов о пылевой аллергии
- Пережить весну
- Как улучшить способность запоминать
- Финики - лекарство от всего
- 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

24013



>