

# 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.

## ПРОСТУДУ БЫСТРО УБЕРЕМ



Расскажу, как мы всей  
семьей лечим простуду.

Этому рецепту меня на-  
учила свекровь, которая прожила  
98 лет. Что нужно делать?

### Настойка одуванчиков

Нарвать одуванчиков (подальше от шоссе), в литровую банку положить 200 цветочков (без стеблей) и залить водкой. Настоять месяц-два и процедить. Когда почувствуете приближение болезни этим составом натрите голову, виски, переносицу, смажьте в носу и закутайте голову тонким платком - (без целлофана), а затем - теплым. И ходите так, пока не высохнет. Повторяйте процедуру до выздоровления. Если першит в горле - выпейте глоточек настойки, не помогает - еще глоточек.

Рудская Екатерина Павловна,  
г. Сочи

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

## ЗИМА - ЭТО НЕ ТОЛЬКО СНЕГ, НОВЫЙ ГОД И МНОГО ВЫХОДНЫХ

Именно на холодные месяцы года приходится пик эпидемий гриппа и прочих вирусных заболеваний. Немало этому способствует предпраздничная атмосфера - люди торопятся в магазины, в школах и садах проводят детские утренники. Так существуют ли эффективные способы защиты и излечения от этого неприятного недуга?

### Ароматерапия

Это комплексное воздействие арома-  
тических молекул, как на наши обоня-

тельные рецепторы, так и на слизистую  
поверхность дыхательных путей.

Продолжение на стр. 2



### СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

- Фрукты граната  
вкушаем
- Главные продукты  
при варикозе
- Давление по чуть-  
чуть поднимала,  
от таблеток  
как от чумы бежала
- Еще и еще о суставах
- Как приготовить  
овсяный кисель  
Изотова
- Сбор от миомы
- Причины  
хронической  
усталости

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

24045



## ПОДПИСКА 2025

С 1-го сентября началась подписка на первое полугодие и годовая на 2025 год.

Будьте с нами!

«Подписные издания»

Официальный каталог ФГУП «Почта России»:

«Бабушкины рецепты»:

• полугодовой индекс: П4216.

• годовой индекс: П4220.

«Чудесные исцеления и целительные чудеса»:

• полугодовой индекс: П4221.

• годовой индекс: П4222.

Подписные индексы в Крыму через каталог периодических изданий Республики Крым и города Севастополь:

• 23361 - «Бабушкины рецепты»

• 23362 - «Чудесные исцеления и целительные чудеса»

Оставайтесь с нами!



### 500 РУБЛЕЙ В КАЖДОМ НОМЕРЕ!

500 рублей может получить каждый из вас, наши дорогие читатели! Присылайте ваши рецепты, рассказы о природе, наблюдения из жизни, стихи в рубрику «Лекарство для души» в адрес редакции. Мы выбираем двух авторов в каждом номере. Авторы этих писем получают денежный приз.

Победившие письма будут отмечены значком -

500  
рублей

Для получения денежного приза необходимы: паспортные данные, дата рождения, адрес и номер страхового пенсионного свидетельства.

## ЗИМА - ЭТО НЕ ТОЛЬКО СНЕГ, НОВЫЙ ГОД И МНОГО ВЫХОДНЫХ

Продолжение. Начало на стр. 1

Многие масла обладают антисептическими и иммуновосстанавливающими свойствами, другие расслабляют и успокаивают. К первой группе относятся: масло чайного дерева, розмарина, эвкалипта, корицы и гвоздики. Ко второй: масло лаванды, бергамота, иланг-иланга. Использовать их можно, как по отдельности, исходя из их полезных свойств и личного восприятия, так и в комбинации между собой. Если не хотите тратить на это время - можно приобрести в аптеке уже готовую смесь масел.

### Способы использования

• Аромалампа - для этого хорошо подойдет масло эвкалипта, лаванды (перед сном) или чайного дерева.

• Опрыскивание помещения из пульверизатора. Хорошо дезинфицирует помещение смесь из спирта, чайного дерева, гвоздики и эвкалипта. Использовать в комнате заболевшего каждый час.

• Влажная уборка - масла с антисептическими свойствами используются совместно с любым моющим средством.

• Горячая ванна с аромамаслами, например, с маслом лаванды или эвкалипта, хорошо помогает в самом на-

чале болезни. В качестве эмульгатора подойдет мед с молоком или вино. После этого, не забудьте про шерстяные носки и теплое одеяло.

• Ингаляции - на литр воды - по 2 капли масел эвкалипта, лимона, мяты и чайного дерева каждые 2 часа. Перед сном можно добавлять масло лаванды в той же пропорции.

• Растирания - в основе детский крем плюс любое эфирное масло с согревающим или противовоспалительным эффектом. Действенной всего проводить перед сном.

• Точечный массаж - например, «Звездочкой», отлично помогает растирание крыльев носа при заложенности и висков при головной боли. Вместо «Звездочки», попробуйте смесь мяты, эвкалипта и розмарина по 2-3 капли и основы в виде растительного масла в объеме 50 мл.

**Осторожно - использование эфирных масел без базы, вызывает ожоги!**

Кроме всего вышперечисленного, есть еще одно очень эффективное, «ароматное» и общедоступное средство - это чеснок! Пара зубчиков в день, являются действенной профилактикой от вирусных инфекций. А от неприятного запаха после, замечательно помогает петрушка.

Малахова Т.П., г. Краснодар

## ОТ МИОМЫ НЕ СТРАДАЕМ, СВОЙ СБОР ПРИНИМАЕМ



В 2010 г. мне поставили диагноз «эндометриоз, киста правого яичника, миома». Целый год я выполняла предписания врачей, принимала антибиотики, препараты железа. Но ни медикаментозная терапия, ни гормональное лечение результатов не дали.

С 2001 г. я стала покупать литературу с описанием народных методов лечения. Перепробовала очень многое. Но с эндометриозом мне помог справиться **следующий сбор**: трава пастушья сумка, корень змеевика (по 1 части), корень лапчатки и аира, трава спорыша и листья крапивы (по 2 части).

Две столовые ложки измельченной смеси надо залить 2 стаканами кипятка, кипятить 5 минут, затем перелить все в термос и выдерживать 1,5 часа. Принимать ежедневно по полстакана трижды в день за полчаса до еды.

Курс -1 месяц, затем перерыв 10 дней и повторный курс.

**Гемоглобин** я повысила благодаря гречневой муке. Принимала по столовой ложке трижды в день, запивая теплым молоком.

**От болей при менструации** я спаслась луговым клевером. Столовую ложку клевера заваривала стаканом крутого кипятка, настаивала полчаса и пила по полстакана трижды в день. Двух стаканов оказывалось достаточно, чтобы боли утихали. Диет я никаких не соблюдала.

Петрова Наталья, г. Новосибирск

## ЗВЕЗДНЫЕ СОВЕТЫ НОЯБРЯ

Число ноября	Фаза Луны/ Лунный день/ Луна в знаке	Рекомендации
11 Понедельник	Растущая Луна 10, 11 лунный день Рыбы	Преподобномученицы Анастасии Римляныни, преподобного Авраамия затворника и блаженной Марии, племянницы его. Хорошо продвигаются абсолютно любые, как важные, так и не очень дела. Неприятные события если и случатся, что само по себе маловероятно, то будут кратковременными и не принесут особо ощутимого вреда, но не стоит забывать, что это и день активизации агрессии - накал энергии может легко перейти в эмоциональные негативные всплески, исключите из застолья алкоголь. Займитесь гимнастикой для спины. Не сожалейте сегодня о потерях - потеряете здоровье.
12 Вторник	Растущая Луна 11, 12 лунный день Рыбы, Овен	День Озерянской иконы Божией Матери (помолитесь об избавлении от эпидемий и отдельных тяжелых случаев болезни). В народе - Зиновий-синичник (покормите сегодня птиц - привлечете хорошие новости). Следует остерегаться огня и острых предметов. День недели - вторник. Этот день находится под покровительством Марса, поэтому он полон энергии. Удача ждет сильных, волевых людей, в которых энергия бьет ключом. Удачны домашние бытовые дела, хороша профилактика застарелых болезней. Воплощение любых планов и замыслов приведет к желаемым результатам с наименьшими затратами сил с вашей стороны.
13 Среда	Растущая Луна 12, 13 лунный день Овен	День мученика Епимаха Александрийского (молитесь об укреплении веры). Никодимов день (день охотников и рыбаков - удача на их стороне) День финансового движения - удачны торговля, суды, переезды, путешествия. Однако в целом решить все дела поможет Ваша рассудительность; возможно обострение хронического заболевания, но не начинайте сегодня принимать никаких новых лекарств. Во вторую лунную фазу могут быть полезны физические нагрузки, именно в этот период хорошо начинать новые тренировки. Благоприятны изменения в абсолютно всех сферах деятельности, как в взаимоотношениях на личном плане, так и в деловом.
14 Четверг	Растущая Луна 13, 14 лунный день Овен, Телец	День бессребреников и чудотворцев Космы и Дамиана Асийских /Космодемьянов День (не берите сегодня деньги за сделанные Вами добрые дела; помолитесь о здравии; займитесь рукоделием). День справедливости: оцените себя сегодня адекватно - в чем Вы правы, и в чем - нет, это даст Вам новые силы к жизни. Активна поджелудочная железа. Плотно есть. Проводить процедуры по омоложению организма. Можно чистить печень. Активна гортань, органы речи, челюсть, зубы, система кровообращения. Беречь уши и горло в холодные дни.
15 Пятница	Убывающая Луна 14,15 лунный день Телец	День Шуйской-Смоленской иконы Божией Матери (просите об исцелении заболевания, охватившего семью, о мире и спокойствии в душе). день Акиндина и Пигасия (хорошо помянуть всех усопших). День труда Хорошее время, чтобы начать сопротивляться вредным привычкам. Возможно обострение интуиции. Появляется желание комфорта и уюта, хочется посетить театр или кино, расслабиться и вкусно поужинать в ресторане. Наиболее благоприятный день для разного рода важных начинаний. Можете смело продвигать свои предложения, они обязательно найдут отклик и будут приняты. Активен кишечник. Полезно сухое голодание. Меньше пить. Очищать желудок и кишечник. Благоприятна физическая нагрузка.
16 Суббота	Полная Луна 15, 16 лунный день Телец, Близнецы	День Иоанна-Молчальника (чем меньше слов Вы сегодня скажете, тем больше счастья привлечете). День домашних дел - сделайте их с любовью и усердием, не ленитесь. Ранее заключенные контракты могут принести первый результат, Вы почувствуете, как приобретаете опыт. 15 лунный день. День искушений. События зависят от того, по какому пути вы идете, а от ваших реакций на них - то, в какую сторону вас заведет тропинка судьбы. Очень велика вероятность осложнения отношений с близким окружением. Полная Луна оказывает самое существенное воздействие на все живое на Земле. Увеличивается кровоточивость ран, напоминают о себе хронические заболевания, обостряются душевные расстройства. Активна селезенка. Хороши физические упражнения и кровоочистительные процедуры. Не употреблять животной пищи. Делать специальную гимнастику плечевого пояса. Активны руки, легкие, эндокринная система.
17 Воскресенье	Убывающая Луна 16, 17 лунный день Близнецы	День преподобного Иоанникия Великого (помолитесь о здравии близких и друзей). В народе Ерема-сиди дома (не стоит сегодня без нужды уходить из дома, побудьте наедине с собой, если это возможно). Сегодня возрастает вероятность ссор и конфликтов из-за того, что многие посторонние люди захотят «заглянуть к Вам в душу». Довольно гармоничный день. Все находится в равновесии. Ощутим некоторый переизбыток сил, которые лучше всего направить в творческое русло или на физическую нагрузку, иначе энергия может найти выход в необдуманных, возможно, агрессивных поступках и действиях. Прекрасный период для освобождения от давних привычек, также можно попробовать что-либо новое. В отношениях - это время сближения и романтики на наиболее высоком уровне.



## ПЛОДЫ ГРАНАТА ВКУШАЕМ

*Плод граната - это невероятно разросшаяся субтропическая ягода. Бытует легенда, что в гранате ровно 365 зернышек - столько же, сколько дней в году. Но на самом деле семян в плоде может быть больше тысячи!*

Сок семян граната возбуждает аппетит, регулирует деятельность желудка и является хорошим антицинготным средством, а также обладает мочегонным, желчегонным, сильным обезболивающим, хорошим противовоспалительным и антисептическим действием.

Гранат является символом плодородия из-за множества семян. На Востоке цветки и плоды граната символизируют собой дружбу, поэтому, идя в гости, часто в качестве подарка берут с собой гранат. В христианском искусстве гранат стал символом надежды на воскрешение и бессмертие.

В магических целях зерна растения едят, а кожу плода носят для усиления фертильной функции организма. На Кавказе женщины считают, что если есть гранат во время беременности, то родится красивая дочка.

Гранат - растение удачи. Перед тем как съесть плод, загадайте желание, и оно может исполниться. Астрологи считают, что там, где бессильна медицина, сок граната поможет тем, кто родился под знаком Овна. Гиппократ прописывал сок граната при болях в желудке, корку плодов - при дизентерии и для заживления ран. В лечебных целях и поныне используются кора деревца и его корней, цветки, корка плодов, сок из зерен.

Зерна граната обладают противорвотными свойствами, поэтому очень помогают женщинам в период беременности, особенно при токсикозе. Кроме того, если беременная женщина будет включать гранаты в свой рацион, то они не только помогут ей избавиться от капризов, вызываемых токсикозом, но и будут способствовать укреплению здоровья ее плода.

Кстати, на Востоке считают, что если ребенку давать пить гранатовый сок, то его язык быстрее «развяжется», и он будет хорошо выговаривать слова.

**Гранатовый сок рекомендуется пить при желтухе, кожных заболеваниях, а также для нормализации функций селезенки.** При заболеваниях селезенки рекомендуется ежедневно пить свежавыжатый сок по полстакана 3 раза в день. Но специалисты рекомендуют пить гранатовый сок в разбавленном виде, так как в нем содержится много разных кислот, которые раздражают слизистую желудка и разрушают эмаль зубов. Сок нужно разбавлять кипяченой водой или соками других фруктов.

Вообще гранаты лучше употреблять утром натощак. Если при язвенной болезни желудка и других недомоганиях вас мучает рвота, то нужно взять гранат, испечь его на жару (как шашлык), выжать сок и выпить его. Это питье остановит рвоту. После прекращения рвоты несколько дней нуж-

но пить теплую воду с разбавленным в ней медом.

Плоды, кора, корни и цветы гранатового дерева обладают сильным вяжущим действием и повышают свертываемость крови. Поэтому они употребляются как хорошее средство при маточных кровотечениях. В этих случаях плоды нужно есть перед едой, они заодно возбуждают у вас аппетит. Они также участвуют в очищении крови и укреплении сердечной мышцы.

**Кожура граната является эффективным средством при расстройствах желудка, для прекращения поносов и колитов.** Высушенную кожуру граната нужно измельчить и 1 чайную ложку сырья залить стаканом кипятка. Поставить на огонь и кипятить в течение 10-15 мин. Настоять отвар в термосе в течение 2 часов и процедить. Взрослым пить по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды, а детям давать по 1 чайной ложке.

**Для изгнания ленточных глистов** нужно взять 60 г измельченной коры ствола или корней граната, залить 750 мл воды и оставить настаиваться 6 часов. Затем прокипятить, чтобы объем жидкости сократился наполовину, процедить, разделить отвар на 3 части и выпивать каждую часть через 1 1/2 часа. Через 2 часа после последнего приема принять слабительное. Для детей доза уменьшается до 1/6-1/3 принятой дозы.

Есть и другой метод избавления от глистов с помощью граната.

Плод граната вместе с коркой и перегородками надо поделить на 2 части, одну половинку залить стаканом кипятка, прокипятить 5 минут и 2 часа настаивать. Полученный отвар принимать по несколько глотков 3-4 раза в день. Достаточно выпить отвар 1-2 гранатов (4 стакана), - аскариды и глисты исчезнут.

### ВНИМАНИЕ!

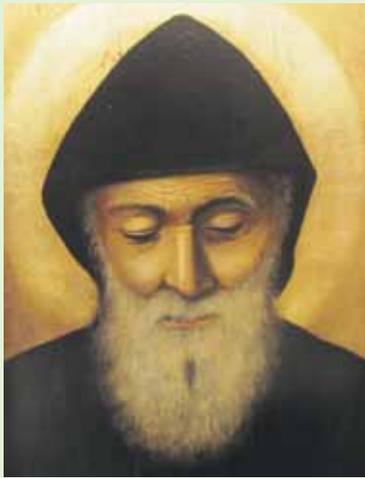
**Газета «Бабушкины рецепты» ждет ваших писем!**

Каждый материал должен быть основан на конкретных жизненных примерах и давать полное представление, как можно избавиться от недугов.

**ПИШИТЕ НАМ:**

**121108, г. Москва,  
ул. Пивченкова, д.3, корпус 3,  
ООО «Пресс-издатель».**

# СВЯТОЙ ШАРБЕЛЬ ЗНАМЕНИТ НА ВЕСЬ МИР



**Люди пишут ему письма на адрес монастыря и едут поклониться его гробнице из самых разных стран**

Он умер в своей келье в ночь на рождество 1898 года, ему было 70 лет. Его тело поместили в склеп при монастыре. А на следующий день жители Аннаии увидели над монастырем свечение. И наблюдали его еще в течение нескольких месяцев.

К гробнице потянулись люди, и начали происходить чудеса. После визита к Шарбелю и искренних молитв больные тяжелыми недугами поправлялись.

В монастыре есть небольшой музей, где мы лично видели кучу костылей, протезов, ортопедической обуви и шин, которые исцелившиеся бросали прямо в монастырь, как больше ненужные им.

## Кулон Святого Шарбеля

Цена **980 ₺**



## Икона Святого Целителя Шарбеля металлическая, лик

Карманный складень в кожаной обложке, внутри объемный металлический образ св. Целителя Шарбеля.

Оградит от болезней, поможет при заболеваниях.

Цена **1250 ₺**

Складень удобно носить с собой - сильный оберег для хозяина.



## Икона Шарбеля:

8,5x12,5 см

Цена **600 ₺**

6x9 см

Цена **500 ₺**



Артикул РИ-10015-3

## Монета из лечебного камня обсидиан с ликом Святого Целителя Шарбеля

для очищения и освящения воды и пищи.

Цена **1500 ₺**

Артикул РИ-10071



## Браслет с иконой Шарбеля

на любой размер, растягивается и стягивается

Носите его, он поможет при ваших недугах и оградит от неприятностей!

Цена: **998 р.**



## 9 исцеляющих образов Святого Целителя Шарбеля

изображенных на натуральном льне, разного размера. Образы можно прикладывать к больным местам.

Цена **1750 ₺**

Артикул РИ-10072



## «Святой Целитель Шарбель»

натальная иконка на тесемке из целительного камня обсидиан.

Цена: **999 р.**

РКИ-10006



**Заказ по тел.: 8-800-777-61-79**  
с 9:00 до 21:00 ежедневно

## ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Покупателям, не забравшим свой заказ, последующие заказы доставляются только при 100% оплате заказа.

## КАК ЭФФЕКТИВНО ОМОЛОДИТЬ ОРГАНИЗМ ПРОВЕРЕННЫМИ СРЕДСТВАМИ



*Вопросы омоложения организма и продления молодости волновали людей с давних пор - стоит только вспомнить историю и мифы разных народов. Поэтому и средства омоложения начали создавать очень давно - сотни и тысячи лет назад, так что сегодня при желании можно издавать множество книг по этой теме. Слишком глубоко, в древнейшие времена, мы здесь постараемся не забираться, однако вспомним о различных народных методах и способах омоложения организма.*

О чудодейственности некоторых из них ходят легенды, но на чудо рассчитывать не стоит, к тому же организм человека является чудом природы сам по себе. Если осознать, что ему приходится переносить и терпеть, оставаясь при этом работоспособным, да еще и восстанавливаться своими силами, нам станет «не по себе»: сколько же можно брать, ничего не давая взамен?

Методов омоложения организма «быстро и сразу» сейчас рекламируется много, и многие из них действительно дают хорошие результаты, но на не слишком долгое время. Уход за телом - это прекрасно, но омолаживать нужно изнутри, и весь организм, все органы и системы, а не только верхние слои кожи, волос и ногтей.

Народные способы омоложения организма отличаются доступностью и простотой, хотя не дают быстрых результатов: применять их надо годами, десятилетиями и вообще «всю оставшуюся жизнь». А продолжительность жизни, как и ее качество, как раз и зависит от бережного и внимательно-го отношения к себе и окружающему миру.

Большинство «эликсиров жизни» основано на мощных целебных свойствах растений, а их природа нам предлагает невообразимое количество.

### Тибетское средство омоложения организма

В народной медицине каждой страны есть свои средства и рецепты омоложения организма, но многие из них, благодаря использованию широко распространенных растений, можно считать универсальными. Так получилось с тибетским рецептом «чая вечной молодости»: он встречается во множестве источников, а содержит всем у нас известные почки березы, ромашку аптечную, цветки бессмертника и траву зверобоя продырявленного - все по 100 г. Рецепт очень простой, но о нем тоже сложены легенды, к которым стоит прислушаться. На-



пример, такая. Один пожилой мужчина услышал от людей, что в одном из отдаленных монастырей Тибета есть монахи, знающие секрет сказочного эликсира молодости, а живут они сотни лет. Долго искал он заветное место и, наконец, нашел монастырь. С сомнением обратился странник к одному из молодых монахов и спросил его, в самом ли деле есть такое средство? Молча достав баночки с упомянутыми выше сушеными травами, монах взял их по горсти, насыпал в глубокую чашу, перемешал и плотно закрыл - до вечера.

Мужчина же отправился гулять по окрестностям, любуясь прекрасной природой и наблюдая за простой и мирной жизнью обитателей монастыря, а вечером вернулся в келью юного монаха. Последний заварил кипятком щепотку травяной смеси, через некоторое время дал мужчине выпить половину, добавив мед, и сказал, чтобы тот более ничего не пил и не ел до утра. Утром, выпив остатки подогретого монахом настоя, странник удивленно спросил: неужели это и есть чудесный эликсир? А монах ответил, что ему про то неизвестно, но напиток из этих трав он пьет уже полтора века.

Уточним еще раз **способы приготовления и приема настоя**. На 500 мл кипятка - 1 ст.л. сбора, настоять под

крышкой (в термосе) полчаса-час, процедить. Выпить половину настоя с 1 ч.л. меда после ужина, теплым, до утра не есть и не пить больше ничего. Утром подогреть вторую половину и выпить с медом натощак. Настой принимать, пока вся смесь не закончится; не менять ничего в составе и пропорциях. Сырье можно купить в аптеке или собрать в экологически чистых зонах; хранить в сухом темном месте, в закрытой стеклянной (керамической) емкости; измельчать тщательно - можно в кофемолке. Повторять курс каждые 5 лет.

### Народный сбор восстановления молодости

Сбор следующих трав (спорыш обыкновенный, эхинацея пурпурная (стебли), орешник (листья), гречиха (цвет, листья), эспарцет (род бобовых растений) - цветущие веточки, ярутка полевая (стебли) считается эффективным для восстановления физической и умственной молодости, поддерживающим здоровье суставов и мочеполовой системы, продлевающим жизнь. Сырье измельчить, смешать в равных частях, заварить стаканом кипятка 1 ст.л. смеси, варить 5 минут на малом огне.

Настоять под крышкой (в термосе) 4 часа. Пить 3-4 раза в день за полчаса до еды, по 100-50 мл, в течение 1-1,5 месяцев. Курс для омоложения организма желательно повторять 4 раза в год.

**Настойка шалфея рекомендуется пожилым людям для омоложения организма, восстановления сил и энергии.** На 90 г травы - 400 мл воды и 300 мл спирта. Держать в плотно закрытой стеклянной таре на солнце 40 дней, периодически взбалтывая. Процедить. Пить по утрам и вечерам, разбавляя водой 1:1, по 1 ст.л., пока средство не закончится.

### Омолаживающие свойства проростков

Проростки злаков известны своими яркими биоактивными свойствами для омоложения организма. Не только пшеница, но и рожь, овес, кукуруза и др. Не во всех магазинах можно найти проростки, зато их можно сделать самим, это гораздо более полезно и натурально. И так. Зерна перед проращиванием заливают водой, удаляют всплывшие - они бесполезны, остальные тщательно промывают несколько раз. Выкладывают

## ЛЕКАРСТВО ДЛЯ ДУШИ

Добрый день, уважаемая редакция «БР»! Вот и прошло лето, и пол-осени. Время неумолимо движется вперед. Еще живут в памяти летние деньки и все впечатления, полученные летом. Мое стихотворение, завершенное в эти дни - для Вас.

### ЛЕС

Зеленый лес!  
Он - наше все!  
Для нас он сердце и душа!  
А без него - ну, как без рук,  
И не туда и не сюда...  
Оберегайте лес от вырубки бездушной,  
От безразличия, тонкой суеты.  
Ведь древ могучих ствол,  
И ветви, и листья -  
Пример кристальной чистоты.  
План сохранения его  
Продумав в мелочах  
Нам надо всем поторопиться...  
Иначе - может плохо получиться...  
Лес дарит все, чем он богат,  
Не попросив за это платы,

Взамен - лишь каплю доброты,  
Хоть должен он просить - награды...  
Как хочется нам иногда  
Припасть душой  
К столь чистому истоку,  
Испить воды из родника.  
И прикоснуться хотя бы ненадолго  
На мгновение к частицам  
Тайны мироздания,  
И доброты, и созидания.  
Пройти забытой, хоженной тропой  
С движением легким  
Ветра в ветвях,  
Услышать шелест листьев,  
Шепот трав  
И щебетание лесных птиц.  
С безмолвным умилением окупиться

В благоухания мир,  
В загадку чудо леса.  
Восхода солнца, тишины, покоя,  
От свежести и от прохлады родника,  
Душистых трав и мха  
Аж закружилась голова!  
Пьянящий воздух так ласкает,  
А свежий ветер напеваает:  
Чувствовать лес и уважать -  
И никогда не обижать!

С большим уважением,  
Константинова  
Ольга Анатольевна,  
194358, г. Санкт-Петербург,  
пр. Просвещения, д. 32,  
корп. 1, кв. 135

### ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД

У	К	С	У	Б	Р	Л	К	У	Ж	Н	У	Х
Н	Е	Т	Н	И	В	О	В	К	Н	А		
И	И	Т	И	П	В	С	М	Р	А	Р	М	И
Н	О	Т	Н	И	О	Р	Т	В	А	Т	О	
В	К	Т	У	А	Н	Е	Р	Е	Р	Е	К	А
А	М	А	Т	А	Н	И	М	А	Н	И	М	А
Р	М	А	В	Л	Р	Т	С	Н	Н	О	Э	Р
Р	З	У	А	Ф	О	К	З	В	М			
А	Е	К	А	А	Н	О	И	Р	А	Р	А	В
А	В	А	С	П	Р	А	В	К	У	З		

## СКАНВОРД

"Роки-ровка" в хоккее	Длина шоссе	Город в Швейцарии	"Кликуха" доллара	Жестокое наказание								
Штат в США				Плот, который надо надуть	Давный обычай	Пионер по-американски	Инструмент газосварщика	Поющая супруга Агутина				
Общественный отголосок	Натянутая рабица	Вечный кайф по буддизму	Трико-тажный джемпер			Картофель из тропиков	Стихотворный размер	Простор без оврагов и гор				
				Провансальский бард								
Музыкант Стас ...			Атаман и ледокол	<b>УМА ПАПАТА</b> БОЛЕЕ 1 000 000 ПОКЛОННИКОВ!								
						Самая сухая пустыня Земли	Шоколадный батончик	Припухлость ног в жару				
Марка красного вина	Питье для привороота			Сорняк не для голых рук	Реальность в отличие от сна	Имя педагога Макаренко						
			30 дней			Остров-изостудия Гогена						
Обрядовая смола	Лицемер под маской святоши	С пулеметом по анекдотам		Рига, полная снопов				Все прах, все ...				
			Блюдо на поминках			Интернет-служба ICQ						

## АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Анемия.....	21	Маточные кровотечения.....	12
Атеросклероз.....	21	Миома.....	2
Бессонница.....	9, 20	Молодость.....	14
Варикозное расширение вен.....	5	Нервное перенапряжение.....	9
Гемоглобин.....	2	Ожирение.....	4
Гипотония.....	9	Ожоги.....	21
Глаукома.....	15	Отеки ног.....	21
Глисты.....	12	Отложение солей.....	8
Головные боли.....	9	ПМС.....	2
Грипп.....	1, 2	Позвоночные грыжи.....	8
Густая кровь.....	11	Простуда.....	1, 16
Давление.....	9	Рак.....	3
Дизентерия.....	12	Раны.....	12
Желиуха.....	12	Расстройства желудка.....	12
Заболевания кожи.....	12	Сахарный диабет.....	21
Заболевания суставов.....	8	Сердечно-сосудистые заболевания.....	4-5
Заболевания щитовидной железы.....	21	Стенокардия.....	4-5
Иммунитет.....	16	Стресс.....	9
Истерия.....	9	Судороги.....	21
Киста на левой почке.....	17	Хроническая усталость.....	4
		Эндометриоз.....	2

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРОСТУДУ БЫСТРО УБЕРЕМ.....	1
ЗИМА - ЭТО НЕ ТОЛЬКО СНЕГ, НОВЫЙ ГОД И МНОГО ВЫХОДНЫХ.....	1, 2
ОТ МИОМЫ НЕ СТРАДАЕМ, СВОЙ СБОР ПРИНИМАЕМ.....	2
ТАК СЛОЖИЛОСЬ В ПРИРОДЕ.....	3
ПРИЧИНЫ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ.....	4
РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ СЕРДЦА РАСТИТЕЛЬНЫМИ КОМПОНЕНТАМИ.....	4
ГЛАВНЫЕ ПРОДУКТЫ ПРИ ВАРИКОЗЕ.....	5
С ЭТОЙ МАЗЬЮ ПОЗВОНОЧНЫЕ ГРЫЖИ НЕ СТРАШНЫ.....	8
ЕЩЕ И ЕЩЕ О СУСТАВАХ.....	8
ФИТОТЕРАПИЯ И СТРЕСС.....	9
ДАВЛЕНИЕ ПО ЧУТЬ-ЧУТЬ ПОДНИМАЛА, ОТ ТАБЛЕТОК КАК ОТ ЧУМЫ БЕЖАЛА.....	9
ЗВЕЗДНЫЕ СОВЕТЫ НОЯБРЯ.....	10
НА ЛЕКАРСТВО ДЕНЕГ НЕ ЖАЛЕЕМ, А ВОТ НА ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ СКУДЕЕМ.....	11
САМОДИАГНОСТИКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ.....	11
ПЛОДЫ ГРАНАТА ВКУШАЕМ.....	12
КАК ЭФФЕКТИВНО ОМОЛОДИТЬ ОРГАНИЗМ ПРОВЕРЕННЫМИ СРЕДСТВАМИ.....	14
ГЛАУКОМА. КАК СПАСТИСЬ?.....	15
КАК ПРИГОТОВИТЬ ОВСЯНЫЙ КИСЕЛЬ ИЗОТОВА.....	16
ГОРЧИЧНЫЕ ВАННОЧКИ ДЛЯ НОГ.....	16
ЭФИРНЫЕ МАСЛА - ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ.....	17
ВЕСНУ С НЕТЕРПЕНИЕМ ЖДЕМ, КИСТЫ ЛОПУХОМ ИЗВЕДЕМ.....	17
ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПРОСЫПАЕТЕСЬ ПО НОЧАМ?.....	20
КАКИЕ ОРГАНЫ СТРАДАЮТ ОТ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИЙ.....	21
ГРЕЧНЕВАЯ МУКА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ.....	21

## БОЖИЙ ДАР В ПОМОЩЬ КАЖДОМУ



«Уважаемые читатели! У нашей семьи была сложная жизненная ситуация, сын наш сильно пил, мы с мужем практически не вылазили из больницы и ни в чем у нас не было удачи. Прошли многих разных специалистов и знахарей. Но реально нам помог только один святой человек, мастер от Бога из Кирова - Андрей Валерьевич Шехурдин.

Андрей Валерьевич помог избавиться от пьянства, недугов и невезения. Советуем всем обращаться к нему, если есть у вас какие-то проблемы в семье. Просто напишите ему о своей беде. Помощь будет 100%!»

Семья Сидоровых, г. Пермь

Адрес: 610007, г. Киров, а/я 611, Шехурдин А.В.

Тел: 8-912-008-08-00

ЧИТАЙТЕ В №45 содержание тиражного номера может отличаться от анонсированного

советы от всех болезней

### Бабушкины рецепты

«Лечить нас все же бабушки умели»

**СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:**

- Лист лавровый, и ты - здоровый!
- Исцеление от повышенной слезоточивости глаз
- Рецепты от жировиков
- Шпору вылечила за 3 дня
- Привычки, от которых растет живот
- Продукты, замедляющие старение
- Простые методы применяла, камешки убрала
- И многое другое

## Ждем интересных материалов. Поделитесь опытом!

<p>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. Редакция оставляет за собой право по своему усмотрению публиковать и редактировать письма и присылаемые в адрес газеты материалы (в частности, в отношении объема текста, лексики, грамматики, явных неточностей, а также личных персональных данных), если они не сопровождаются конкретными указаниями по их использованию. Предупреждаем, что газета не является учебником по медицине и пособием по лечению болезней. Прежде чем воспользоваться рецептом или рекомендацией из нашей газеты, проконсультируйтесь с лечащим врачом! Доброго вам здоровья!</p> <p>Пожалуйста, обратите внимание на то, чтобы ваши письма были написаны разборчивым почерком. Особенно это касается диагноза, названия принимаемых лекарств, трав, а также ваших персональных данных (имени, адреса и т.д.). Помните, речь идет о здоровье!</p>	<p>Газета «БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ». Выпуск №45 (1281). Тираж 240 000 экз. Заказ 5023 Реклама nataly.press@mail.ru</p> <p>Контакты с читателями Тел: 8-499-146-2653 e-mail: babusya@list.ru По поводу рекламы тел. 8-903-200-3080. Телефоны для связи с распространителями: 8-499-146-2653.</p> <p>Подписано в печать 01.11.2024 Сдано в печать 01.11.2024</p> <p>Учредитель: ООО «Флора-Пресс». Главный редактор: Рудь П.Б. Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Рег. ПИ №ФС 77-56944.</p>
<p>Вы можете подписаться на газету «Бабушкины рецепты» с любого месяца через каталог ПОЧТА РОССИИ: каталог «Подписные издания» (Официальный каталог ФГУП «Почта России»):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Бабушкины рецепты»: полугодовой индекс: П4216, годовой индекс: П4220.</li> <li>• «Чудесные исцеления целительные чудеса»: полугодовой индекс: П4221, годовой индекс: П4222.</li> </ul> <p>Также вы можете подписаться на наши издания в Белоруссии через каталог «Белпочта»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Бабушкины рецепты» - 24240, «Чудесные исцеления и целительные чудеса» (специальный выпуск газеты «Бабушкины рецепты») - 24241.</li> </ul> <p>Импортер в Беларусь: ООО «Росчерк», г. Минск, ул. Сурганова, 57 Б, офис 123. Тел.: +375 17 388 40 33, +375 17 388 40 34, +375 33 633 60 60.</p>	<p>Отправляя письмо с вашим адресом, вы предоставляете редакции обработку и передачу ваших персональных данных в целях публикации ваших статей, если в письме не указали другое.</p>
<p>Материалы, опубликованные в газете «Бабушкины рецепты», защищаются Законом РФ об авторском праве. Полное или частичное воспроизведение или распространение каким бы то ни было способом этих материалов допускается только с письменного разрешения издательства. Рукописи, письма и фотографии не рецензируются и не возвращаются.</p>	<p>Отпечатано в ООО «Типография «КП - Москва» Адрес: 141407, МО, г. Химки, Нагорное ш., д. 2, корп. 9, пом. А Цена свободная</p>