Рецепт от семьи Михеева Арсения.

От кашля – при приступе сухого кашля нарезать апельсин вместе с кожурой, засыпать сахаром и варить 30 мин. Получившийся сироп принимать по 1-2 чайной ложке при каждом приступе кашля.

Будьте здоровы!!!

Советы народной медицины от детей и их семей

Лечит болезни врач, но излечивает природа.
Гиппократ

Подготовила воспитатель старшей группы Боталова Г.В.

Советует семья

Насти Целоусовой.

1) Если болит голова, то к вискам приложить лимонные корочки внутренней частью к коже.

Травам нужно поклониться
И навечно в них влюбиться,
Трав лекарственных запас
Помогает в трудный час.

Рецепт от семьи

Илюши Баталова для лечения кашля.

1) Очищенную черную редьку натереть на терке и отжать сок. Смешать его со столовой ложкой меда. Принимать по 2 столовые ложки за 15-20 минут до еды.
2) При бронхите: в эмалированную кастрюлю влить стакан молока, всыпать столовую ложку шалфея. Прикрыть блюдцем или тарелкой, прокипятить смесь на небольшом огне, дать ей остыть, процедить, принимать в теплом виде по 2 столовые ложки во время приступа кашля

Совет от семьи Вотинцева Сережи.

Квашеная капуста – это не только вкусный, но и полезный продукт. В ней содержится «капустный» витамин С, который укрепляет
сосуды; витамин К, который способствует свертываемости крови. При простудных заболев можно смешать раствор с водой. Это снизит температуру.