



Европейска година на активния живот на възрастните хора и солидарността между поколенията 2012

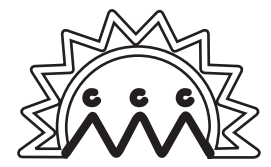


# Баба знае най-добре

По повод 2012 - Европейска година на активното стареење и диалог между поколенията, Национален алианс за работа с доброволци проведе серия от инициативи под мотото „Баба знае най-добре“ с възрастните дами и господа от Дом за стари хора „Св.Василий Велики“, Пловдив.

По време на срещите доброволците организираха творчески ателиета за предаване и обмяна на опит и традиции в различни сфери - изработка на традиционни бълг. символи /мартеницата/, рисуване на яйца и т.н.

По време на една от срещите ни в Дома събрахме и опита на възрастните за лечение с традиционни, природни методи. Част от тези рецепти можете да прочете тук.



**НАЦИОНАЛЕН АЛИАНС  
ЗА РАБОТА С ДОБРОВОЛЦИ**

Пловдив, ул. Петко Каравелов 28 А  
E-mail: nava.plovdiv@gmail.com  
Web-address: www.navabg.com  
Тел. за връзка: 032/ 625-197

**Отслабване**  
За топене на мазнини една супера лъжица ленено семе, залива се с 400 мл. Вода, престоява 2 часа, изпива се 3 пъти на ден. Помага и за атеросклероза.

**Настинка**

- ✓ Вендузи се слагат на гърба, за да изсмуква студа
- ✓ Чай от лайка
- ✓ Чай от Липов цвят
- ✓ Разтривки с газ и оцет
- ✓ Краката се намазват с газ
- ✓ Хрема захар се загрева и се вдишват парите
- ✓ Краката се накисват в топла вода с морска сол и се разстриват
- ✓ При кашлица вари се една шепа градински чай и се пие отварата
- ✓ Захар се слага на котлон и на печката и парата се вдишва

**Корем**  
Пие се отвара от жълт кантарион при проблеми с чревния тракт

**Запек**  
Компот от сини сливи

**При високо кръвно**  
Чай от чубрица

**Цирен**  
В малка чаша, свинска мас и бяло нешесте се разбъркват и се слага на мястото. Намазва се 2-3 пъти и жилото излиза.



Издава се по повод 29 април - Европейски ден на солидарността и сътрудничеството между поколенията

## Гърло

- ✓ Топло прясно мляко и малко бикарбонат се прави гъргара
- ✓ Жълт кантарион и липов чай
- ✓ Бучки захар с капка газ да се изяде
- ✓ Компрес с ракия

## Зъби и венци

- ✓ За бели зъби - изтъркват се с зелени орехи
- ✓ Кремък се вари във вода с чисто нов пирон, пие се и се жабури
- ✓ За венци - смрадлика се вари и се прави гъргара



## Лице:

- ✓ Маска с кисело мляко
- ✓ Смес от яйце, зехтин и мед като маска
- ✓ Настъргва се краставица
- ✓ Сода бикарбонат се разтрива на мокро лице и се измива след 10min
- ✓ За красива, хубава кожа - сперма
- ✓ 2-3 лъжици кисело мляко се слага върху филия хляб, оставя се да се изцеди, взема се и се натрива на лицето за 20min след което се маха без да се мие лицето

## Коса:

- ✓ Хума, против косопад (хумата се разтваря в оцет или ракия)
- ✓ Измиване с коприва, за подсилване
- ✓ За мазна коса - 1 жълтък и една лъжица кисело мляко, седи 25-30min
- ✓ Разтворен оцет във вода, за подхранване
- ✓ Бадемово масло в корените и престоява една вечер, за разтеж
- ✓ Косата се маже с жълтък, като маска

## Уши, Очи, Мозък

- ✓ Чай от жълт кантарион и мента за мозъка
- ✓ Алергозан за мозъчно оросяване
- ✓ Уши - печен праз, изтиска се сока
- ✓ Очи - картоф, нарязан на кръгчета

