

## Le truc de grand-mère pour perdre du poids

Il paraît vraiment plus rapide d'avoir recours à des [trucs de grand mère](#) pour atténuer divers maux, que ce soit pour prévenir ou pour guérir.

En effet, nous nous rendons compte que nous restons inapte à résoudre nos ennuis par nous-même, le seul mal au crâne exige quelques fois de se précipiter chez un médecin!

Toutefois, Comment diable opéraient nos ancêtres qui n'allaient rarement chez le médecin? Comment se traitaient-elles puisqu'il y avait quinze fois moins de traitements proposés?

Affiner sa silhouette semble aujourd'hui l'exemple type: nous dépensons normalement d'argent pour tâcher de perdre plusieurs kg inutiles que nous retrouvons assez vite.

Ci-dessous un petit avis parmi les différents moyens de grand-mère qui servissent pour soulager les nombreux petits soucis... Parce que nos grands-mères aussi étaient attentives à la balance, il ne faut pas imaginer l'inverse!

Pour perdre du poids de façon naturelle, nos ancêtres proches ne faisaient ni chirurgie esthétique, ni consommaient de pilule miraculeuse, elles utilisaient des remèdes simples et faciles... c'est un problème de technique... que beaucoup ont tendance à perdre aujourd'hui car tout est bien trop simple: passer sur le billard reste certes cher, mais au moins, plus nécessaire de pratiquer le sport ou encore de modifier ses habitudes alimentaires... Oui mais cette perte sera-t-elle "pour toujours"? Reste-t-elle positive pour l'équilibre?

Au milieu des remèdes de mamie les plus populaires dans le but mincir, il faut prendre en compte le mode de tous les jours (un peu d'entraînements quotidiens ainsi que une façon de manger saine, sans graisses saturées, sans sucre, moins salée), mais aussi quelques recettes très bonnes.

Pratiquer une cure de jus de pommes peut avoir des résultats bénéfiques dans la recherche de maigrir.

Attention, une ou deux cuillères à café nature à avaler 3 ou quatre fois quotidiennement avant chaque déjeuner ou dîner, ce remède semble faire ses preuves.

A vous de préparer le vinaigre de cidre, le jus de canneberge ou le jus de pomme, choisissez quelque chose qui ne vous répugne pas.

Quoiqu'il arrive, la seule principale raison que cette solution fait partie d'un monde magique ou est un fait avéré, c'est d'essayer vous-même, vous n'engagez pas grand chose à une cure si naturelle et qui vous fournit en plus des apports nutritifs à votre corps.

Les [remède de grand mère pour maigrir](#) restent multiples et utiles pour beaucoup de petits problèmes quotidiens: vous avez les dents jaunes? Votre peau s'assèche? Vous avez des allergies et avez de l'arthrite? Vous avez tendance à avoir mal à la tête ou à être pris de diarrhée assez souvent?... Découvrez tous les [remèdes de grand mère](#) en vue de stopper les affections comme la grippe ou la goutte, pour soigner les douleurs et vivre mieux au quotidien de façon naturelle... et économiquement.

## About the Author

 Cet article a été écrit par Mathieu Laporte.