

מאנטאג

כ"ד ו'יח

י"ג טבת, תשפ"ג
December 25 '23

Year 16 | Issue #3133

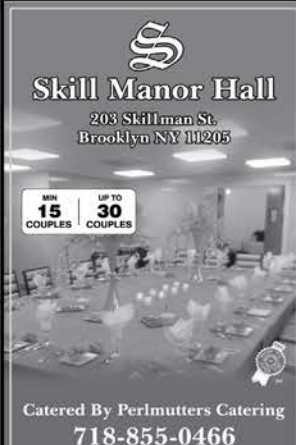
עקרת הבית

וויליאמסבורג'ס טעגליכע

718.388.7744 Ext. 2

718.954.9788

Sales@AkeresHabayis.com



Skill Manor Hall
203 Skillman St.
Brooklyn NY 11205

MIN 15 COUPLES | UP TO 30 COUPLES

Catered By Perlmutter's Catering
718-855-0466

באקעריי

די בעסטע מתנה
פאר א דאקטאר,
פאר א קאסטומער,
פאר קימפעטארן,
פאר חולי ישראל א.א.וו.

קומט אריין צו
עונג בעקעריי
188 לייע עוו.

פאר די בעסטע היימישע
קיפּלעך / קאקאש קעיקן /
מיד האבן א גאנץ יאר א אויסוואל
פון געשמאקע דאונאטס

על אב צום אהרן
מיד האבן געשמאקט
יינדענדיגע
האגני קעיקס

בלינדע שטימעדיג
ביינעם ווילד צו
פארשיינען

COMFORTABLE
SPORTY
LADIES & TEENS
CLOTHING

NEW SHIPMENT
MEGA SALE

EXPO CENTER
473 FLUSHING AVE
BROOKLYN NY 11205

SUN DEC 24 - MON DEC 25

12:00PM - 7:00PM

WWW.BYKENY.COM

1 DAY SALE
TODAY ONLY

up to **60% off**



Painted Rose
755 Bedford Ave.
718-637-7844

Rejuvenate & Relax
In bi-level luxury ultimate privacy

Great idea for **GIFT CERTIFICATE**
for someone special

Lavender

- Makeup • Manicure
- Pedicure • Massage
- Facial • Waxing • Tinting
- Professional Acne Treatment

848 Bedford Ave. 718-643-1957
Bet. Park & Myrtle Open Daily 10-7

Long Lasting Makeup Available

When we say we clean it. We mean it.

brightex
cleaning done bright

718.763.5000
Info@brightexcleaning.com
brightexcleaning.com

שידוכים

מחותנים/שדכנים: געשלאסן א שידוך?
 רופט/טעקסט 718-388-7744 אימעילט mail@gitmorgan.com

החתן: שלמה צבי ניי הרב'ג בערל אטיק שליט"א - ירושלים ר"מ בישיבת שער התורה הרב יצחק זאב - הרב חיים אהרן מאנדערער	הכלה החשובה תח"י הרה"ג משה סג"ל שליט"א - ירושלים ר"מ ורה"כ נייפעסט ירושלים הרה"ג חיים - הרה"ג אהרן סאמעט	החתן: שדכן: הרב יודא מאנדערער (בית שמש)
החתן: יוסף משה ניי הרב דוד הערש געלב - וומ"ס מ"ה יוסף אשר - מ"ה אברהם דוד קארצא	הכלה החשובה תח"י מ"ה יואל פליישמאן הי"ו - מאנסי מ"ה יודא לייב - מ"ה משה קאפעל	החתן: שדכן: מרת ווייסמאן אשת ר' ישראל טובי (ק"י)
החתן: אפרים ניי הרב יוסף שמעי' דייטש שליט"א - מאנסי הרה"ג יחזקאל שניצ אב"ק מקוה חיים - הרה"ג ישראל חיים אשור, וב'נדימדי שני אפרים	הכלה החשובה תח"י הרה"ג נחמן כהנא שליט"א - וומ"ס הרה"ג יעקב - הרה"ג משה אל' היימליך, מוועגשייד	החתן: שדכן: הרב שמעון נתן גרינפעלד (וומ"ס)
החתן: אשר יונה ניי מ"ה יוסף מענדל האס הי"ו - טאהש הרב משה - מ"ה דוד שמחה האכה"י יעזר	הכלה החשובה תח"י מ"ה יודא הערש טייטלבוים הי"ו - מאנטרעאל מ"ה חיים אל' - מ"ה הערש פליישמאן	החתן: שדכן: הרה"ג יואל פילאפף מ"ה ב"ק טאהש
החתן: יוסף משה ניי מ"ה דוד יואל הערשקאוויטש הי"ו - וומ"ס מ"ה ישראל - מ"ה נח קליין	הכלה החשובה תח"י מ"ה חיים נחום לעבאוויטש הי"ו - ק"י מ"ה ישראל ברוך - מ"ה יחזקאל וויינשטאק	החתן: שדכן: מרת בליין (ק"י)
החתן: שלמה ניי הרה"ג אהרן טווערסקי שליט"א - ב"פ כ"ק אדמו"ר מטשענאביל - הרה"ג יואל מיכל שערווייזקי, מטשענאביל	הכלה החשובה תח"י הרה"ג ישראל וואזנער שליט"א - ב"פ אב"ק מינסק - הרה"ג חיים, אב"ק ר"מ שבט הלוי - כ"ק אדמו"ר מגארליץ	החתן: שדכן: ר' יואל יצחק כהן (ב"פ)
החתן: שלום ניי מ"ה חיים יעקב עהרנפעלד הי"ו - וומ"ס מ"ה הערשל - מ"ה יצחק משה פריעדמאן	הכלה החשובה תח"י מ"ה ברוך צבי איצקאוויטש הי"ו - ב"פ מ"ה אל' - מ"ה משה אלי גראס	החתן: שדכן: ר' עזרא דייטש (מאנסי)
החתן: יעקב הערש ניי הרב אהרן פריעדמאן שליט"א - ק"י הרב יעקב הערש - מ"ה שלמה פעדער	הכלה החשובה תח"י מ"ה מנחם יאקאבאוויטש הי"ו - ק"י מ"ה בציון - מ"ה משה אלי גראס	החתן: שדכן: ר' יואל ראטה (ק"י)
החתן: נחמן אלימלך יוחנן ניי מ"ה משה יעקב רייז ע"ה - ק"י מ"ה בנימין שמואל - מ"ה אלי אלישע	הכלה החשובה תח"י מ"ה שמעון פנחס ליכטמאן הי"ו - ב"פ מ"ה זלמן - מ"ה נחמן מאשקאוויטש	החתן: שדכן: מרת סופר אשת ר' חנני' יו"ט ליפא (וומ"ס)
החתן: יושע ניי מ"ה הערש מרדכי קאהן הי"ו - וומ"ס מ"ה מתת' - מ"ה אל' שווארטץ	הכלה החשובה תח"י מ"ה יעקב קושער הי"ו - לאנדאן מ"ה שמחה בונם - מ"ה מרדכי דעוויס	החתן: שדכן: מרת פליגמאן אשת ר' ישראל (מאנסי)
החתן: שלמה אהרן ביר נפתלי יודא לייבוש מערמלשטיין הי"ו מ"ה צבי מרדכי קלאגסברין הי"ו - מאנסי מ"ה י"ט ליפא - מ"ה שלום עזריאל ניימאן	הכלה החשובה תח"י מ"ה יודא לורינץ הי"ו - ב"פ מ"ה נתנאל - מ"ה משה שמעון רייכבערג	החתן: שדכן: הרב יואל ליעבערמאן (וומ"ס)
החתן: הערשל ניי הרב יואל בנימין שטיינמעטץ שליט"א - וומ"ס הרב חיים שלמה - הרב מרדכי מנשה גלאנץ	הכלה החשובה תח"י הרב משה יודא פעלדמאן שליט"א - וומ"ס הרב אברהם נתן נטע - הרה"ג יצחק כ"ץ	

תנאים

החתן: הלל ניי מ"ה שמעון כ"ץ הי"ו מ"ה יחזקאל - מ"ה קלמן ראטה	מ"ה יעקב יהושע ווערצבערגער הי"ו מ"ה מענדל - מ"ה אחיהוד דאוידאוויטש	החתן: שדכן: אוהל לאה 165 Spencer
החתן: בעריש ניי הרה"ג אהרן יוסף פריעדמאן שליט"א הרה"ג אב"ד אב"ד קארדא	הרה"ג שמואל קליין שליט"א הרה"ג ווייס' סאטמאר ליקוואד - הרה"ג טע"ט ע"ה געב"ט מ"ס מיטגאדעס	החתן: שדכן: אולם פרענקל

זייט מתפלל אז נחמיו צבי בן דינה
 זאל כאפרייט ווערן פון תפיסה בקרוב

יעדע תפילה מאכט
 א רושם אין הימל!

פאלקאוויטש
פיש
 718.258.3129

מיר דעליווערן יעדן טאג
 רויע און געקאכטע פיש
 אין וויליאמסבורג, בארא פארק,
 פלעטבוש און קרית יואל



KLEINS RESTAURANT
 595 BEDFORD - 929-699-3857

BEST FALAFEL
IN WILLIAMSBURG
 WE DO UBER EATS NOW




שרייבט זיך איין צו די טעגליכע אימעיל ליסטע
Subscribe@AkeresHabayis.com
פארפאסט נישט!
 קיין איין עקרת הבית

החתן שלמה ניי	מורה משה חיים דייטש הי"ו מורה גרשון יצחק - מורה הערשל קאהל	אימפעריאל	מורה יצחק משה גענוד הי"ו מורה יוסף - מורה חיים ראבי
הבה"ח ישראל חיים ניי	מורה וואלף לאנדא הי"ו מורה הערשל - מורה אברהם קאהן	פרדס פיגא	מורה יואל גאלדבערגער הי"ו מורה יוסף - מורה אברהם יושע מאטיאש
החתן חיים הערש ניי	מורה זושא הכהן געלב הי"ו מורה שלמה יוסף - מורה יעקב מיטטעלמאן	פרדס צבי	מורה שמואל מרדכי הכהן דרעזנער הי"ו מורה ישראל - מורה משה דינגער
החתן יצחק צבי ניי	מורה אפרים געשטעטנער הי"ו מורה עמרם - מורה יעקב קאהן	אטריום, מאנסי	מורה ישראל מאיר גרובער הי"ו הרב יוסף - מורה פישל גאנץ
החתן יואל ניי	הרב ישעי' סאקס שליט"א הרב אביר סנטה קעקיל וויזן בנן נעלשטין וקשל - רוב מרדכי האטפעלד	גינת קליין, ק"י	הרב יעקב שלמה הלוי רובינפעלד הי"ו הרה"ג פנחס חיים - הרב פישל סופר
החתן אברהם יצחק ניי	מורה שלמה דוד יקותיאל גרינפעלד הי"ו מורה שלמה דוד - מורה אשר אנשיל ליכטענשטיין	כינור דוד, ק"י	מורה שמואל עקשטיין הי"ו מורה מענדל - מורה משה שעהר
החתן משה ניי	מורה חיים ווייס (פראממער) הי"ו מורה יוסף - מורה דוד באנדא	פאראדייס, ק"י	מורה יצחק מנשה שטיינפעלד הי"ו מורה יחזקאל - מורה הערשל ווייס

KEEPSAKES
917-843-9528

Suprise your:
Mother
Mechataniste
In-laws
Grandmother
Friend
Yourself
With these custom mini
BRAG BOOKS!



Inquire about our Wall Art, Display and Gift options

S A L E 40% OFF ENTIRE STORE*



*Excludes: 347 Flooring Ave. Suite 202 | 718-400-2248 | www.51-Brooklyn.com | Suite #307 | 844-763-2248
Hours: Mon. 11:00-7:00 | Tues. - Thurs. 11:00-8:00 | Fri. 11:00-7:00

**Early Head Start
needs a manager
for its expectant
mother program.**
20-25 hours per week.
Leave message
718-369-1800 ext 201

**Little Beings
Early Head Start
is looking to
hire a warm and
devoted teacher**

Please call
718-694-2550



PERLMUTTER'S
KITCHEN

Ask us
about our
set up
for your
Simcha with
waiters.

שבת מענין - קידוש
וואכט נאכט - בריית
יאריצט סעודה
משפחה צוזאמקום

מספר: 718.855.0466

ADD HAIR
BY T. MANDEL

Now in stock:

Victoria • Estel • Adella
• Syntastics • Tulip
• Paisley • MIA • GW
Noriko mono top • Shannons

Call: 718-387-1141

FantasyBoutique

218 Wallabout (next to Klade)

Come one come all!!
THIS ENTIRE WEEK!

Up to **60% off**
on the whole entire store.

Don't miss this opportunity! Also discounts on lingerie!
P.S. we got in a new selection of TICHELS.

**א וואקאציע
צום געדענקען**



געשמאקע עסן <
הערליכע גראונדס <
שטיל און רואיג <
און נאך <

מנוחות
845.782.9628

וועטער
איסקוד

מאנטאג
52° - 42°
פארזואלקענט

דינסטאג
50° - 46°
פארזואלקענט

מיטוואך
53° - 47°
רעגן

דאנערשטאג
52° - 43°
פארזואלקענט

פרייטאג
47° - 37°
רעגן

שבת
44° - 33°
פארזואלקענט

קלאסיפידס

א קלאסיפיד אין "עקרת הבית" ברענגט די שנעלסטע רעזולטאטן!

Best yarn at your door step, no knots. Gentle on your hands. Available in regular & silk.

Call Strings Attached 718-909-0768 - Fringe maker avail. We deliver all over the USA. מיר קענען אנפאנגען פאר איין.

Exercise with Jess is back!! Join us Mondays and Wednesdays from 9 to 10 AM for a mix of Aerobics/Pilates/Yoga. Starting Monday, November 13th. Please text Jess for more info at 631-332-8026. Rehab Associates 165 Division Avenue.

Selling strong Gartel yarn wholesale and retail.

Selling for over 30 years. Kaufman/Weissshaus 718-600-3920 203 Wilson St.

Seeking girls/ladies volunteers to spend time with twins in the afternoon.

Attention mothers: Support is available for you!. Please contact us 718-972-8289

Grab a Bargain! SD Cards, All Sizes, at below cost prices. Call 929-420-0298

אפשפרען עין הרע - התרת קללות להחידא - פדיון נפש דורך 10 תלמידי חכמים, צוגענגליכע פרייזן, רופט 917-744-8358

גמ"ח פאר "נייע און הערליכע" Poya און ברית Outfit לע"נ הבתולה שרה ע"ה בת ר' אשר יעקב ו-הודא שווארטץ הי"ו 718-388-3273

Heimische Yingerman makes Long Distance pick up airports, message and service, by the hour etc call 347-219-4846

718-388-1070 רופט Professional Cuts, Styles, Blows אלט וויליאמסבורג געגענט, ביטע רופט

Specialty Shadchen - Professional Shadchen for singles with a medical diagnosis.

Strictly confidential. Mrs. Steinberg 347-406-4331 / Medicmatch4u@gmail.com

LAWYER

Accidents, Slip & Fall Injury & More

Howard Kagan, ESQ. 718.258.8080

מיר רעדן
אדיש

דעם ווינטער קומט איין דערוואוימען אין די הערליכע "קאסא גראנדע סוויטס" - אריאנע, 5 מינוט צופיס צום ביהמ"ד און גראסערי. ני איבערגעפרישט איין אדער צוויי בעדרום אפארטמענטס מיט הערליכע כשר'ע קאך, צו דינגען פאר טאג / וואך / חודש. פאר צוגענגליכע פרייזן. רופט שוין צו רעזערווירן פאר חודש תשרי 520-866-0881 אדער באזוכט. www.cgssuites.com

וומ"ס - צו פארקויפן א 4 בעדרום דירה אין דאמסי / סאט 9, 1530 ס"פ, ערנסט פאראינטרעסירטע רופט 347-834-7661

קי" - צו פארדינגען א 1 בעדרום פולי פורנישד דירה פאר טאג / וואך / שבתים, הארט נעבן ביהמ"ד הגדול, רופט 845-783-4106

קי" / שבתים - צו פארדינגען א גרויסע דירה אין קרית יואל פאר / וואך / חודש, א גאנץ יאר, 718-384-5157

Woodbury Junction קי" - צוויי הערליכע נייע 2 בעדרום דירות (קען ווערן איינס) מיט הערליכע פאנארמע און גרויסע גראונד, גאר נאנט צו געשמאקע שול און מקוה, אין די גלילות פון קרית יואל צו פארדינגען פאר שבת, וואך, חודש, רופט 845-662-3489

מאנטיסעלא - צו פארדינגען גרויסע שיינע 4 בעדרום הויז פאר שבתים / וואך / זומער, ממש אין היימישן געגענט, רופט 917-445-6220

Connecting talent to opportunity

Get Hired!

CPA firm in Brooklyn is looking to hire a junior accountant, experience a must, great potentials for the right candidate, please email resume jobcpa845@gmail.com

Multi-girl office in Williamsburg looking for a F/T secretary. Must be detail-oriented, organized, and responsible Please call/text 347-578-1001 or email lmcg116@gmail.com

Williamsburg Business has a full-time opening for a girl.
Excellent pay. Call 929-525-2174

פאר שיינע רייכע פראפעסיאנל מזיך

astounding
Studio
Were your music comes to life.

Email to astoundingstudio1@gmail.com
With your phone number and information,
and we'll call you back.

PRIMARY +
URGENT
CARE
BECAUSE WE CARE

ODA PRIMARY CARE
74 Wallabout St
718.260.4600
SUN 9AM - 11:30PM
MON-THU 8AM - 11:30PM
SAT 10AM - 11:30PM

ODA PARK AVE
517 Park Ave
718.260.4640
SUN-FRI 9AM - 5:30PM
SAT CLOSED

QUALITY HEALTH
432 Bedford Ave
718.387.2408
SUN 9AM - 5:30PM
MON-THU 9AM - 8:30PM
FRI 9AM - 4:30PM
SAT CLOSED

X-RAYS ON PREMISES
WALLABOUT LOCATION



URGENT CARE 7:00 PM - 11:30 PM
NO APPOINTMENT NEEDED

Transportation available
please call: 718.260.4600

A new day of health for Williamsburg.

WE'RE PAGING THE DOCTOR.

Ahava Medical warmly
welcomes to our team,

**Dr. Abraham
Eisenberg,**
FNP-BC.



MEDICAL

With over 20 years of
healthcare experience
and a decade as a
Hatzolah paramedic,
Dr. Eisenberg brings
expertise to our
Williamsburg and
Flatbush locations.

**Dr. Eisenberg
specializes in
family medicine.**



Williamsburg
16 Sumner Pl./19 Fayette St.
Brooklyn, NY 11206

Flatbush
2555 Nostrand Ave.
Brooklyn, NY 11210

718.502.9900
**Transportation
provided.**



194 Wallabout St.
718-797-1959



Sushi Lunch Special

2 rolls (up to \$8.49)
+ 1 can soda = \$14.99
3 rolls (up to \$8.49)
+ 1 can soda = \$18.99



Pizza Lunch Special

Personal Pizza Pie
now only \$9.99
reg. \$13.00



**Treat your family
with delicious ice
cream & specialty
shakes.**

Show appreciation
to your loved ones
with a "Sprinkles Gift Card"
that never expires.



We are here to serve you better with our expanded staff

InfoLine USA

+1 718-365-2400

One Number For All Your Numbers

RealtyLine

BUY - RENT - SALE

פאר בעסטע
רעזולטאטן רופט
929-359-2546

דער פארמיטלער
אין וויליאמסבורג וועט
פארדינגען אייער דירה גאר פנעל



**אכטונג
לענדלארס**

בינה יתירה

ווינקל

שמועסן, געדאנקען און פראקטישע טיפס, צו לערנען און זיך לערנען

#1787

איך וויל מיט די פאר שורות אויפברענגען אן ענין וואס וואלט געפאדערט אביסל אויפמערקזאמקייט.

מיר אלע ווייסן אז די פרייזן פון די נישט אידישע שטוב-געהילפן וועלכע קומען רייניגן אונזערע הייזער האלט אין איין שטייגן. די פרייזן פון \$15-\$16 א שעה איז זייער איבערגעטריבן. עס זענען דא קינדער געבענטשטע משפחות קע"ה און אנגעשטרענגטע שטובער וועלכע קענען דאס ממש נישט באצאלן.

עס געפונען זיך דא מאסן פון זיי וואס זוכן ארבעט. די וואס צאלן שוין די פרייזן, זיי זענען צופרידן מיט זייער געהילפקע קען מען אפשר נישט טוישן. אבער גייענדיג ווייטער, עס קומט בעפאר דער פסח סעזאן דארף מען זען צו האלטן די פרייזן געצוימט. ווען מען גייט זוכן א שטוב-רייניגערין זאל מען צוגיין צו איינע וואס שטייט אביסל אפגעזונדערט פון די אנדערע און אפפערן ווייניגער געלט און אויב זיי זוכן ארבעט וועלן זיי קומען. עס איז אויף יעדן אחריות צו טון דערוועגן, פאר די אייגענע טובה. התורה חסה על ממונם של ישראל.

■ ■ ■

#1788

לכבוד די "עקרת הבית"

ערשטנס וויל איך זיך באדאנקען פאר די אינהאלטסרייכע און הילפארע "בינה יתירה" ווינקל וועלכע ערשיינט טאג-טעגליך ביי אונז אין שטאט. עס האט אונז שוין גאר אסאך ארויסגעהאלפן אין פיל הינזיכטן. באזונדער וויל איך זיך באדאנקען פאר אלע חשובע פרויען וועלכע טיילן מיט זייערע עצות און געדאנקען, אמאל קען זיך דאכטן אז דאס וואס מען טיילט מיט איז א פשוטע זאך, נישט עפעס אויסנאם, אבער פארן ליינער קען דאס זיין א חידוש. אחרון הכבוד מוז איך אויסדריקן מיין באגייסטערונג פאר די שרייבערין פון דעם קאלום וועלכע דעקט יעדע טעמע קורץ און שארף מיט אן איידעלע שריפט. עס דערקענט זיך די שווערע ארבעט וואס ווערט אריינגעלייגט.

אין די ווינטער חדשים מוטשע איך זיך זייער מיט טרוקענע הענט, וואס קומט אפט מיט שניטן. ליינענדיג די בריוו #1660 וועלכע האט מיטגעטיילט די עצה אז Windex קען העלפן און אראפנעמען פלעקן וואס קומט פון שניטן, האב איך דאס גלייך אויספרובירט און איך האב געזען אז דאס ארבעט טאקע וואונדערליך. דעריבער שפיר איך אלס הכרת הטוב צוריקצוקומען זיך באדאנקען פאר די וואס האט מיטגעטיילט די הילפארע עצה. אזוי אויך אז די וואס מוטשענען זיך מיט דעם זעלבן פראבלעם זאלן וויסן אז די עצה ארבעט ווירקליך. נאכאמאל יישר כחכם, די זכותים זאלן ביישטיין פאר יעדעם איינעם מיט אלעם גוטן.

■ ■ ■

#1789

צו די "עקרת הבית"

קודם וויל איך זאגן א יישר כח פאר די ארבעט וואס איר לייגט אריין. איך זוך הילף פאר א מאן וואס די בארד פאלט ארויס אויף איין זייט. אויב איינער האט געהאט אזא ערפארונג און וואס מען קען טון צו דעם. א גרויסן יישר כח.

■ ■ ■

#1784

איך וויל צולייגן צו בריוו #1355 וואו מען טיילט מיט א מעטאד אויסצולערנען א קינד ליינען פליסיג עברי.

א קינד ווייסן קען נישט גוט ליינען זאל מען איהם הייסן ליינען נאר די ווערטער וואס ער קען. א טריט ווייטער, אויב מען קען ארויספרינטן אויף א צעטל בלויז די ווערטער און כללים וואס ער קען. דער סיבה דערצו איז ווייל מיר ווילן אז ער זאל "עפעס" ליינען. אויב ער וועט אינגאנצן אנטלויפן פון ליינען וועט ער קיינמאל נישט קענען, אזוי וועט ער כאטש ליינען דאס וואס ער קען און מיט די צייט זיך בעז"ה פארבעסערן אין די מער שווערערע ווערטער. פאר מער אינפארמאציע קען מען מיר רופן אויף 8586-541-718.

■ ■ ■

#1785

נאך חשובע ליינער טיילן מיט אן ענטפער פאר בריוו #1562 וועלכע זוכט אן עצה פאר blisters אין די מויל וואס האלט אין איין צוריקקומען:

עס איז אינטרעסאנט צו וויסן אז בליסטערס קענען ארויסקומען ווען דער מענטש איז שטארק אנגעצויגן. דאס קומט ווייל די ווירוס איז שטיל אין דער קערפער און די אנגעצויגקייט טוט אפשוואכן דעם אימיון סיסטעם וואס ברענגט צו אז די בליסטערס זאל ארויסקומען אויפן אויבערפלאך.

■ ■ ■

א גוטע עצה איז צו אויסשווענקען די מויל מיט אביסל peroxide (מען קען עס אויסמישן מיט אביסל וואסער). עס פארליכטערט די ווייטאג ממש אויפן פלאץ און עס היילט די בליסטערס איבערנאכט. אויך קען מען נעמען א Q-Tip, איינטינקען אין peroxide און דאס ארויפשמין אויף די בליסטערס.

■ ■ ■

#1786

נאך רעאקציעס זענען אריינגעקומען פאר בריוו #1545 פאר די וואס זוכן ווירקזאמע עצות אפצושטעלן פאניק און ענקזייעטי אטאקעס:

איך שפיר אז איך וויל מיטטיילן מיין ערפארונג וואס קען בעז"ה העלפן פיל אנדערע וועלכע פלאגן זיך מיט דעם פראבלעם.

ווען איך פלעג לידן פון פאניק אטאקעס איז דאס געקומען אינאיינעם מיט קאפ-שווינדלערייען. Mr. Avi Mendlowitz האט מיר פארשטיין געגעבן אז פאניק אטאקעס ברענגט צו dizziness און דאס גייט אינאיינעם. ער האט מיר דעמאלטס געגעבן זייער א הילפארע עצה זיך צו בארוהיגן, דאס איז צו אטעמען בלויז דורך די נאז, וואס העלפט אז דער קערפער זאל באקומען גענוג לופט צום אטעמען. איך האב אנגעהויבן צו נוצן דער מעטאד און איך האב ב"ה געזען וואונדערליכע רעזולטאטן.



■ ■ ■

עס איז דא א הילפארע טעלעפאן ליינן וואס רופט זיך "מנוחה ליינ", עס איז ספעציעל געאייגנט פאר פרויען. די נומער צו רופן איז 7111-277-845.

■ ■ ■

טיילט מיט אייערע געדאנקען, פראגעס, עצות און טיפס

 Tips@AkeresHabayis.com

 718.954.9788  718.388.7744 Press 0 to leave your message

 187 Hewes St, Brooklyn, NY 11211

