

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Плохое самочувствие, частые простуды, изжога, тяжесть в печени, боли в спине и суставах, бессонница, усталость... Походы к врачам и лекарства помогают не очень эффективно, и симптомы возвращаются?! В чем же причина? Плохая экология — конечно! Неправильное питание — конечно! Нездоровый образ жизни — да, и это тоже влияет на состояние нашего здоровья. Поездки на природу, занятия в спортивном зале, диета — и вот, кажется, полегчало, но ненадолго. А есть ли способ радикально улучшить здоровье? Специалисты утверждают — есть! Это комплексная программа очищения организма!

Очищение организма от шлаков, токсинов и паразитов позволит ему восстановиться самостоятельно и полностью. Высвободившаяся энергия пойдет на улучшение работы всех систем организма, усиление обменных процессов и иммунитета. В результате уходит множество болезней. Придет в порядок деятельность пищеварительной, сердечно-сосудистой, нервной, эндокринной, и мочеполовой систем. Уйдет лишний вес, частые простудные заболевания. И это еще не все, радикально изменится жизнь, ведь теперь у вас будет масса энергии и сил для творчества, общения с детьми и других занятий. И еще — чем больше здоровья у человека, тем больше теплоты, отзывчивости, активности, силы и бесконечной доброжелательности в нем открывается.

За счет чего достигается такой результат?

Оздоровительная программа, которую предлагают на базе «Незабудка», основана на проверенном тысячелетиями опыте традиционной народной медицины и предполагает использование исключительно природных средств. Чистая артезианская вода, целебный насыщенный фитонцидами воздух соснового бора, закаливание, йога, занятия цигуном, дыхательными гимнастическими, уникальные травяные сборы, натуральные соки и масла, различные виды массажей и многое другое. Все процедуры проводятся с учетом суточной активности органов.

Задача, которая ставится на время семидневного заезда — очистить организм от шлаков, токсинов, паразитов, которые являются причиной множества недугов. Высвободившаяся энергия и силы будут направлены на естественное восстановление функций организма. Начинается программа с подробной и тщательной диагностики состояния здоровья пациента.

Оценивается состояние всех органов и систем организма, уровень зашлакованности. И только после этого составляется индивидуальная программа очищения и оздоровления. Индивидуальный подход и постоянный, ежедневный мониторинг состояния организма, позволяющий работать индивидуально и результативно и со стариками, и с детьми (от 7 лет).

После очищения кишечника и желудка наступает очередь выведения токсинов из печени, селезенки и поджелудочной железы. Запускаются механизмы очищения организма на клеточном уровне. На следующем этапе пациент постепенно, под контролем специалистов, переводится в режим обычного питания. Это происходит в последний день заезда. Выдаются рекомендации по питанию и специальным упражнениям на ближайшие три недели, так как процесс очищения и самовосстановления организма заканчивается не сразу, а постепенно. Все это время пациентам оказывается врачебная помощь в Екатеринбурге и консультационная поддержка по телефону. Такая совместная работа позволяет достигнуть очень хороших результатов в восстановлении здоровья.

Поэтапное выполнение программы способствует:

- выведению токсинов и шлаков из организма
- улучшению иммунитета
- освобождению от гельминтов и паразитов
- восстановлению нормальной микрофлоры
- улучшению процессов обмена и восстановлению работы всех систем организма
- избавлению от многих хронических заболеваний
- коррекции фигуры, улучшению состояния кожи, волос и цвета лица
- повышению работоспособности и позитивного настроения
- улучшению репродуктивной деятельности у женщин и мужчин.

Наряду с этой программой проводятся и другие: «Йога + коррекция веса»

5 дней, проведенных в лесу на берегу озера, изменят не только внешний вид, но и отношение к жизни. Вместе с лишними сантиметрами и килограммами уйдут негативный эмоциональный фон и вредные пищевые привычки. Специальное, разработанное д-ром Агатстоном, питание способствует исчезновению жировых отложений, но сохраняет и укрепляет мышечную массу. На специальных занятиях вы научитесь самостоятельно работать со стрессами, которые зачастую и являются причиной переедания. Древние практики йоги и цигун помогают привести в норму обмен веществ и кровообращение — в результате здоровье улучшается, а вслед за ним — настроение и внешний вид. Эффективные рекомендации специалиста с 20-летним стажем, щадящий режим физических нагрузок, сауна, русская баня, бассейн, висцеральный массаж, а также целебный воздух соснового бора и настоящая родниковая вода снимут стресс и накопившуюся усталость. Вы

вернетесь в город с реальными результатами и отличным настроением. В результате ваша талия уменьшится в объеме на 4-5 см, и это только начало!

АНТИСТРЕСС. Избавление от синдрома хронической усталости

Сумасшедший ритм современного города, ежедневные многочисленные стрессы, психологические травмы вызывают изменения в нервной системе, вызывают глубокий спазм мышц, проявляющийся во множественных недомоганиях (боли в области головы, шеи, сердца, поясницы, несварение желудка и т.д.). Снимая ненужные напряжения и спазмы мышц, можно не только улучшить работу внутренних органов, но и положительно влиять на нервную систему. Используя простые, эффективные упражнения, можно избавиться от повышенной раздражительности, депрессивного настроения, симптомов нейро-сосудистой дистонии, бессонницы и вызванных ими головных болей. Обрести спокойствие, устойчивость к стрессу и необычную свободу движения. Для усиления эффекта в программу включен сеанс Краниальной остеопатии. Эта терапия направлена на восстановление правильного циркулирования спинномозговой жидкости в позвоночном канале, что особенно полезно при стрессовых состояниях, болях в спине, шее и мигренях. Утренний комплекс динамической йоги, баня и травяные чаи повысят жизненный тонус.

«ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК». Программа выходного дня

Позвоночник это основа нашего здоровья, и если он не в порядке, страдают все органы и системы организма. Программа основывается на остеопатии и древней практике йоги. Мягкими движениями рук врач-остеопат восстанавливает обмен веществ в проблемной зоне, улучшает кровоснабжение внутренних органов, устраняет защемления нервных окончаний, исправляет положение внутренних органов и мышц, возвращает подвижность в суставах и таким образом устраняет причины различных заболеваний. Чтобы навсегда забыть о головных болях, мигренях, искривленном позвоночнике, болях в спине и пояснице и множестве других проблем, досаждающих современному человеку, занятия йогой и кинезитерапией помогут закрепить полученный результат.

«ЦИГУН для восстановления здоровья позвоночника и суставов»

Каждый человек хочет быть здоровым, энергичным, подвижным. Китайская гимнастика цигун как раз и призвана подарить отличное самочувствие, жизненный тонус и долголетие. Каждое занятие улучшает настроение, заряжает тело бодростью, нормализует работу внутренних органов и систем, повышает стрессоустойчивость, омолаживает организм, помогает улучшить память. Особенно полезен цигун для позвоночника, он способствует расслаблению, снятию напряжения. После выполнения упражнений в шее и спине появляется легкость, тело становится более подвижным и гибким. Одним из преимуществ гимнастики цигун является то, что она не требует предварительной физической подготовки. Упражнения этой гимнастики выполняются медленно и плавно без каких-либо резких движений. В программу включен сеанс расслабляющего цигун-массажа.

Центр восстановления здоровья
на базе отдыха «Незабудка»
Тел. (343) 359-29-97, 8 902 870 88 77
www.turbaza66.ru

