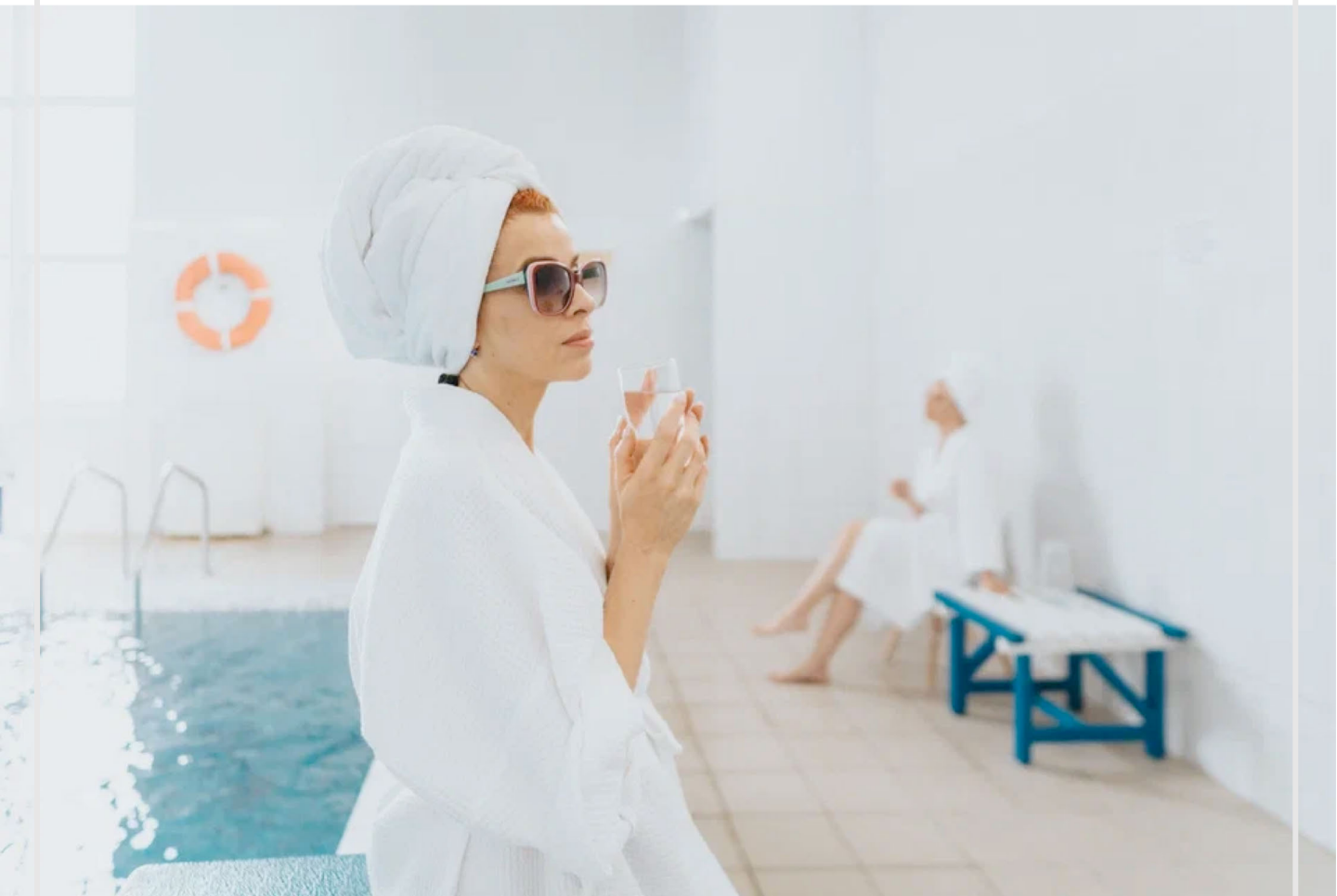




Таруса

ЦЕНТР ЛЕЧЕБНОГО ГОЛОДАНИЯ



ОЧИЩЕНИЕ И ОМОЛОЖЕНИЕ

ОЧИЩЕНИЕ И ОМОЛОЖЕНИЕ



Базовая программа «Очищение и омоложение», продолжительностью 6 дней, создана специально для людей, которые осознанно выбирают ЗОЖ по убеждениям, но голодают впервые. Выбирая Центр уже много знают о голодании, сравнивают методики и следят за разными подходами. Базовая программа предполагает множество процедур, усиливающих эффект омоложения и очищения: три тюбажа (солевой, сорбитный, масляный), ежедневные бальнеологические процедуры, парения в сауне и фито бочке с целебными травами, ежедневные занятия дыхательной гимнастикой с тренером, оздоровительное плавание, занятия на вибро тренажерах, кислородные коктейли, приготовленные на яблочном соке и отваре шиповника. Множество отзывов подтверждает качество программы, ее конкурентоспособность по отношению к другим внешне похожим аналогам. Стоимость программы 6 дней/126 000 руб.

ОЧИЩЕНИЕ И ОМОЛОЖЕНИЕ

Цель программы: попробовать голодание впервые, очистить организм на клеточном уровне, простимулировать обновление тканей.

Лечебное голодание запускает в организме мощные **процессы очищения и омоложения**, которые происходят на клеточном уровне. Вот как это работает:

очищение:

- **аутофагия:** голодание активирует процесс аутофагии, при котором организм "съедает" поврежденные клетки, белки, вирусы и бактерии. Это позволяет очистить организм от "мусора" и восстановить здоровье клеток.
- **очищение органов:** печень, почки, кишечник активно работают над выведением токсинов, шлаков и других вредных веществ.
- **детоксикация:** голодание помогает вывести из организма токсины, которые накопились в результате неправильного питания, стресса, плохой экологии и других факторов.

омоложение:

- **обновление клеток:** свободные от переваривания пищи ресурсы организма направляются на восстановление и обновление клеток. Это приводит к улучшению функционирования органов и систем, а также к омоложению организма в целом.
- **замедление старения:** голодание помогает замедлить процессы старения, так как очищает организм от токсинов, которые ускоряют старение.
- **улучшение внешнего вида:** голодание помогает улучшить состояние кожи, волосы становятся более сильными и блестящими, увеличивается уровень энергии.

Важно:

- процессы очищения и омоложения начинаются не сразу, а постепенно.
- результат голодания зависит от индивидуальных особенностей организма, длительности голодания и правильности проведения процесса под наблюдением врача.

ОЧИЩЕНИЕ И ОМОЛОЖЕНИЕ



ЦЕНТР ЛЕЧЕБНОГО ГОЛОДАНИЯ

Заезд на программу каждую субботу с 10:00 до 12:00

Продолжительность 6 дней

Выезд каждую пятницу в 12:00

Стоимость программы 126 000 рублей

В программу входит:

УЗИ-диагностика печени и желчного пузыря – 1 исследование

Питьевой режим: структурированная вода – не менее 1 литра в сутки

Детокс-питание:

- отвары трав 10 порций за курс/2 раза в день, начиная со второго дня (воскресенье)
- отвар шиповника 10 порций за курс/2 раза в день, начиная со второго дня
- яблочный сок прямого отжима 28 порций за курс
- льняной кисель 12 порций за курс, начиная с третьего дня (вторник)
- очищающие овощные смузи 2 порции начиная с 5 дня (четверг)
- суп- пюре овощной 1 порция (при выезде в пятницу)
- кислородные коктейли, приготовленные на яблочном соке или отваре шиповника – 2 в день 10 на курс.

ПРОЦЕДУРЫ:

Очищающие тюбажи: солевой и масляный – 3 на курс (суббота, понедельник, среда)

Массажи:

- ручной массаж живота (висцеральный, или абдоминальный массаж - это техника глубокого ручного массажа внутренних органов через переднюю брюшную стенку с целью улучшения состояния ЖКТ, перистальтики кишечника и всего организма в целом) 2 процедуры на курс.
- ручной лимфодренажный массаж 3 процедуры.
- подводный душ-массаж ежедневно – 3 процедуры.
- лимфодренажный аппаратный массаж или прессотерапия (определяется индивидуально, по показаниям) – 5 процедур.
- расслабляющий ручной массаж с арома-маслами 1 процедура

Тепловые процедуры:

- фито-бочка с целебными травами, усиливающими детокс -эффект – 3 процедуры
- сауна – 5 процедур

Ванны:

- бишофитные ванны, усиливающие детокс -эффект – 2 процедуры

Дыхательные практики и плавание:

- дыхательная гимнастика, оздоровительная физическая культура - 5 процедур
- плавание в бассейне ежедневно 5 процедур
- вибротерапия – занятия на вибро-платформе, свинг- тренажере «Золотая рыбка» – 10 процедур

Противопаразитарная программа:

- физиотерапевтический аппарат КВЧ-терапии «Радамир»- 5 процедур
- прием очищающего противопаразитарного фито сбора в капсулах – 12 процедур

Лекции, консультации и уход:

- групповая беседа с автором-методологом к.м.н. Довгием А.В. или главным врачом Центра Черновой С.Е. (первый день программы) - 1 групповая беседа
- первичная консультация руководителем программы - врачом терапевтом (составление программы) – 1 консультация.
- мотивационные групповые лекции с руководителем программы - врачом терапевтом (первый день программы) – 1 лекция за период пребывания на программе.
- групповое занятие с психологом 2 занятия
- индивидуальная консультация с рекомендациями по выходу из программы с руководителем программы - врачом терапевтом в последний день - 1 консультация.
- круглосуточное наблюдение медицинской сестрой палатной, отпуск медицинских процедур – 6 дней.
- антропометрия (измерение объемных показателей, рост) при заезде и выезде – 2 (двукратное) измерение.
- контроль веса ежедневно – 7 измерений за курс.