

Лечебно-оздоровительная программа «Без стресса»

Продолжительность: 7 дней, 10 дней.

Показания: лечение острых и хронических стрессовых состояний, астено-невротического синдрома, синдрома хронической усталости, снижение работоспособности, концентрации внимания, скорости реакции, интенсивные нагрузки на работе, работа без выходных и ненормированный рабочий день. Особенно показана жителям мегаполисов и офисным сотрудникам. Благодаря данной программе к Вам быстро вернутся бодрость тела и духа, хорошее настроение и самочувствие.

Противопоказания: беременность

Ожидаемый эффект: восстановление и улучшение эмоционального состояния отдыхающих, восстановлению жизненного тонуса и хорошего настроения, обновлению и омоложению организма; адаптация к эмоциональным и физическим нагрузкам, снятие нервного напряжения, повышение стрессоустойчивости; повышение уровня физического состояния и усвоения навыков адекватного поведения в проблемных ситуациях, формирования реальных условий и индивидуальных стимулов для развития и гармонизации личности, восстановление оптимальной работоспособности, закрепления навыков противостояния болезни.

Программа обследования и лечения:

Лечебная программа	Количество процедур на 7 дней	Количество процедур на 10 дней
Прием врача	2	2
Консультация психолога/психотерапевта	1	2
Групповой мотивирующий психологический тренинг	1	2
Детензотерапия с элементами дыхательной гимнастики	3	5
Скандинавская ходьба	2	3
Ароматическая жемчужная ванна (лаванда)	4	5
Минеральная жемчужная ванна	3	5
Бассейн с пресной водой	4	5
Бассейн с минеральной водой	2	3
Коллагенарий	2	3
Флоатинг	1	2
Обертывание тела	1	2
Трансаир/ биоритмстимуляция	2	3
Галокамера	2	3
Серагем 18 мину (программа релакс)	1	2
Седативный фиточай (фитобар водолечебницы)	4	6
Питьевое лечение минеральной водой	ежедневно	ежедневно