

ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

по стоимости Оздоровительной путевки

от 2 800 руб. в сутки

В уникальную программу входит:

- Консультация терапевта, психолога
- Психологическая адаптация
 - * Нейрографика
 - * Арт-терапия
 - * Йога-антистресс
 - * Дыхательная гимнастика
- Питьевое лечение минеральной водой
- Спелеотерапия
- Фитотерапия
- Кислородный коктейль
- Терренкур
- Климатолечение

Йога-антистресс уберет последствия страха из эмоций, разума и жизни в целом. Овладев специальными упражнениями, можно повысить стрессоустойчивость, сказать «нет» многим психосоматическим болезням и научить этому своих близких и знакомых.

Арт-терапия – систематизированный процесс гармонизации жизни человека, через психику с помощью искусства, имеет более 10 направлений, не имеет возрастных ограничений.

Нейрографика – это молодое направление в психологии, является методом визуализации проблем в виде простых зрительных образов. С ее помощью Вы найдете пути выхода даже из тех ситуаций, которые кажутся

Терренкур – это дозированные восхождения по лечебным тропам.

Комплекс терренкуров в черте Кисловодска – один из лучших не только в районе Минеральных вод или Ставропольского края.

Он известен в мире, стоя в одном ряду со старинными (швейцарскими) «тропами здоровья». Общая длина этих пешеходных трасс составляет 90 километров. Кисловодские терренкуры, идеально вписанные в местный ландшафт, показаны людям с проблемной нервной системой, отклонениями в работе желудочно-кишечного тракта, а также женской половой сферы. Как способ активной терапии они прописаны даже «сердечникам» и людям, страдающим болезнями (патологиями) дыхательных путей.

Спелеотерапия – это лечение пребыванием в условиях микроклимата соляных копей (шахт). Это комплексный вид лечения, где на организм оказывают воздействие как физические факторы внешней среды (температура, влажность, газовый состав и высокая ионизация воздуха, ингаляция высокодисперсного аэрозоля), так и психологические факторы (соответствующая обстановка проведения процедур, возникающее психологическое ощущение временной изоляции от "агрессивной" внешней среды).

