

ПУТЕШЕСТВИЕ за здоровьем



Тематические выпуски
журналов «Турбизнес» и Business Travel

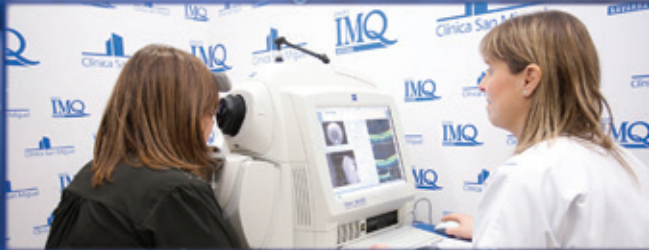
destinations
ТУРБИЗНЕС

«ВРЕМЯ-ТУР» Мультиоператор по Испании

Многолетний опыт в сфере лечебно-оздоровительного туризма.

Прямые контракты с ведущими клиниками, термальными курортами
и лучшими SPA-отелями Испании.

Профилактическая и элективная медицина, пластическая и эстетическая хирургия.
Программы снижения веса, детоксикации организма, борьбы с курением,
борьбы со стрессом, восстановления сна, омоложения и многое другое...



Круглогодичные экскурсионные туры по Испании и Средиземноморью, отдых на
побережьях и островах Испании, индивидуальные туры, обучение и спортивные детские
лагеря в Испании, деловой туризм, аренда вилл, апартаментов, яхт и многое другое...

Центральный офис:

Москва, ул. Ивана Бабушкина, 16
Тел. +7 495 792-5838

Офис индивидуальных туров:

Москва, ул. Долгоруковская, 21, стр.1
Тел. +7 495 783-7570

www.vremiatour.ru

Главный редактор Александр Попов
a.popov@tourbus.ru

Редактор Светлана Коновалова

Корректор Марина Мартынова

Редакция журнала Destinations

Адрес редакции Суворовская пл., д. 2, стр. 3
Почтовый адрес: 107031, Москва, а/я 32
Тел./факс: +7 (495) 723-72-72
Интернет: www.tourbus.ru

Отпечатано в России
Тираж: 9 000 экз.

При подготовке издания сделано все возможное, чтобы факты, приведенные в нем, были корректны на момент выхода журнала из печати. Тем не менее издатель не гарантирует полное отсутствие неточностей и не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и изменение предоставленной информации.

При использовании материалов ссылка на журнал Destinations обязательна.

Фотография на обложке предоставлена Мальтийским управлением по туризму (MTA).

Учредитель: ООО «Турбизнес»
Издатель: ООО ИД «Турбизнес»

Турбизнес
ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ с 1999 г.

Генеральный директор Иван Калашников
ИД «Турбизнес» i.kalashnikov@tourbus.ru

Исполнительный директор Ольга Мальцева
o.maltseva@tourbus.ru

Заместитель генерального директора Александр Попов
a.popov@tourbus.ru

Директор по рекламе Ольга Гришина
o.grishina@tourbus.ru

Отдел информации и распространения
Руководитель Лариса Тарасюк
L.tarasyuk@tourbus.ru
Лариса Лаврова

Отдел workshop
Руководитель Людмила Сивова
workshop@tourbus.ru

Отдел event
Руководитель Ирина Ильина
i.ilina@tourbus.ru

Турбизнес
Travel Trade Russia

BUSINESS TRAVEL
КОНСУЛЬТАЦИОННО-РЕКЛАМНО-ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР

осуществленный бизнес
Пять звезд

Турбизнес
на Северо-Западе

Путешествие за здоровьем Тематический выпуск, апрель 2017



Туризм по медицинским показаниям	2
ГЕРМАНИЯ	
Эстетика как стиль жизни	4
Отпуск в стиле SPA	6
ИСПАНИЯ	
Испанский рецепт	9
ЛАТВИЯ	
Остров здоровой жизни	12
ЛИТВА	
Территория «Эгле»	14
МАЛЬТА	
Средиземноморская здравница	18
РОССИЯ	
Лучше чем за граница.	
Инновационный подход к лечению в Карелии	20
Легендарная Мацеста	22
СЛОВАКИЯ	
Оздоровление по-словацки	24
СЛОВЕНИЯ	
Целебная сила воды	27
ФИНЛЯНДИЯ	
Главный рецепт Суоми	29
ФРАНЦИЯ	
Виши – для тела и для души	32



Туризм по медицинским показаниям

За последние годы в мире сформировался глобальный рынок медицинского туризма. Этот сегмент индустрии путешествий стабильно растет. Объем рынка здесь достиг \$439 млрд. Сейчас на лечение за границу выезжают примерно 11 млн человек в год и к 2025 г. финансовый объем рынка может возрасти до \$3 трлн. В ближайшие 10 лет ежегодный рост составит до 25%, примерно 3–4% населения планеты будут ездить за границу на лечение и оздоровление, сообщает *Medical tourism magazine*.

В прошлом году лучшим направлением медтуризма стала Канада. В первую пятерку также попали Великобритания, Израиль, Сингапур и Индия. Среди европейских стран за Великобританией следуют Германия, Франция, а затем Италия и Испания. Россия же оказалась среди таких стран, как Турция, Иордания, Оман, Тунис и Кувейт. Таковы данные Индекса медицинского туризма (МТИ), составленного Visa и Oxford Economics.

У россиян самое популярное направление – Израиль. До недавнего времени на лечение или диагностику туда

ежегодно выезжали около 40 тысяч наших соотечественников. Примерно столько же отправлялось в Германию. Самый большой поток клиентов медицинского туризма связан с оздоровлением на курортах, лечением у стоматолога и проведением пластических операций. Сочетание отдыха с лечением и оздоровлением – доходный бизнес. По прогнозам Всемирной организации здравоохранения, в обозримом будущем медицинский туризм станет одним из значимых направлений глобальной экономики. Россия в течение последних лет заняла весьма заметное место в медицинском туризме – ежегодный рост до 13% (Global Spa & Wellness Summit). По оценкам АНТОР, к самым популярным направлениям медицинского туризма у россиян относятся Венгрия, Таиланд, Израиль, Германия, Чехия, Испания, Швейцария, Франция и Кипр. Этот поток хочется развернуть в нашу сторону. И такая тенденция в недавнее время проявилась. В последние месяцы снизилось число россиян, уезжающих за рубеж для получения медицинской помощи, заявила глава Минздрава РФ Вероника Скворцова, сообщает «Интерфакс». «Сократился поток россиян, которые едут для получения плановой медицинской помощи за рубеж. В 2016 г. это 80 тыс. человек. Это две тысячные от 33 млн, которые получают аналогичную помощь в российских клиниках», – сказала





ТОП-5

медицинских направлений наиболее популярных у иностранных туристов:

- 1 Стоматология (интересовались 44% иностранных пациентов)
- 2 Урология и гинекология (интересовались 23% иностранных пациентов)
- 3 Пластическая хирургия (интересовались 17% иностранных пациентов)
- 4 Ортопедия и травматология (интересовались 11% иностранных пациентов)
- 5 Сердечно-сосудистая хирургия (интересовались 3% иностранных пациентов) и офтальмология (интересовались около 2% иностранных пациентов)

Источник: Российская ассоциация медицинского туризма

г-жа Скворцова на заседании президентского совета по стратегическому развитию и приоритетным проектам. При этом она добавила, что число иностранных пациентов, приезжающих в российские клиники, за последние два года увеличилось.

Снижение числа россиян, выезжающих за рубеж для лечения, можно оценивать по-разному, но рост пациентов из-за рубежа не иначе как новый тренд в туристическом бизнесе. Этому очень способствует слабый рубль. Обращаться к нашим медикам выгодно, поскольку лечение и сопутствующие услуги у нас в несколько раз дешевле, чем на Западе. Особенно это актуально для пациентов, не имеющих страховки, или когда страховка не покрывает лечение. По словам советника министра здравоохранения Игоря Ланского, в 2015 г. за медицинской помощью в страну въехало порядка 12 тысяч иностранцев, что почти на четверть больше, чем в 2014-м. В первой половине 2016 г. этот показатель увеличился еще на 35%.

Только за второй квартал 2016 г. российские клиники посетили около пяти тысяч пациентов из разных стран, подсчитали в Российской ассоциации медицинского туризма (РАМТ). «Раньше в страну приезжали поправить здоровье только граждане из бывших советских республик, сейчас растет интерес со стороны американцев», — отметил в интервью «Ъ» директор НИИ организации здравоохранения Давид Мелик-Гусейнов. По словам Игоря Ланского, иностранные пациенты в 2015 году принесли российскому бюджету порядка 10 млрд рублей.

Кроме того, приток иностранных пациентов улучшает имидж отечественной медицины и врачей, которые зачастую не уступают в профессионализме зарубежным коллегам.

В 2016 г. портал intmedtourism.com включил Россию в перечень стран, в которых можно получить высококачественные и недорогие услуги по экстракорпоральному оплодотворению, эстетической и хирургической стоматологии, эндопротезированию груди, липосакции, пластическим операциям на лице, лазерной коррекции зрения и т.д.

По оценке Российской ассоциации медицинского туризма, медицинский туризм в России будет расти как минимум на 20–25% в год. Это в разы больше, чем приток по обычному туризму. Чем раньше туристическая компания поймает этот тренд, тем больше возможностей получит.

Статистика по медицинскому туризму

Год	Въездной поток (чел.)	Выездной поток (чел.)
2014	8 500	130 000
2015	12 500	100 000
2016	20 000	80 000

Источник: Российская ассоциация медицинского туризма

Чтобы влиться в этот глобальный туристический поток, надо пройти несколько этапов. Прежде всего, отрасль необходимо стандартизировать, нивелировать большое количество недобросовестных посредников, упростить визовый режим для иностранных пациентов, вплоть до введения медицинской визы, что даст стабильный поток пациентов. И, конечно, разработать и ввести программы государственно-частного партнерства в сфере медицинского туризма.

Формы бизнеса могут быть разные. Это и ассистирующие компании (специализированные агентства медицинского туризма), и туристические агентства, в которых появится департамент медицинского туризма, и официальные представительства зарубежных клиник, и альянсы туристических компаний или альянсы небольших ассист-компаний. Несмотря на то что кризис еще влияет на отрасль, тем не менее исследования в сегменте медицинского туризма дают возможность для умеренного оптимизма, в том числе и для отрасли в целом — ведь поиск новых возможностей развития — это всегда движение вперед.

Искусство врачевания на основе высочайшего профессионализма



Доктор медицинских наук Хенриетте Лернер и коллектив клиники HL-DENTCLINIC предлагают целостный подход к лечению и восстановлению зубов на основе самых современных технологий, малоинвазивного метода в соответствии с высокими эстетическими требованиями. Благодаря многолетнему опыту и высокому уровню квалификации мы можем предложить своим пациентам широкий спектр услуг.

Хенриетте Лернер — основатель и директор HL Dentclinic и Академии в Баден-Бадене, партнер академического клинического и учебного исследовательского центра Университета имени Иоганна Вольфганга Гете во Франкфурте-на-Майне. Она также является членом правления и экспертом DGOI (Немецкое общество оральной имплантологии), Дипломантом ICOI, Директором Сиэтлского учебного клуба в Баден-Бадене. И редакционным советником практической имплантологии в Германии.

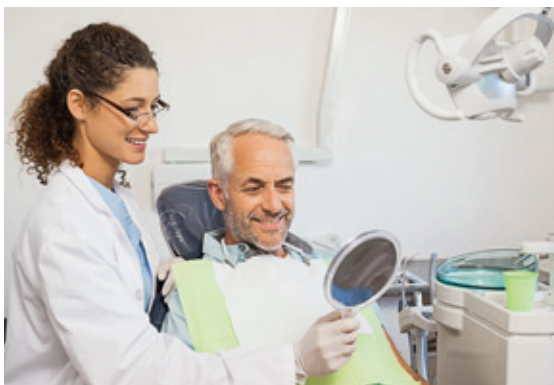
Ее деятельность лежит в области клинических исследований, применения передовых методов мягких и твердых тканей, эстетики и функций сложной имплантологии и цифрового виртуального планирования. Она автор различных научных статей и книг, посвященных имплантологии, эстетике и стоматологии.

Современная стоматология представляет собой симбиоз не только науки и эстетики, искусства и технологий. Эта мысль отражена и в нашем девизе: «Совершенство в искусстве стоматологии».

Это гораздо шире, чем просто установка пломб и восстановление утраченных зубов. Стоматология достигла вершин эстетического совершенства, при этом решаются не только функциональные задачи, но и создаются основы гармонии лица.

Во многом этому способствует и возможность визуализации конечного результата еще до начала выполнения работ. Современная стоматология обладает специальными технологиями и методами, позволяющими находить оптимальные решения для любых задач.

Междисциплинарный подход, предполагающий сотрудничество специалистов разных профилей, позволяет рассматривать и лечить организм человека как целостную систему. Мы всегда стремимся к использованию малоинвазивного метода лечения, гарантируя пациенту достижение максимального эстетического результата.





Совершенство в искусстве стоматологии

Наша специализация

Современная имплантология
 Аугментация, наращивание кости
 Хирургия полости рта
 Пластическая пародонтология
 Эстетическая и косметическая стоматология
 Эндодонтия
 Ортодонтия
 Профилактика и сохранение зубов
 Лаборатория эстетики зубов

Наша философия:

Минимально-инвазивные технологии
 Максимально эстетичный результат
 Единая дентальная концепция
 Щадящие методы лечения
 Ориентированность на пациента

**Доктор мед. Хенриетте Лернер
 и сотрудники клиники HL-DENTCLINIC
 будут рады Вашему визиту!**

*The Leading Dental Centers
 of The World®*

GOETHE
 UNIVERSITÄT
 FRANKFURT AM MAIN

AAFD American Academy
 of Cosmetic Dentistry
 MEMBER



HL-DENTCLINIC & ACADEMY

Ludwig-Wilhelm-Straße 17 · D - 76530 Baden-Baden
 Tel. +49 (0) 7221.398730 · Fax +49 (0) 7221.3987310
info@hl-dentclinic.de

www.hl-dentclinic.de

Отпуск в стиле SPA

Минеральные, термальные, радоновые источники в сочетании с великолепной природой, а также медицинские учреждения с ведущими специалистами мирового уровня сделали Саксонию одним из ведущих центров лечебного туризма в Европе.



Лечебный радон

Природные условия Саксонии обусловили активное применение радонотерапии. Многие специалисты считают, что радоновые источники на саксонских курортах — самые эффективные в мире.

У истоков открытия радона стоят Пьер и Мария Кюри, открывшие в 1898 г. радий. Впоследствии выяснилось, что его препараты испускают бесцветный, не имеющий запаха слаборадиоактивный инертный газ. Его и назвали радоном. А точнее, радоном-222. Иногда радон для простоты называют продуктом разложения коренных урановых руд. Радон содержится в земной коре и в воздухе. Его концентрация особенно высока в горах, где много ураносодержащей породы и почва хорошо газопроницаема. Например, в саксонском регионе Эрцгебирге. В таких местах много радона может быть в ключевой воде и даже в не очень плотной почве под жилыми зданиями. Здесь он входит в состав ряда минеральных вод.

В начале XX в. было обнаружено, что радон может быть эффективным природным средством лечения. Радон хорошо стимулирует защитные силы организма, способствует укреплению иммунной системы, уменьшению болевых ощущений, лечению воспалений.

С начала прошлого столетия радоновые воды стали применяться в бальнеологии. Бальнеологи исходят из того, что дозируемое радоновое излучение — особенно в спектре альфа — вызывает в организме короткое раздражение, стимулирующее клетки и другие органы.

При лечении радоном используют несколько видов терапии. Среди них — радоновые ванны. Во время процедуры газ проникает в организм через кожу и в виде испарений через органы дыхания. Еще один метод лечения — ингаляции. Пациент вдыхает радоносодержащий воздух в лечебной пещере. Радон также проникает в организм через кожу. Широко применяют и питьевой курс с радоносодержащей водой, которая поступает в кровеносную систему через желудочно-кишечный тракт.

Курорты Саксонии

Бад-Шлема. Радон принес провинциальному городку Шлема всемирную известность, а также курортную приставку «бад». В 1998 г. радоносодержащие источники получили государственное признание, а в 2004 г. Бад-Шлема был признан бальнеологическим и радоновым курортом. Программы радонотерапии на курорте Бад-Шлема дополнены процедурами в гроте с соленой водой Мертвого моря (Totes-Meer-Salzgrotte). Для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата амбулаторно предлагаются такие методики, как, например, метод оздоровления по Кнайпу. Местная здравница «Актион» располагает открытыми и закрытыми бассейнами общей площадью 650 кв. м с радоносодержащей и соленой водой с различными воздушными и водными эффектами.

Бад-Брамбах. Здесь замечательный насыщенный целебными ионами и фитонцидами воздух. Местные минеральные источники с радоновой водой известны с XVII в., но в лечебных целях стали применяться после 1905 г., когда



САКСОНИЯ

За **здоровьем и красотой**
на курорты Бад-Шлема, Бад-Брамбах, Бад-Эльстер
и в университетские клиники Дрездена и Лейпцига

САКСОНИЯ – ЖЕМЧУЖИНА МИРА

Тел.: +49 151 436 544 91 • go2saxony@sachsen-tour.de
www.go2saxony.ru • www.germania-saxonia.ru

ГЕРМАНИЯ

стало известно о целебных свойствах радиоактивности. В основе лечебно-оздоровительных программ курорта лежит использование высоко радоновых углекислых кальциево-натриевых вод шести минеральных источников, которые применяются для ванн и питьевого лечения. В тихом курортном парке стоят примыкающие друг к другу роскошная гостиница Sante Royale 4* (113 номеров) и термальный центр Aquadon площадью 6 тыс. кв. м. Здесь к услугам гостей несколько саун, а также кабинеты массажа, грязевая терапия, косметические программы. Предлагаются как велнес-, так и медицинские программы и процедуры. А в лечебном учреждении Klinik Bad Brambach, специализирующемся на ортопедии, ревматологии и кардиологии, проводятся амбулаторно-профилактические и реабилитационные мероприятия, смежные оздоровительные процедуры, в том числе в сфере Medical-Wellness: аюрведа, массаж горячими камнями, всевозможные ванны, старинные восточные процедуры, спортивные и фитнес-программы. **Бад-Эльстер** считается одним из старейших торфяных грязевых курортов Германии. Грязевые ванны, укутывания, медицинские ванны, питьевое лечение прописываются врачами индивидуально. Применяются физиотерапия, различные виды массажа, акупунктура. Активно используются местные целебные углекислые воды.

На курорте находится термальный центр «Альберт Бад», построенный более ста лет назад. Здесь разместились лечебное отделение, термальный комплекс, административные службы. В 2015 г. на курорте открылся новый комплекс саун Soletherme.

На территории курортного парка создана прекрасная зона для терренкура. Это метод санаторно-курортного лечения, предусматривающий дозированные физические нагрузки в виде пешеходных прогулок, восхождений в гористой местности по заранее подготовленным маршрутам.

Лечение в саксонских клиниках

В **Университетской клинике Дрездена** в полной мере применяется протонотерапия — новейшая, наиболее точная и передовая технология лечения онкологических заболеваний с минимальными побочными эффектами.

Отделение протонотерапии работает в тесном контакте с университетским междисциплинарным онкологическим центром, а также с медиками смежных специальностей, например в области магнитотерапии. Это позволяет эффективно контролировать состояние пациента до и после облучения. При необходимости наилучший вариант лечения принимается на уровне врачебного консилиума.

В **клинике и поликлинике абдоминальной, грудной и сосудистой хирургии** предлагается широкий спектр открытых и минимально-инвазивных операций в области общей, абдоминальной, грудной и сосудистой хирургии. В состав подразделения входят пять современных больничных отделений, отделение неотложной хирургии, дневная клиника, шесть современно оборудованных операционных, отделения эндоскопии и ультразвуковой диагностики, поликлиника и пункт скорой помощи. Клиника является соучредителем двух междисциплинарных медицинских центров: Университетского Центра рака (УСС) и Университетского Центра сосудов (УГС) в Дрезденском университетском комплексе клиник. В **Университетской клинике Лейпцига** пациенты могут пройти как стационарное, так и амбулаторное лечение, воспользоваться дополнительными платными услугами, такими как, например, личное наблюдение главного врача клиники и размещение в одноместной палате. За исключением хирургии сердца в клинике присутствуют все медицинские направления от офтальмологии, гастроэнтерологии и психиатрии до восстановительной хирургии. Основная специализация — лечение онкологии, в связи с чем на базе клиники основан **Лейпцигский центр лечения рака** (UCCL), где пациентов с онкологией наблюдают на всех этапах лечения: от диагностики и терапии вплоть до психосоциальной поддержки и послеоперационного ухода.

САКСОНИЯ – ЖЕМЧУЖИНА МИРА

Tourismus Marketing Gesellschaft Sachsen mbH
Bautzner Str. 45–47, 01099 Dresden
www.go2saxony.ru, www.germania-saxonia.ru
www.sachsen-tourismus.de
E-mail: go2saxony@sachsen-tour.de





Испанский рецепт

Курорты и оздоровительные центры Испании расположены в разных природных зонах страны: в прибрежных районах, на островах, в горах... Бальнеотрадиции Испании уходят во времена древних греков и римлян. Более ста лет в стране существует Национальная ассоциация бальнеологических курортов (Asociación Nacional de Balnearios/ANBAL). В стране зарегистрировано более двух тысяч целебных минеральных и термальных источников, специализированное лечение и лечение морем предлагается на всех курортных побережьях Испании.

Испанские оздоровительные центры круглый год привлекают туристов, ведь здесь помимо сугубо лечебных процедур предлагаются и оздоровительные общеукрепляющие программы, в которых предусмотрены также отдых на природе, занятия спортом, знакомство с гастрономией, искусством, историей...

Согласно данным Spaincares — стратегического союза туристического бизнеса и сферы здравоохранения — Испания занимает третье место в мире по продолжительности жизни, является мировым лидером по донорству и трансплантации органов. Система здравоохранения страны получила мировое признание благодаря высокому уровню специалистов и отличному качеству предоставляемых услуг по конкурентоспособным ценам.

Бренд Spaincares представляет Испанское бюро медицинского туризма, в которое входят представители самых известных туристических компаний и лечебных учреждений страны:

- Федерация частных клиник Испании (FNCP);
- Национальная ассоциация лечебных курортов (ANBAL);
- Ассоциация гостиниц и турбаз Испании (CENAT);
- Ассоциация туристических агентств Испании (CEAV).

В Spaincares также представлены региональные проекты Испании по медицинскому туризму:

- Медицинское агентство Барселоны (BMA);
- Mediterranean Healthcare;
- Tourism&Health Costa del Sol;
- Turismo de Sevilla;
- Tenerife Select;
- Extremadura Health Quality;

а также другие союзы предпринимателей, связанные с медицинским туризмом. Например, Ассоциация крупных предприятий медицинского транспорта (AGETRANS).

Оздоровительный туризм. Здесь используются такие определения, как бальнеологические (термальные), талассотерапевтические и другие оздоровительные учреждения, которые представляют собой: санатории, оздоровительные центры и велнес-отели. В понимании испанцев balneario* — это оздоровительный центр с возможностью размещения. Для российских граждан наиболее близким к нему поня-

* Бальнеология — (от латинского balneum баня, купание и ...логия), раздел курортологии, изучающий минеральные воды и их лечебно-профилактическое применение, а также вопросы грязелечения.



тием, пожалуй, будет санаторий. Существуют также около 20 оздоровительных центров, не располагающих гостиничной базой. Но, как правило, недалеко от них есть отели.

Велнес-туризм. Этот термин чаще применяется для обозначения оздоровительного туризма, направленного в целом на создание хорошего самочувствия. В его программы включаются лучшие, самые приятные процедуры из спа- и талассотерапии, предлагаются йога и аюрведа, звуко- и ароматерапия, пешие и велосипедные прогулки, косметические и биоэнергетические процедуры, особые диеты и так далее. Особо привлекательны в оздоровительном туризме программы, основанные на использовании натуральных, природных продуктов и старинных методик исцеления.

Спа- и талассотерапия. Методика спа обычно основана на использовании воды с добавлением эфирных масел, вина, солей и прочего. Предполагаются и сопутствующие услуги. Например, спа-массаж горячими базальтовыми камнями, когда задействуются основные рефлексогенные зоны, благодаря чему улучшаются обменные процессы в организме. В Испании популярны антицеллюлитные процедуры, шоколадная терапия, шведский массаж, душ Виши, косметологические процедуры с использованием вулканических пород, массаж тела с маслами и эссенциями. Морская вода также может применяться при спа-процедурах, но в целом талассотерапия (применение морской воды и связанных с ней компонентов в лечебных и оздоровительных целях) считается отдельным направлением.

Термальная вода. Распространено в Испании и лечение термальной водой. Обычно так называют природ-

ную подземную воду, температура которой при выходе на поверхность превышает 30° С. В некоторых странах этот порог ниже — 25° С, в других термальными считаются источники с температурой воды от 37° С и выше. Обычно, чем выше температура воды в источнике, тем богаче ее минеральный состав. Термальные воды очищают кожу, тонизируют организм, успокаивают нервную систему, стимулируют обмен веществ.

Восточное побережье

Первый исторический термальный центр Каталонии находится недалеко от Барселоны на курорте Broquetas в местечке Caldes de Montbui. Это своего рода музей. На его территории по сей день сохранились римские бани. Температура воды здесь достигает 70° С. Почти все бальнеоцентры Каталонии открыты круглый год. На территории области есть около 50 минеральных источников, на которых построены около 20 бальнеологических курортов. Чуть меньше половины из них находятся на побережьях Коста-Брава, Коста-Дорада и Коста-дель-Маресме, остальные — в окрестностях Барселоны, в Центральной Каталонии и в Пиренеях. В целом каталонские бальнеокурорты могут одновременно принять до двух тысяч гостей. Обычно курорты именуются по названию местности.

В Валенсии термальные станции, построенные еще в XIX в. (например, Monlleo en Villavieja в Кастельоне или центр Fuentecaliente en Chuililla в Валенсии), соседствуют с современными центрами талассотерапии и изысканными салонами спа-процедур. Все оздоровительные центры и отели обеспечивают качественное медицинское обслуживание, интересный досуг, комфортабельное размещение. В Валенсийском Сообществе сектор оздоровительного туризма охватывают 28 центров: 15 из них находятся в Аликанте, пять — в Кастельоне и семь — в провинции Валенсия. Почти на 500 км от Гандии через Дению, Бенидорм и Аликанте к югу до Пилар-де-ла-Орадада тянутся живописные пляжи побережья Коста-Бланка. Здесь около 120 минеральных источников, славящихся своими целебными свойствами и образующих инфраструктуру для активного развития оздоровительного туризма.

Центры талассотерапии начали развиваться в Валенсии с 1970 г. Морская вода прибрежных зон Валенсии славится богатым составом. Сочетание же с благоприятным местным климатом дает превосходный эффект. Кроме морской воды, в процедурах применяются продукты моря, например водоросли, грязи.

Особенность валенсийских термальных центров в том, что, помимо общих процедур, многие из них предлагают эксклюзивные терапевтические программы в зависимости от состава воды. К примеру, воды термальной станции Verche в местечке Кальес (Валенсия) особенно эффективны для ухода за кожей и ее лечения.

Кроме термальных центров и центров талассотерапии, гости Валенсийского Сообщества могут побывать на курор-

тах, где предлагаются процедуры красоты и здоровья с применением не морской, а пресной воды. В этих центрах делается упор на косметологию и релаксацию.

Зеленая Испания на севере

Самый крупный регион Зеленой Испании — Галисия — издавна славится термами. Римляне в свое время построили здесь первые термальные бани, многие из которых сохранились до наших дней. По количеству велнес-отелей и оздоровительных центров Галисия заметно превосходит остальные провинции Зеленой Испании.

Юг страны

В оздоровительном секторе испанского туризма выделяется сообщество Мурсия благодаря Мар-Менор (Малому, или Внутреннему морю) — самому большому соленому озеру Европы. Оно находится вблизи береговой линии и отделяется от «большой воды» косой Ла-Манга длиной более 25 км. Это своего рода лиман. В косе есть несколько разрывов, благодаря чему обеспечивается приток морской воды. Глубина Малого моря не превышает семи метров, вода прогревается быстро. Поэтому здесь сложился свой микроклимат, а сезон длится дольше, чем в других местах. Целебная вода Малого моря лечит болезни суставов, его грязи способствуют омоложению кожи, устранению морщин, помогают при солнечных ожогах, растяжениях мышц и ушибах. Термальные центры Мурсии снабжают водой местные источники (в среднем 52° С), богатые серой, хлором, натрием и кальцием. Они оказывают лечебное действие при ревматологических и дерматологических заболеваниях. Крупным спа-центром на атлантическом побережье Испании можно назвать регион Кадиса. Здесь находится Fairplay Golf Hotel & Spa, входящий в группу The Leading Small Hotels of The World. В отеле есть медицинский центр Benalup Spa, где предлагаются различные услуги эстетической медицины, программы «Ванны Ниагара», обертывания, ванночки для ног, души Виши и Шарко, сауна, джакузи, бассейн с лечебной водой, антицеллюлитные программы... В Сотогранде в комплексе Almenara Hotel-Golf гости могут расслабиться в турецких банях. Этот комплекс отмечен как «Лучший спа-отель Европы».



За последние несколько лет на Коста-дель-Соль появилось около 20 отелей, имеющих спа- и велнес-центры. В провинции Малага одно из профильных направлений — специальные оздоровительные центры для пожилых людей. Центры красоты и здоровья для пожилых людей появляются и в других провинциях Андалусии — в районе между Аксаркией и «Золотой милей» Марбельи. В Гранаде, на теплом юге Европы, уже в марте можно загорать. Здесь расположено около десяти термальных центров региона, в частности, в муниципалитетах Альгамбра и Гуадикс, и окрестностях. Можно сказать, что отсюда начала развиваться бальнеология южной Испании.

Островная часть

Балеарские острова. Архипелаг составляют четыре основных острова — Майорка, Менорка, Ибиса и Форментера — и множество мелких. Здесь услуги спа- и талассотерапии предлагают более сорока отелей. Они оснащены современным оборудованием; помимо традиционных, предлагаются и оригинальные оздоровительные методики. Балеары относятся к немногим местам в Испании, где специалисты в области восстановления душевной гармонии практикуют аюрведу.

Канарские острова. Это одно из старейших направлений в области оздоровительного туризма. Здесь более пятидесяти отелей и апартаментов, предлагающих оздоровительные процедуры, а это свыше 10 тыс. мест для размещения. Из семи островов Канарского архипелага в секторе оздоровительного туризма наиболее популярны Тенерифе, Гран-Канария, Лансароте и Йерро.



Отдел туризма Посольства Испании в Москве
(Испанский институт туризма (Turespana))
www.spain.info/ru





Остров здоровой жизни

Центр коррекции веса «Академия Vitality» расположен в городе Айзпите, в 186 км от столицы Латвии Риги. Комплекс занимает огромную территорию, равную 180 га, и полностью изолирован от городской суеты и гастрономических соблазнов. Здесь разработана уникальная оздоровительная система – под наблюдением специалистов гости центра учатся находить гармонию между разумом, душой и телом.

Идея создания «Академии Vitality» очень проста: в изоляции от таких искушений, как еда, алкоголь, возможность открыть холодильник в любое время дня и ночи, человек привыкает к «правильному» режиму питания. Отдыху и расслаблению способствуют красивая природа, физические активности, спа-процедуры и культурные мероприятия. Дружный и профессиональный коллектив всегда готов прийти на помощь и составить компанию на занятиях по скандинавской ходьбе.

На территории центра расположено несколько жилых корпусов. В основном здании разместились ресепшен, кабинеты врача и директора центра. Столовая и гостиная, где по вечерам проходят различные мероприятия, проводятся беседы с диетологом и устраиваются мастер-классы по рукоделию, также расположены в этой части комплекса. В 2016 году были построены два коттеджа с четырьмя номерами и уютной общей гостиной, где хорошо выпить

чаю или поиграть в настольные игры, и новый корпус.

На первом этаже последнего расположились ресепшен и фитнес-зал. Есть и спортивный зал. В нем часто проводятся товарищеские матчи по мини-футболу. В остальное время здесь можно поиграть в баскетбол, большой теннис или устроить другое спортивное состязание. В новом корпусе оборудовано специальное помещение для утренней зарядки и танцев.

На втором этаже корпуса разместились просторные номера со всеми удобствами и рабочей зоной. Из окон открываются завораживающие виды местных пейзажей, можно полюбоваться и животными, которые живут и гуляют на территории комплекса.

В процедурном комплексе расположены массажные кабинеты и бассейн, где проходят занятия по аквааэробике. В банном корпусе гостей «Академии Vitality» ждут банный ритуал, молочные и пивные ванны, гидромассаж и душ Шарко.

После основных занятий и процедур можно отправиться на увлекательные экскурсии или стать участником интерактивных анимационных программ. Стоит заглянуть и в конюшню при оздоровительном комплексе. Здесь гости могут прокатиться верхом на гордых животных или покормить их младших собратьев — пони.

Программа по снижению веса «Академии Vitality» построена на трех основных принципах:

- **изоляции** (покидать территорию центра не разрешается, получить все необходимое можно через администратора),
- **пятикратном сбалансированном питании** (в центре разработана специальная диета, которая подразумевает прием пищи пять раз в сутки в определенное время и один разгрузочный день через трое суток),
- **физической нагрузке и процедурах для лица и тела** (график занятий индивидуальный. Скандинавская ходьба — 2 часа в день, первое занятие с тренером. Фитнес и аквааэробика чередуются, как и массажные процедуры. Гидромассаж, душ Шарко, а также молочные и пивные ванны назначаются врачом центра при отсутствии противопоказаний).

Международная «Академия Vitality» — уникальное место на земле, где учат жить по-новому. Здесь не только теряют вес, но и управляют им! До встречи на острове здоровой жизни!

Стоимость дня пребывания в «Академии Vitality»:

от 100 евро в день / чел.

Дополнительно оплачивается трансфер:

80 евро в одну сторону (за машину).



Более подробная информация о центре

и стоимости программ — на сайте

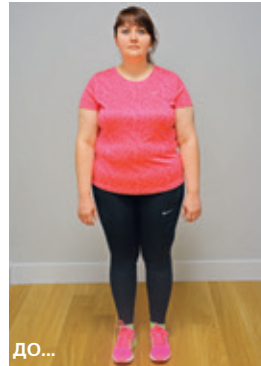
www.academyvitality.com

или по телефонам:

В Латвии (г. Рига) +371 26 511011

В России (г. Москва) +7(985) 766-49-84

E-mail: info@academyvitality.com



ДО...



...ПОСЛЕ

В ПРОГРАММУ ВКЛЮЧЕНО:

- Проживание (на выбор 5 видов апартаментов, одно- или двухместное размещение)
- Пятикратное сбалансированное питание
- Разгрузочные кефирные дни (по средам и воскресеньям)
- Консультация врача (2 обязательные, в дальнейшем по необходимости)
- Медицинская программа (по желанию)
- Анализ состава тела методом биоимпеданса
- Кардиограмма
- Вычисление допустимой нагрузки
- Консультация и заключение диетолога
- Лекции диетолога (2 раза в неделю, по желанию)
- Индивидуальная фитнес-программа
- Зарядка, ускоряющая метаболизм (каждое утро)
- Скандинавская ходьба (2 раза в день по 1 часу)
- Фитнес (3 раза в неделю)
- Занятия на аппарате биомеханической стимуляции-растяжки («Аппарат Назарова», дополнение к фитнесу) по назначению доктора
- Аквааэробика (4 раза в неделю)
- Общий массаж тела (через день)
- Массаж лица и лимфодренажные сапоги (через день)
- Душ Шарко/Гидромассаж (2 раза в неделю)
- Ванны: молочная, пивная (1 раз в неделю)
- Верховая езда (по желанию)
- Каждый вечер доступна баня (с 18.00 до 22.00)
- Посещение бассейна (с 18.00 до 22.00 или в свободное время)
- Футбол, большой теннис («пушка»), баскетбол, настольный теннис и футбол, катание на катамаране, каяк (спортивный инвентарь у администратора)
- Рыбалка (по желанию, со своими удочками)
- Вечерние анимационные мероприятия (с 19.00 до 22.00, по желанию)
- Экскурсии с тренером/аниматором (скандинавская ходьба, музеи, грибная ферма, винный погребок, поездка на море, страусиная ферма, города: Айзпуте, Кулдига, Лиепая и т.д.)



Территория «Эгле»

Лечебно-оздоровительный комплекс «Эгле» (Egles), отмечающий в этом году 45-летие, за минувшее время вырос из санатория для колхозных тружеников до одного из крупнейших реабилитационных учреждений не только в Литве, но и в Восточной Европе. Сегодня «Эгле» — это три современных санатория, которые находятся на курортах Литвы — в Друскининкае и в Бирштонасе.

Друскининкай

Самый южный город Литвы, старейший и крупнейший курорт страны, знаменитый своими солеными источниками, мягким и теплым микроклиматом. Курорт находится там, где когда-то переходная полоса отделяла море от суши. Здесь откладывалась морская соль, которая впоследствии оказалась глубоко под землей. Через эти соляные отложения сейчас пробиваются минеральные источники. На территории Друскининкского самоуправления нет крупных промышленных объектов, поэтому воздух и вода здесь необычайно чистые. В радиусе 8–10 километров вокруг Друскининкая расположено 12 чистых озер.

В 1794 г. Друскининкай был объявлен лечебной местностью. Это и стало началом тщательных анализов целебных ресурсов. Уже с начала XIX в. в Друскининкае неофициально существовали ванны с минеральной водой и грязями. Веками прославлявшие курорт минеральные воды и лечебные грязи совмещаются сегодня в санаториях «Эгле» с современными технологиями. Курорт знаменит глубокими традициями санаторного лечения, прекрасной природой и стремительно развивающейся инфраструктурой туристических услуг.

Бирштонас

Другой курорт, где представлен санаторий «Эгле» — Бирштонас. С давних пор он привлекает отдыхающих природными ресурсами и необычным ландшафтом. Начало основания Бирштонаса как курорта относится к 1846 г., когда возник интерес к бирштонским источникам. В 1854 г. было подписано разрешение на основание курорта в Бирштонасе. Уже в следующем году



построили первую лечебницу. Важнейшим событием в истории курорта стало начало лечения грязями. Торф для лечебной грязи завозился из близлежащего торфяника, в 1927 г. была построена грязелечебница. Ее здание сохранилось до наших дней, сегодня это главная постройка в городе. Бирштонас – маленький, но современный курорт, который ждет гостей круглый год и дает возможность полноценно отдохнуть и восстановить силы. Многократное признание услуг и отдельных продуктов, возможность лечения широкого профиля заболеваний, многолетний опыт специалистов высочайшего уровня, уникальные лечебные факторы регионов, такие как минеральная вода и лечебные грязи, выгодно выделяют санатории «Эгле» в секторе оздоровительно-медицинских услуг Европы и позволяют обслужить до 90 тыс. человек ежегодно.

Лечебные факторы

Главные лечебные факторы группы санаториев «Эгле» – минеральная вода и лечебные грязи. Водолечение. Минеральная питьевая вода «Эгле» употребляется при хроническом воспалении желудка с пониженной кислотностью желудочного сока, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, хроническом воспалении толстой кишки, хронических запорах, хроническом воспалении желчного пузыря и протоков, начальных стадиях хронического гепатита, желчнокаменной болезни, некоторых заболеваниях мочеточников и камнях в почках (в послеоперационный период), нарушении обмена веществ и сахарном диабете (в легкой форме).

Минеральные воды «Эгле» используются не только для питья, но и для разных ванн. Для лечебных ванн в Друскининкае и Бирштонасе используется минеральная вода низкой, средней и высокой минерализации.

В санаториях «Эгле» практикуются различные процедуры с минеральной водой:

- углекислая ванна;
- ванна с лекарственными травами;
- кинезитерапия в вертикальной ванне;
- подводный массаж;
- ванна с лечебной торфяной грязью.

Грязелечение. В санаториях «Эгле» для лечения используется торфяная грязь, добываемая из принадлежащих санаторию карьеров. Торф – это продукт распада растительных организмов (почти без участия кислорода). Грязевые процедуры, воздействуя через механические, термические, химические, болевые и другие рецепторы кожи, вызывают сложные рефлекторные реакции, в результате которых в коже выделяются биологически активные вещества, способствующие активизации жизненных сил организма.

Благодаря грязевым аппликациям нормализуются различные функции, улучшается кровообращение и питание тканей и органов, лучше усваивается кислород, активизируется функция желез внутренней секреции, особенно если она была недостаточной, стимулируется выведение продуктов различных воспалительных процессов. Благодаря этому активизируются болеутоляющие, противовоспалительные функции организма, его защитный и адаптационный механизмы и т.д.

В санаториях «Эгле» проводятся следующие грязевые процедуры:

- грязевые аппликации;
- грязевые ванны;
- гинекологические и ректальные грязевые тампоны;
- аппликации для десен;
- электрогрязелечение.





Показания. Лечебная грязь рекомендуется при заболеваниях органов опорно-двигательного аппарата (позвоночника, костей, суставов, мышц, связок и т.д.), расстройствах нервной системы, нарушениях пищеварительной системы, заболеваниях периферических сосудов, остаточных явлениях после травм, ожогов, обморожения, заболеваниях ушей, горла и носа.

Лечебная грязь не рекомендуется при острой, а во многих случаях и при обостряющейся стадии заболевания, повышении температуры тела любого происхождения, активном туберкулезе, сердечной недостаточности, злокачественных опухолях, повторяющихся кровотечениях из внутренних органов, беременности.

Лечебная грязь назначается и дозируется лечащим врачом в зависимости от состояния здоровья пациента.

Феномен белой грязи

Помимо торфяной грязи в санаториях «Эгле» используется белая лечебная грязь, которая является илом органического происхождения, извлеченным из существующих или ранее существовавших пресноводных озер. Ее целебные свойства ценятся за очень хорошие тепловые показатели по сравнению с лечебным торфом, а также за содержащиеся в ней органические биологически активные вещества и микроэлементы (железо, марганец, цинк, медь, хром, кобальт и т.д.). Белая лечебная грязь воздействует на кожу, а затем на все

ткани и органы организма. Улучшается кровообращение, обмен веществ, тело начинает потеть, выводятся накопившиеся в нем вредные вещества, шлаки, повышается температура. Белая грязь во время лечения очищает организм и кожу. Кроме того, она увлажняет и защищает ее от высыхания и старения.

В зависимости от температуры белой грязи, кожа усваивает из нее биологически активные вещества и микроэлементы, схожие по своим свойствам с витаминами и гормонами. В результате в организме замедляются или полностью прекращаются воспалительные процессы, активизируется функция основных желез организма, укрепляется иммунитет. Таким образом, белая грязь действует на весь организм, вызывает в нем сложные процессы и тем самым улучшает его устойчивость, запускает процесс выздоровления.

Основные лечебные эффекты белой грязи: восстановление, укрепление иммунитета, препятствование образованию рубцов, антибактериальное, успокаивающее действие, снижение свертываемости крови, антицеллюлитный эффект. Белая грязь рекомендуется при нарушениях и повреждениях опорно-двигательного аппарата, остаточных явлениях после травм головного и спинного мозга, радикулите, желудочно-кишечных расстройствах, кожных, гинекологических заболеваниях, простатите, хронических болезнях дыхательных путей и др.

Лечение белой грязью противопоказано при туберкулезе, тяжелой форме бронхиальной астмы, заболеваниях крови, болезнях почек, при почечной недостаточности, повышенной функции щитовидной железы, злокачественных опухолях, острых инфекционных заболеваниях, острых воспалительных процессах, сердечной недостаточности II–III степени, высокой степени ожирения, частых и повторяющихся кровотечениях, вызванных любыми причинами, беременности.

Контакт:

Тел.: +370 313 60220,
+370 313 60283
druskininkai@sanatorija.lt
www.sanatorija.lt



Куда?
поехать
лечиться

Как?
выбрать
клинику

Где?
лучшие
цены

TopMedClinic

First Medical Expert

- ПРОВЕРЕННЫЕ КЛИНИКИ С МЕЖДУНАРОДНОЙ АККРЕДИТАЦИЕЙ
- ДОСТУП К ВЕДУЩИМ СПЕЦИАЛИСТАМ МИРА
- ПОМОЩЬ И ИНФОРМАЦИОННАЯ ПОДДЕРЖКА НА ВСЕХ ЭТАПАХ ЛЕЧЕНИЯ

topmedclinic.com

info@topmedclinic.com

+7 (495) 664-92-13



Средиземноморская здравница

Целебный климат дает возможность называть острова мальтийского архипелага природной здравницей. С этим органично сочетаются давние медицинские традиции, которыми Мальта обязана рыцарям Странноприимного ордена св. Иоанна и Иерусалима (иоаннитам), ныне известным как мальтийские рыцари. Их орден был основан в 1080 г. в Иерусалиме в качестве организации, целью которой была забота о неимущих, больных или раненых пилигримах (странниках, отсюда и слово «странноприимный») в Святой земле. Полное название сегодня — Суверенный Военный Орден Госпитальеров Св. Иоанна, Иерусалима, Родоса и Мальты. Вступая в орден, монахи-иоанниты давали обет помогать больным и страждущим, «почитая их как своих господ».

Лечение как историческая традиция

Почти 500 лет назад, в 1530 г., иоанниты пришли на Мальту и создали здесь рыцарское государство, которое просуществовало до конца XVIII в. В 1630 г. они открыли на острове огромный госпиталь Сакра-Инфермерия с самой длинной в мире больничной палатой (155 м). Над входом был выбит девиз: *Tuitio Fidei et Obsequium Pauperum* / «Защитники веры и слуги бедняков». В прекрасно оборудованном по тем временам медицинском учреждении за больными ухаживали рыцари-монахи, пациенты спали на шелковых простынях и ели на серебре. Мраморный пол мыли трижды в день. Для очищения воздуха и отпугивания мух использовали благовония. В годы британского присутствия на Мальте (XIX – вт. пол. XX в.) в Сакра-Инфермерии также размещался госпиталь. И хотя сегодня здесь находится Средиземноморский конфе-

ренц-центр, один из крупнейших в Европе, Мальту нередко называют «средиземноморским госпиталем». Высокий уровень медицины на Мальте поддерживается не только давними традициями. Мальтийские медики учатся, стажировались и повышают квалификацию в лучших медицинских учебных заведениях мира, включая Великобританию и США. Поскольку Мальта входит в ЕС, в ее системе здравоохранения приняты европейские медицинские стандарты. Местные специалисты проводят сложнейшую диагностику. Они успешно делают кардиологические и косметические операции, протезируют зубы, славятся операциями на коленных и тазобедренных суставах, которые при необходимости частично заменяют эффективными имплантатами. Высокий уровень обслуживания характерен для частных клиник Мальты. Во многих сервис соответствует критериям пятизвездных отелей. Ряд таких клиник на Мальте специ-

ализируется на лечении сердечно-сосудистых заболеваний, обеспечивая полный комплекс медицинских услуг от предварительных консультаций до рентгенологического исследования кровеносных сосудов — ангиографии, расширения коронарных сосудов с помощью ангиопластики, лечения сердечной аритмии и проведения операций на открытом сердце.

На Мальте работают опытные окулисты. Прекрасно оборудованная офтальмологическая клиника есть при больнице Сент-Джеймс (Saint James Hospital Malta). Она относится к числу наиболее современных здешних медицинских учреждений. Местные специалисты эффективно работают и в области эстетической хирургии. Они делают пластические операции на лице, коррекцию ушных раковин и носа, липосакцию, подтягивают мышцы живота, увеличивают и уменьшают размеры груди и пр.

На Мальте вполне приемлемые цены на лечение. Они, к примеру, ниже британских на 30–70%.

Остров невелик, рядом с клиникой всегда найдутся места отдыха, магазины, интересные достопримечательности и пр.

Центры здоровья

На Мальте около 40 оздоровительных и спа-центров, как правило, оснащенных современным оборудованием. Большинство отелей уровня 5* и других объектов размещения высокого класса имеют спа- и фитнес-центры. Многие велнес-центры располагают прекрасно оснастанными тренировочными залами и бассейнами. Здесь созданы прекрасные условия для занятий по индивидуальным программам. При некоторых отелях есть центры красоты. В оздоровительных центрах многих мальтийских отелей предлагаются разнообразные пакеты услуг, в которые включаются омолаживающие и спа-процедуры, фитнес-тренинг и программы психологической разгрузки. Цены, как говорят, вполне «демократичные», а услуги отличаются необычайным разнообразием, вплоть до спа-спален.

Ведущую группу крупных оздоровительных и косметологических центров при мальтийских отелях составляют:

На Мальте — Apollo Day Spa (Corinthia San Gorg Hotel 5* / Сент-Джулианс), Athenaeum Spa (Corinthia Palace 5* / Аттард), Spa Mediterranee (Fortina Spa Resort 5* / Слима), центр здоровья и красоты The Elysium Spa (Riviera Resort

На севере Гозо расположен состоящий из 26 прекрасных апартаментов комплекс отдыха Amchara, где исповедуется велнес. Это прекрасное место для перезагрузки, когда нужно сосредоточиться на обновлении организма, отойти от стресса, пройти процедуру детоксикации, понять причины проблем с питанием или в конце концов начать новый образ жизни.

& Spa 4* / Меллиха), водолечебница The Aphrodite SPA (Maritim Antonine Hotel & SPA 4*+ / Меллиха).

На Гозо успешно действует оздоровительно-косметологический центр The Thalgo Marine Cure Centre («Талго Марин Кьюэ») и Центр Аюрведы (Kempinski San Lawrenz Leisure Resort 5*).

Особое место в этой группе занимает отель Fortina Spa Resort, где впервые в мире было предложено проживание по системе «все включено» в инновационных терапевтических спа-номерах.

Инновационные спа-номера

В мальтийском отеле Fortina Spa Resort впервые в мире было предложено проживание в инновационных терапевтических спа-номерах по системе «все включено».

Они располагаются в отдельном четырехэтажном здании. В комплекс «Фортина Спа Резорт» входят три оздоровительных центра: Spa Mediterranee, The Sante Spa и The Belle Epoque Beauty Spa. Spa Mediterranee специализируется на антистрессовых и оздоровительных процедурах на основе талассотерапии. Предлагается, например, программа Futur-tec, способствующая борьбе с морщинами и целлюлитом без хирургического вмешательства.

В Futur-tec сочетаются использование лазера, ультразвук, солей Мертвого моря и чистого кислорода.

Другое направление — посттравматические и послеоперационные восстановительные программы. Центр располагает специальным бассейном, водной беговой дорожкой, здесь практикуются мануальная терапия, ультразвук, лазерное лечение, гидротерапия, ароматерапия, электролимфодренаж и другие процедуры.

Отели со спа-центрами на Мальте:

www.visitmalta.com/ru/spa



Лучше чем за граница

Инновационный подход к оздоровлению в Карелии



Карелия — одно из самых привлекательных мест для отдыха и оздоровления в России. Здесь на берегу красивого озера с прозрачной водой в сосновом бору расположилась клиника интегративной медицины «Кивач». С 1996 г., первая в своей сфере, она занимается детоксикацией организма на клеточном уровне, оздоровлением, омоложением и эстетическим совершенствованием лица и тела. Генеральный директор ЗАО «Клиника «Кивач» Александра Улич рассказывает о программах и разработках клиники.

Александра Витальевна, заповедная природа Карелии, безусловно, мощный мотив привлечения для гостей. А что предлагает клиника «Кивач» как медицинский и оздоровительный комплекс?

Наша клиника — многопрофильное медицинское учреждение. За 20 лет работы мы накопили огромный опыт, создали уникальные разработки и методики, которые позволяют через очищение организма лечить многие хронические заболевания. Мы постоянно расширяем перечень предоставляемых услуг, так, в 2015 г. под брендом «Кивач» открылось отделение пластической хирургии.

Мы используем современнейшие технологии, постоянно обновляя оборудование и обучая персонал. Наши врачи — высококлассные специалисты, регулярно повышающие свой профессиональный уровень. Многие процедуры и способы лечения, которые есть в «Киваче», мы стали применять первыми в России.

В чем заключаются конкурентные преимущества клиники на фоне открытого рынка медицинских услуг и индустрии здоровья в целом?

За здоровьем к нам едут не только со всех уголков страны, но и из-за границы: география гостей охватывает более 30 стран мира. Среди наших пациентов много звезд кино и телевидения.

При комплексном подходе, который мы практикуем, организм человека воспринимается как единая целостная система, что позволяет эффективно лечить не симптомы, а причину заболевания. Наши детокс-программы — это комплекс взаимосвязанных мероприятий: детокс-процедуры, термолечение, галотерапия, фитотерапия, бальнеотерапия, массаж, лечебная физкультура, лимфотропная и вегето-резонансная терапия и многое другое. Это позво-

ляет активизировать механизмы саморегуляции и самооздоровления, заложенные в нас природой, восстановить нормальную работу органов для активного долголетия и снижения риска возможных заболеваний.

Не могли бы вы сделать краткий анонс предложений от клиники «Кивач» на весенне-летний сезон 2017 г.

Мы практикуем индивидуальный подход и предлагаем четыре вида программ очищения организма: «Базовый», «Премиум» — с углубленной диагностикой, «Экс-клюзив» — для самых взыскательных гостей и «Лечебное голодание» — для самых стойких. В числе прочих также предусмотрены программы детского оздоровления, а для «продвинутого» возраста — «Здоровье 60 плюс». Мы занимаемся общим оздоровлением, лечением бесплодия, предоставляем услуги косметологии.

Для каждого из наших дорогих гостей мы готовы подобрать индивидуальную программу!





ДЕТОКС



ДИАГНОСТИКА
CHECK UP



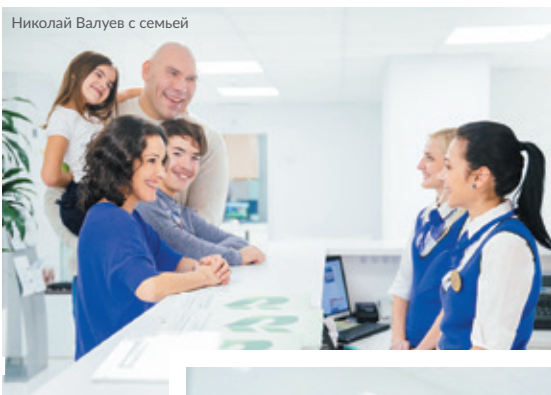
ANTI AGE™



ПЛАСТИЧЕСКАЯ
ХИРУРГИЯ



КОСМЕТОЛОГИЯ



Николай Валуев с семьей

КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ НА ОСНОВЕ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА

20 лет лечебно-диагностического опыта, собственная исследовательская база, высококлассные специалисты и новейшее оборудование позволяют Клинике «Кивач» проводить комплексные оздоровительные программы на самом высоком уровне.

- ✓ снижение массы тела
- ✓ стабилизация артериального давления
- ✓ нормализация уровня сахара в крови
- ✓ устойчивость организма к инфекциям
- ✓ повышение жизненного тонуса



Иван Ожогин

НОВЫЕ ПРОГРАММЫ

«Детокс-премиум» — программа с применением расширенного перечня лечебно-профилактических процедур. Программа не только очищает организм, но и предусматривает раннюю диагностику.

«Детокс-экслюзив» — программа, включающая в себя полную диагностику организма (Check Up), лечение методом резонансно-частотной терапии, а также расширенный перечень медицинских и уходовых процедур. Программа ориентирована на самых взыскательных гостей.

Клиника «Кивач» Карелия
8 (800) 100-80-30
www.kivach.ru

Клиника «Кивач» Санкт-Петербург
26 линия В.О., 15Б
8 (812) 318-59-99 | spb.kivach.ru



/kivachclinic





Легендарная Мацеста

Минувший сезон 2016 года при отсутствии турецкого и египетского направлений оказался для черноморских курортов России во многом «тепличным». В нынешнем году ситуация кардинально изменилась. Коммерческий директор АО «СКО ФНПР «Профкурорт» Марина Розанова делится своими наблюдениями.

На фоне снижения спроса на отдых на побережье Черного моря, связанного с открытием дешевого турецкого направления, необходимо искать новые маркетинговые решения для привлечения отдыхающих.

Компания «Профкурорт» вновь обращает ваше внимание на лечебные возможности курортов. Предоставление санаторно-курортных услуг на черноморском побережье позволяет охватить особую целевую аудиторию, куда входят отдыхающие, нуждающиеся в санаторно-курортном лечении!

Чем полезна «огненная вода»

Речь о лечении на курорте Мацеста в Сочи. Солнце, море, пляжи, комфортабельные гостиницы — это то, что необходимо любителям пляжного отдыха. Без белоснежных вершин и горнолыжных склонов не могут представить себе отпуск любители активного отдыха. Все это есть в Сочи. Но главным достоинством города по праву можно назвать его природные лечебные факторы, которые сложно найти в какой-либо другой точке земного шара. Сочи — не просто климатический курорт. Безусловно, море, чистый воздух, мягкий субтропический климат благотворно влияют на организм. Но благоприятный климат и море есть и в других местах. Почему же каждый год, независимо от сезона, тысячи людей едут лечиться именно в Сочи?

Ответ на этот вопрос можно найти в долине трех рек: Агуры, Хосты и Мацесты. Здесь, в Хостинском районе, находится небольшой поселок Мацеста — визитная карточка Большого Сочи. Название населенному пункту дало его главное богатство — уникальные сероводородные термальные источники, которые, если верить летописям, были известны людям еще в I в. до н. э. Сегодня Мацеста остается одним из самых больших и известных бальнеологических центров России, а ее сероводородный источник — крупнейшим природным месторождением в мире. В переводе с адыгейского языка «мацеста» — «огнен-

ная вода». Такое название река, берущая свое начало на высоте 900 м, на южном склоне хребта Алек, получила из-за свойств своей воды. Проверить их очень просто: достаточно опустить руку в воду, она мгновенно покраснеет.

Мацестинская вода содержит около 20 видов газов, солей и микроэлементов. Сероводород, по сути, довольно опасный газ, попадая в организм человека через кожу или при дыхании, воздействует на клеточную структуру тканей, что приводит к ускорению циркуляции крови, расширению сосудов и увеличению числа функционирующих капилляров. В результате происходит насыщение всех органов кровью и необходимыми питательными веществами, активизируется выведение шлаков, ускоряются противовоспалительные процессы в суставах и нормализуется обмен веществ.

Сегодня мацестинская вода используется для лечения целого ряда заболеваний. Она эффективна для борьбы с экземой и псориазом. Мацеста помогает избавляться от келоидных рубцов, полученных при химических и термических ожогах. «Ставит на ноги» людей, страдающих от заболеваний суставов и опорно-двигательного аппарата,





в ряде случаев успешно борется с приговором «бесплодие». Именно Мацеста сделала Сочи известным бальнеологическим курортом.

Лечение мацестинскими водами еще более эффективно в сочетании с комплексным санаторно-курортным лечением, которое можно получить на базе известных санаториев Сочи.

Наши здравницы

Две популярные профсоюзные здравницы «СКО «Адлеркурорт» и Клинический санаторий «Металлург» разработали специальные программы лечения.

«Адлеркурорт» и «Металлург» работают круглогодично. Большинство оздоровительных процедур, тем более в Мацесте, более эффективны в межсезонье, когда комфортная температура воздуха и отсутствие больших перепадов давления не оказывают дополнительной нагрузки на организм. Во время бархатного сезона желающих оздоровиться очень много, поэтому рекомендуем позаботиться о бронировании мест. Аналогичная картина наблюдается и с майскими праздниками. Нужно поторопиться! Безусловно, лечение возможно и летом, но в любом случае необходима предварительная консуль-

тация врача, поскольку и целебные воды могут иметь противопоказания, а подход должен быть исключительно индивидуальным.

АО «СКО ФНПР «Профкурорт» — единственный туроператор, специализирующийся на санаторно-курортном оздоровлении и лечебном туризме, предлагающий санаторно-курортные путевки с Мацестой в режиме онлайн. Новая услуга — консультации врачей по вопросам санаторно-курортного лечения и оформление санаторно-курортной карты на базе Поликлиники ФНПР.

Приглашаем к сотрудничеству туристические компании! С большим удовольствием окажем информационную поддержку и помощь в подготовке персонала, осуществляющего консультирование по вопросам санаторно-курортного лечения, обеспечим рекламными материалами.



Все подробности вы можете узнать на нашем сайте

www.profkurort.ru





Оздоровление по-словацки

Страна славится минеральными источниками, их здесь больше 1300. На их базе работают 30 лечебных курортов международного значения, где лечат болезни опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, эндокринной системы, почек и мочевыводящих путей, пищеварения, дыхательных путей, нервной системы, онкологические, гинекологические, кожные, аллергические и другие заболевания.

Начало курортному лечению на территории Словакии было положено в конце XIV – начале XV в. Тогда это были временные «курортные объекты»: ямы, озера, деревянные ванны, наполненные горячей минеральной водой. Постепенно вокруг источников разрастались курортные города, ставшие излюбленным местом отдыха австро-венгерской и европейской знати.

Курорты Словакии предоставляют возможность восстановить физическую форму, поправить здоровье, провести полноценный запоминающийся отпуск, отдыхая в термальных бассейнах, принимая многочисленные лечебные процедуры, занимаясь спортом, посещая экскурсии и знакомясь с достопримечательностями.

Бардейовске Купеле – главный питьевой курорт Словакии. Он расположен в предгорьях Нижних Бескид на северо-востоке страны, в тихом живописном месте в 5 км от красивого исторического городка Бардейов, внесенного в список исторического наследия ЮНЕСКО. Местные минеральные источники используют также для ванн и ингаляций. Здесь лечат заболевания органов пищеварения, почек и мочевыводящих путей; нарушения обмена веществ и эндокринной системы. Насыщенность воздуха озоном и хвойный аромат окружающих лесов способствуют оздоровлению больных с неспецифическими заболеваниями дыхательных путей. На территории курорта действуют музей народной архитектуры, библиотека, кинотеатр. Экскурсионные программы

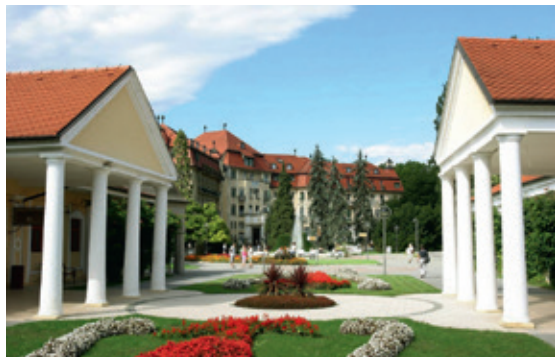
предлагают отправиться в средневековый Бардейов и в крепость Спишский Град; в Прешов и Кошице, славящиеся своей историей и архитектурными памятниками; в виноградарскую Токайскую область и в Высокие Татры.

Пиештяны — бальнеогрязевой курорт мирового значения в 78 км от Братиславы. Его символ — изваяние исцеленного мужчины, ломающего свой костыль. Местные здравницы принимают пациентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и периферической нервной системы.

Курорт расположен непосредственно в городе, на Купельном острове, образованном рекой Ваг и ее рукавом. Здесь же добывают знаменитые пиештянские грязи, применяемые для ванн и аппликаций. Воду термальных источников с температурой до 69°C используют для купаний в бассейнах и для ванн. Широко применяется лечебная физкультура и физиотерапия. К услугам отдыхающих открытый бассейн с термальной водой, тренажерный зал, сауна, теннисные корты, мини-гольф, терренкурные дорожки, аренда велосипедов, открытая концертная площадка, казино. Можно отправиться на верховую прогулку или рыбалку. На водохранилище Слнява в 1,5 км от города прекрасные условия для занятий водными видами спорта. В свободное от процедур время гостям предложат посетить замки (Тренчианский, Бойницкий, Червены Камень, развалины замков Бецков и Чахтице), дворец в городе Топольчанки, города Трнава, Нитра, Смоленице, Братислава или Вена (160 км).

Смрдаки — бальнеогрязевой курорт в 60 км западнее Пиештян и в 90 км от Братиславы. Его название связано с запахом сероводорода, исходящим от источников. Смрдаки как лечебный курорт с лечебными природными источниками впервые был упомянут еще в начале XVII в. Первое здание для принятия лечебных ванн построил в 1833 г. Владелец земли, на которой находятся источники, Йозеф Виеторис в 1833 году. Сегодня в честь него назван отель Vietoris. Смрдаки считается одним из самых эффективных по лечению кожных заболеваний (в том числе псориаза) курортов не только в Центральной Европе, но и во всем мире. В основе лечения — использование уникальной минеральной воды и лечебных серных грязей. На этой основе строятся водолечение, индивидуальная и групповая реабилитация, массаж, углекислая терапия, светолечение, электролечение, теплотечение и другие процедуры.

Тренчанске Теплице — курорт с уникальным хаммамом, находится в 140 км от Братиславы и относится к самым древним (первое письменное упоминание относится к 1247 г.) и самым посещаемым курортам Словакии. Это, прежде всего, благодаря уникальной лечебной термальной воде, благоприятно влияющей на опорно-двигательный аппарат. В настоящее время, кроме термальной воды, на курорте используется широкий спектр лечебных методов из области лечебной реабилитации и физиотерапии. Курорт специализируется на лечении и профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата, состояний после операций и травм,



СЛОВАКИЯ



 **MINISTRY**
OF TRANSPORT
AND CONSTRUCTION
OF THE SLOVAK REPUBLIC

TRAVEL IN
SLOVAKIA
GOOD IDEA

Зарубежное представительство по туризму
Словацкой Республики при Министерстве транспорта
и строительства Словацкой Республики

115127 г. Москва, ул.Ю. Фучика, 17/19

Тел.: +7 (499) 251-76-31

office.ru@slovakia.travel

www.slovakia.travel

хронических ревматических заболеваний у некоторых видов цивилизационных болезней, профессиональных заболеваний и лечение псориаза.

Курорт **Дудинце** расположен на юге Центральной Словакии. Это один из самых маленьких городов Словакии. Климатически он относится к самым теплым местам страны. Благодаря уникальной комбинации углекислого газа и сероводорода местная минеральная вода — единственная в Центральной Европе, которая используется одновременно для лечения как опорно-двигательного аппарата, так и сердечно-сосудистой системы. На курорте предлагаются свыше 70 видов процедур, как лечебных, так и релаксационных, при лечении применяются такие современные методы лечения, как сухие углекислые ванны, газовые уколы, лечение коллагеном, магнитный генератор импульсов PAPIMI, минеральная лампа, кислородотерапия и другие.

Курорт **Турчанске Теплице** находится на севере страны. Это один из лучших урологических курортов Европы, что связано с уникальным составом местной минеральной воды. Здесь также лечат заболевания опорно-двигательного аппарата, пищеварительной и нервной систем и другие. Практикуются оздоровительные и косметологические процедуры. Брендом считаются «Золотой курс Венеры для женщин» и «Золотой курс Люксембург» для мужчин с использованием золота (золотая ванна, обертывание, массаж, маски, минеральные воды). Кроме взрослых, здесь лечатся и дети.

Курорт **Раецке Теплице** находится в 215 км от Братиславы. Главными природными лечебными ресурсами курорта являются природная лечебная вода, пелоиды, газы и климатические условия. Природная лечебная, умеренно минерализованная, гипотоническая вода температурой 38 градусов содержит бикарбонат кальция и магния. Она применяется для лечения скелетно-мышечных нарушений, воспалительных заболеваний центральной нервной системы, нервно-мышечных дегенеративных заболеваний и профессиональных заболеваний: болезней костей, суставов, мышц и сухожилий. На курорте предлагается гидротерапия, бальнеотерапия, гидромассажи, джакузи, углекислые ванны.

Курорт **Лучки** разместился в тихой горной местности в 280 км от Братиславы. Здесь кристально прозрачный воздух, наполненный хвойными ароматами. Лучки принадлежит к старейшим курортам Словакии и Европы. Это известный «женский» курорт, где главный целебный фактор — термальная минеральная вода из двух курортных источников. Лучки считается также и курортом семейного типа, подходящим для всех возрастов. Здесь лечат гинекологические, онкологические заболевания, а также заболевания опорно-двигательного аппарата и расстройства нервной системы. Курорт предлагает богатое разнообразие комплексных пакетов лечебных и спа-услуг. В результате санаторно-курортного лечения в Лучках перестраиваются вегетативные функции организма, способствуя выздоровлению.



Целебная сила воды

Словения невелика. Всего около 20 тыс. кв. км, вдвое меньше, чем Московская область. Тем не менее здесь есть и Альпы и Средиземноморье. Впечатляет своими ландшафтами Паннонская низменность, привлекает туристов Динарское нагорье с таинственными карстовыми пещерами. В Европе нет подобного.

Словения — особенная страна. На небольшой территории есть красивые горы, реки, озера, водопады, протяженность береговой линии составляет 44 км. Ласкают взгляд многочисленные оттенки «зеленой Словении». Культурное и природное наследия Словении гармонично образуют очень привлекательную, многообразную картину.

На небольшой территории страны находится более 25 термальных лечебно-оздоровительных курортов и известных медицинских и косметических центров. В глубинах земли таится целебная сила словенской воды, которую выносят на поверхность 87 термальных источников. Лечебно-оздоровительный потенциал Словении складывается из целебных свойств термальных и минеральных вод, лечебных солевых грязей, благотворного морского и горного климата и насыщенного аэроионами воздуха. Этим природа щедро наделила Словению.

Активный отдых, современные термальные оазисы, эффективный велнес, различные курортно-оздоровительные услуги, приморские удовольствия, кулинарные изыски, занятия гольфом и наслаждение на лоне идиллической природы — все это к услугам отдыхающих на курортах Терме Крка.

Терме Крка — лучший термальный курорт Словении, по мнению многих

В группу Терме Крка входят словенские природные здравницы: Доленьске Топлице, Шмарьешке Топлице, приморский курорт Талассо Струнян, гостиницы Оточец со знаменитым замком и великолепной площадкой для гольфа, а также бизнес-отель Крка в г. Ново Место.

Деятельность курортов основана на богатых курортных традициях, наше основное направление — медицинская реабилитация. В наших центрах здоровья мы предоставляем расширенный спектр медицинских услуг по реабилитации, под эгидой центров действуют также современные диагностические центры с различными специализированными амбулаториями.

Доленьске Топлице. Здесь успешно лечат ревматические заболевания опорно-двигательного аппарата, состояния после травм и операционных вмешательств, облегчают недуги при остеопорозе, болях в спине, суставах и мышцах.

Шмарьешке Топлице. Центр реабилитации сердечно-сосудистых заболеваний этого курорта пользуется авторитетом и известностью прежде всего в области эффективного лечения сердечно-сосудистых заболеваний, про-



филактических программ по поддержанию и укреплению здоровья для диабетиков и больных коронарной болезнью, а также в области дальнейшей реабилитации после перенесенного инфаркта или операции на сердце и сосудах и травм опорно-двигательного аппарата. В распоряжении специалистов современное оборудование как для кардиологической диагностики, так и для работы отделения реабилитации.

Талассо Струньян. Близость моря и его благотворное воздействие позволили развить в этом приморском центре, подразделении Терме Крка, комплексный талассотерапевтический подход, основанный на использовании: морских климата, воды, лечебной грязи, водорослей и морской соли. Сегодня Талассо Струньян считается одним из лучших в Словении природных климатических курортов. Медперсонал курорта умело сочетает благотворное действие природы с применением принципов классической медицины, в чем им помогает современное оборудование. В окружении первозданных средиземноморских красот курорт предоставляет гостям безопасные методики по поддержанию здоровья, своевременное обнаружение болезней и лечение. Курорт Талассо Струньян на основе взаимодействия своих и внештатных специалистов специализируется на лечении заболеваний органов дыхания, состояний после травм и операций в области грудной клетки, легких и на опорно-двигательном аппарате, а также ревматических заболеваний.



Профилактика здоровья

На курортах Терме Крка богатый арсенал медицинского знания расширяется и в области профилактики болезней. При наличии многочисленных негативных факторов воздействия внешней среды, стрессов и все возрастающего темпа жизни человек обязан позаботиться о себе, если он хочет сохранить качество жизни на всех возрастных стадиях. Всемерное содействие здоровому образу жизни наших пациентов и отдыхающих — это миссия группы Крка, в которую входим мы. Современные оборудование и медицинские технологии помогают нам в решении этой задачи. Для наших гостей мы разрабатываем программы, направленные на улучшение самочувствия, укрепление здоровья, отдых, поддержание здорового и эстетически привлекательного внешнего вида. Курорты Терме Крка впервые в Словении предложили гостям основанные на медицинских показаниях программы отдыха, которые помогают преодолевать болезни современной цивилизации, стрессы, избыточный вес, преждевременное старение...

К услугам гостей также качественные и разнообразные программы по уходу за телом, программы активного отдыха и релаксации. В современных термальных оазисах мы реализуем предложения по отдыху, отвечающие самым высоким требованиям, а на морском побережье проводим лечебную талассотерапию. Наши кулинары радуют гостей изумительными гастрономическими творениями, мы расширяем палитру услуг и программ в области спорта, особенно для любителей тенниса и гольфа. Помимо этого мы являемся одним из лучших представителей конгрессного туризма в Словении.

На высший пьедестал мы ставим довольство наших гостей. Мы уделяем пристальное внимание их пожеланиям и с удовольствием заботимся о том, чтобы у них каждый день было хорошее настроение.

Кто посетил нас однажды, хочет вернуться к нам снова ...
Мы будем рады старым и новым гостям!

Ваши Терме Крка

Нови трг 1, 8000, Ново Место, Словения
Тел.: + 386 820 50 300,
810 800 2000 1386 — бесплатная связь
kurort@terme-krka.si, booking@terme-krka.si
Телефон в Москве:
+ 7 (985) 770-21-40
www.krka-terme.ru

TERME  KRKA



Главный рецепт Суоми

Финляндия – страна синих озер, бескрайних зеленых лесов, полярного солнца и снежной сказки. Край Северного сияния и Калевалы, отличных саун и уютных коттеджей, родина Санта-Клауса и Муми-троллей.

Здесь, в этой небольшой северной стране, среди бескрайних зеленых лесов и прозрачной синевы тысяч озер люди издревле стремятся жить в гармонии с природой и черпают жизненные силы в ее объятиях. Финляндия, или как называют свою родину сами финны, Суоми – настоящая жемчужина Северной Европы. Хотя страна и невелика, гостей здесь ждет множество интересных открытий и сюрпризов. Такие признанные международные эксперты по путешествиям, как Lonely Planet и National Geographic Traveller, выбрали Финляндию одной из лучших в мире стран для посещения в 2017 г.

Сравнение Финляндии с жемчужиной весьма удачно: как и жемчуг, Суоми красива и привлекательна неброской на первый взгляд, простой и мягкой, аристократически ненавязчивой красотой, раскрывающейся ценителю постепенно, но неотразимо обаятельно. С точки зрения даже самого искушенного путешественника, Финляндия удивительно многогранна как туристическое направление: здесь есть в буквальном смысле всё, чего только может пожелать душа. Столица страны – оживленный и ком-

пактный Хельсинки – один из наиболее комфортных для проживания городов мира, замечательный своей архитектурой, дизайном и достопримечательностями, предлагает своим гостям отличный городской отпуск. Крупнейший в мире морской архипелаг из бесчисленного множества островов и островков буквально пропитан стариной, невероятно богато его культурно-историческое наследие, здесь отличные пляжи и обширные возможности для семейного и оздоровительного отдыха. Озерный регион – это земной рай для людей, ценящих отдых в комфортабельных коттеджах на берегу одного из тысяч озер, куда так приятно окунуться светлой летней ночью после жаркой сауны. Любителям горных и беговых лыж и зимней сказки арктического Севера стоит приехать в финскую Лапландию – родину самого знаменитого финна на планете, седобородого волшебника Санта-Клауса. Это одно из лучших мест в мире для наблюдения за магическими сполохами Полярного сияния и эпицентр зимних приключений в духе рассказов Джека Лондона, с оленями, собаками-хаски и саамскими традициями.

ФИНЛЯНДИЯ



Добавьте к этому отличный уровень обслуживания, безопасность, удобную инфраструктуру, отличный шопинг и разностороннюю вкуснейшую еду из экологически чистых местных продуктов — и взору предстанет... лишь малая часть того, что Финляндия радушно приготовила для своих гостей. Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать или прочесть! Добро пожаловать в Финляндию!

Оазис оздоровительного отдыха

Рецепт хорошего отдыха по-фински прост: несколько «вкусных» ингредиентов из лона первозданной природы Финляндии превратят туриста в совершенно иного человека даже за очень короткое время. Девственная северная природа, немного финской сауны, местные колорит и кухня делают отдых незабываемым. Финские традиции своими корнями уходят на сотни лет в прошлое. В вечной спешке современного мира личное пространство для уединения, тишина, покой и свободное время стали настоящими драгоценностями. Летние пешие походы, зимнее катание на лыжах, сбор ягод и грибов или просто неспешная прогулка под сенью финских лесов всегда к услугам туристов. Утвержденное финским законом право каждого человека на природу позволяет вдоволь насладиться экологически чистыми дарами финского Севера. Виды великолепных финских лесных ландшафтов не только освежают мозг, но и оздоравливают душу. Регулярные прогулки в лесу снижают кровяное давление, улучшают состояние организма и положительно влияют на настроение.

Дары финского леса — уникальный источник здоровья

Финляндия — мировой лидер в области разработки и производства экологически чистых продуктов питания, она родина множества питательных натуральных лакомств. Здесь можно отведать большинство из тех продуктов и даров природы, которые во всем мире называют «супер-едой» — настоящими источниками здоровья. Финский закон о свободном передвижении по стране гарантирует ее жителям и гостям право собирать в лесах практически все ягоды и грибы. Это делает прогулку в лесу

настоящим походом за деликатесами. Светлые летние ночи Финляндии делают растущие здесь овощи, фрукты и особенно ягоды невероятно вкусными. Финские фрукты и ягоды мельче среднего, но имеют насыщенный вкус и полны витаминов и флавоноидов.

Ода отдыху в коттедже

Как часто вы засыпаете, убаюканные тишиной? Как часто вас будит по утрам пение птиц под окном уютного коттеджа на берегу озера?

Коттедж — неотъемлемый элемент финской жизни. Отпуск просто немыслим без отдыха на природе. Будь то жарко натопленная сауна на берегу летнего озера или мерцающее тепло камина зимой, коттедж всегда гарантирует отличный отдых. Долгие светлые летние вечера лучше всего проводить на веранде коттеджа, за бокалом вина или чашкой чая, с семьей и друзьями. Здесь надо забыть о делах, убраться в дальний ящик и отдаться летнему солнцу. Извечно финнам присуща неизбывная тяга к природе. Полвека назад большинство населения Финляндии жило в сельской местности и занималось земледелием, животноводством и ремеслами. В наши дни урбанизация изменила положение дел, но финны не теряют тесную связь с природой, отдыхая в коттеджах на берегах озер так часто, как только возможно.

Современные комфортабельные коттеджи доступны в наше время по всей Финляндии, отдых в них неизменно популярен. Любители традиций, в свою очередь, снимают маленькие летние домики, расположенные вдали от цивилизации и с меньшим набором удобств.

Коттедж у озера — идеальный вариант для побега от бешеного ритма современной жизни, место, где можно хорошо дышать и просто помечтать. Оздоровляющее тепло сауны, перемежающееся с освежающей прохладой озерной воды, изгонит из вас последние остатки стресса и усталости, заряжая бодростью и душу и тело.

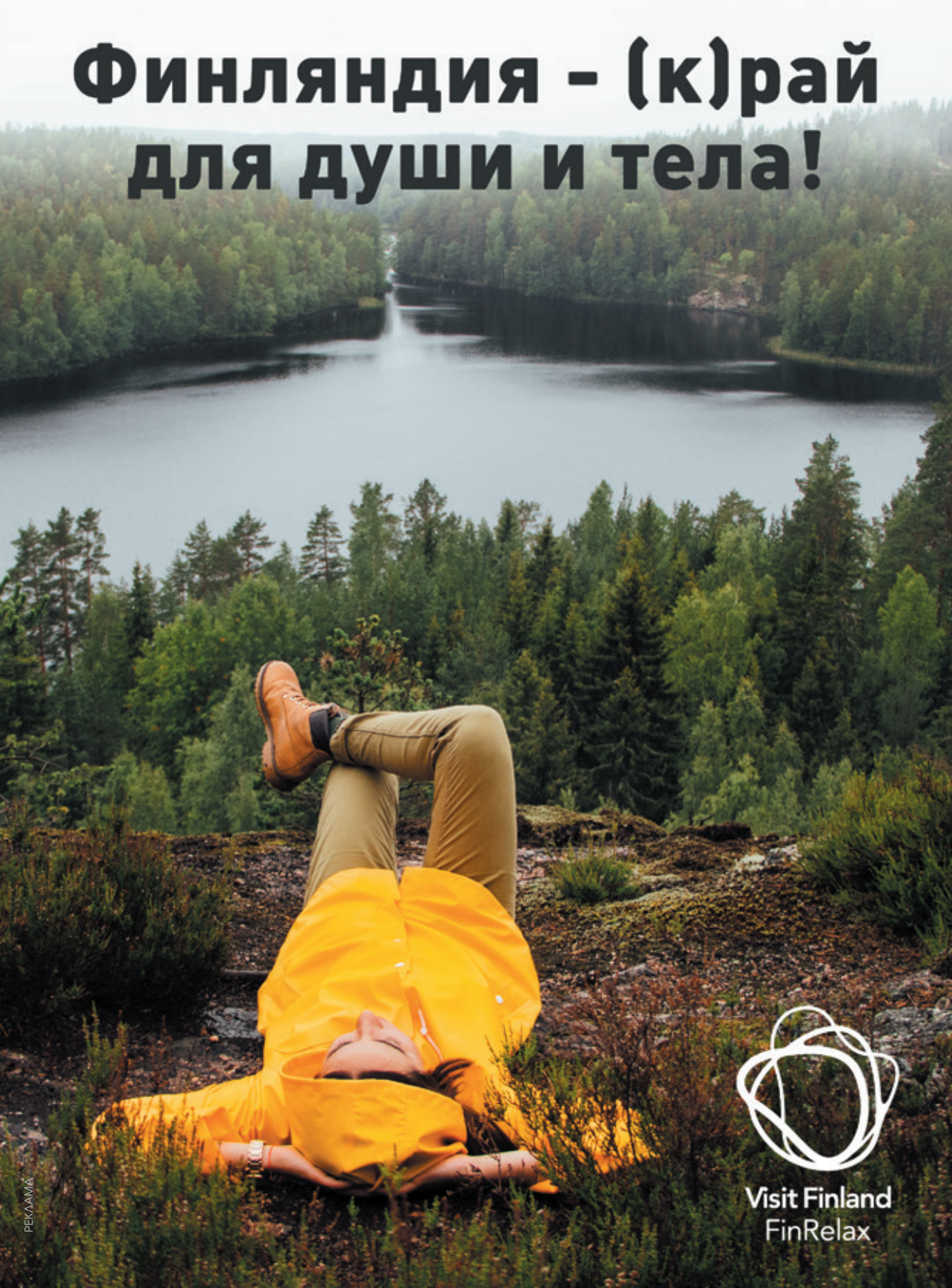
Часто мы не отдаем себе отчета в том, как много шума и суеты окружает нас в повседневной жизни. Полная тишина заставляет насторожиться, ведь понятия тишины в атмосфере современного города просто не существует. Умиротворяющее безмолвие тихой летней ночи — это расслабление в его чистой форме. Мест, где такое ощущение еще можно испытать, все меньше. Поэтому вечер, проведенный в блаженном ничегонеделании на веранде коттеджа, обретает благородный статус редкого и очень полезного для духовного тонуса занятия.



VisitFinland.com

Национальный офис
по туризму Финляндии VisitFinland
www.visitfinland.com

Финляндия - (к)рай для души и тела!



Visit Finland
FinRelax



Виши — для тела и для души

Виши (Vichy) — курортный город в центре Франции, в регионе Овернь, в 3,5 часах езды на поезде от Парижа. В годы Второй мировой войны некоторое время был столицей Франции, не вошедшей в зону германской оккупации.

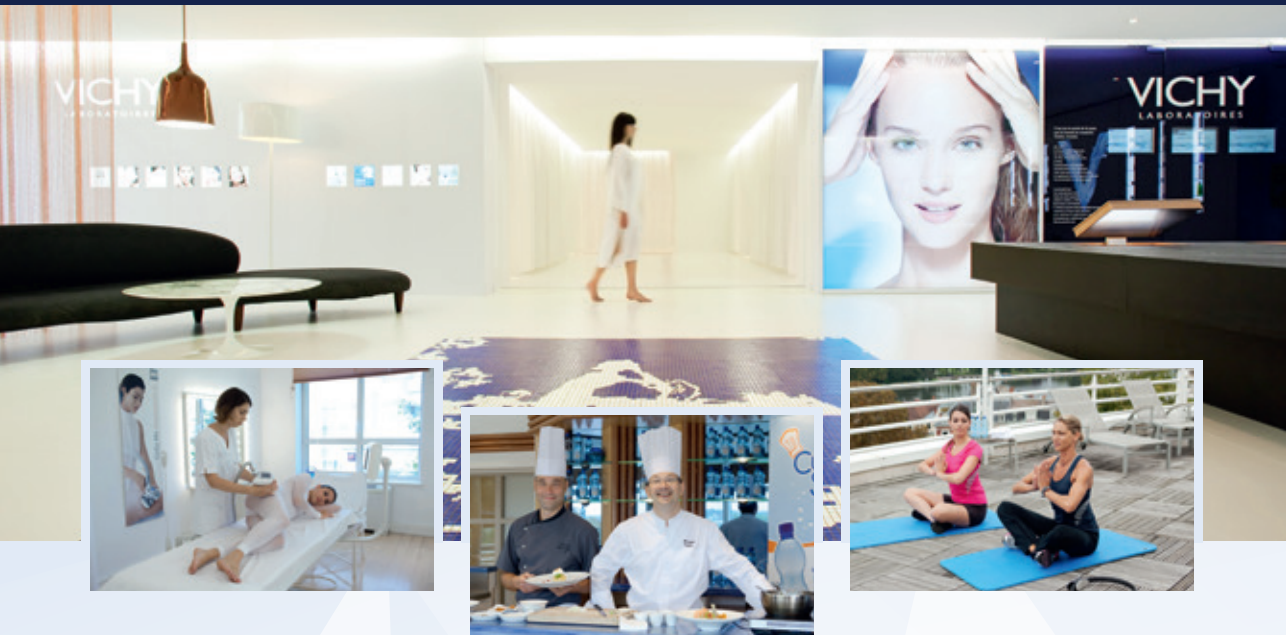
Французские специалисты склонны разделять бальнеологические курорты на три основные группы. Это, во-первых, термальные курорты, где лечение проводится под наблюдением врача с использованием минеральной воды, лечебных грязей и климата. Другая группа — центры таласотерапии. Под этим термином во Франции понимается использование морской воды и грязей, водорослей, песка и морского климата в лечебных и профилактических целях. Непосредственно же на спа-курортах бальнеолечение проводится на базе пресной воды с различными добавками (эфирные масла, сухие водоросли, морская соль, привозные лечебные грязи). Виши относится к первой группе. Город стоит на берегу реки Алье и с римских времен известен своими горячими и холодными источниками. Виши — один из самых старых термальных курортов Франции. Его называют флагом профилактики. Здесь находятся 15 источников, из них шесть — с питьевыми минеральными водами, лечебные свойства которых ценятся специалистами всего мира. Температура воды в источниках колеблется от 16 до 75°C. Самый известный источник — Селестин (Celestins) — назван в честь одноименного монастыря. Его целебная вода, используемая для питья и водных процедур, выходит на поверхность в естественном газированном состоянии. Минеральные воды Виши относятся к разряду гидрокарбонатно-натриевых вод. Сегодня доказано, что бикарбонат натрия не вызывает повышения артериального давления у больных гипертонией. Кроме того, такие воды уменьшают усталость при тренировках благодаря уменьшению кислотности всего

организма, они на 7,5% увеличивают содержание воды в коже. Большое содержание лития в водах Виши помогает нормализации сна и способствует общему расслаблению. Основные заболевания, которые лечат на курорте, — артрозы, осложнения после травм, остеопороз, подагра, тендовагиниты, заболевания органов пищеварения и нарушение обмена веществ.

Питьевой курс воды Vichy в сочетании с бальнеопроцедурами нормализует обменные процессы в организме, помогает вернуть хороший цвет лица, разгладить морщины. Двух-, трехнедельный отпуск в Виши хотя бы раз в году — заветная мечта каждой элегантной дамы. Да и мужчины не против побаловать себя здесь.

У французов Виши считается «столицей красоты» и «Парижем в миниатюре». В основе всех косметологических и спа-процедур в Виши лежат успокаивающие и укрепляющие свойства местной минеральной воды Vichy. До прохождения процедур проводится тщательное изучение состояния кожи с применением специальных технологий (определение уровня жирности, влажности, эластичности, чувствительности, фототипа, глубины морщин, биологического возраста). Затем по результатам исследования индивидуально назначаются косметические препараты. Виши — один из самых красивых курортных городов мира. Здесь много парков, ресторанов и кафе с прекрасной французской кухней. В городе есть оперный театр, казино, ипподром, теннисные корты, спортивный клуб, аэродром для личных самолетов.

VICHY CÉLESTINS *Spa Hôtel*



Жить правильно и продлить молодость *Vichy Célestins Spa Hôtel*

Виши – колыбель бальнеологии, всемирно известный курорт, расположенный в самом сердце Франции. Этот живописный уголок на берегу реки Алье, утопающий в зелени бесконечных парков, может стать бесподобным местом для отдыха и лечения. Воды Виши оказывают лечебное воздействие благодаря уникальному составу химических элементов и минералов, они богаты бикарбонатом натрия.

Основные показания:

- заболевания органов пищеварения;
- нарушение обмена веществ;
- заболевания опорно-двигательного аппарата;
- похудение, улучшение физической формы, косметология;
- преодоление хронической усталости и стресса;
- восстановление после рака груди;
- пренатальный уход.

Роскошный комплекс Vichy Spa Hôtel Les Célestins 5* и полностью обновленный отель Mercure Vichy Thermalia 4*, соединенный со знаменитым термальным центром Thermes des Dômes, предлагают программы, направленные на общее оздоровление организма, снижение веса, профилактику артроза, борьбу с хронической усталостью. Здесь, в нашем центре Pôle Santé, можно пройти полный медицинский Check-Up и получить результаты анализов ВСЕГО за 48 часов!

Приглашаем в Виши за красотой и здоровьем!

www.vichy-spa-hotel.ru

Бесплатный номер для РФ: +7 (800) 777-53-46
Для других стран: +7 (800) 777-53-46



LUXURY RESORTS
COLLECTION



19-21 СЕНТЯБРЯ 2017
ЦВК «ЭКСПОЦЕНТР», МОСКВА

www.tourismexpo.ru/spa/

УЧАСТНИКИ

- Клиники
- Диагностические центры
- Операторы мед. туризма
- Оздоровительные курорты
- SPA-отели

ФОКУС 2017

- Санатории и медицинские центры России

ПОСЕТИТЕЛИ

- Специалисты туротрасли
- Врачи
- Страховые компании
- Частные лица

ОДЫХ МЕЖДУНАРОДНЫЙ
РОССИЙСКИЙ
ТУРИСТИЧЕСКИЙ
ФОРУМ
Home of Tourism

КОНТАКТНОЕ ЛИЦО - ЛЮБОВЬ МОРДВИНЦЕВА

E-MAIL: LUXURY@EUROEXPO.RU |

ТЕЛ.: +7 (495) 925 65 61/62

Организатор:

МОСКВА РОССИЯ
ЕВРОЭКСПО



WIEN/AUSTRIA
EUROEXPO
Exhibitions and Congress Development GmbH



При поддержке:



Под патронажем

