

# EDEM CLINIC

UKRAINE

## ПРОГРАМА «MENTAL HEALTH» (ментальне відновлення) 3 дні

Кожен із нас прагне до гармонії душі та тіла, збереження внутрішнього ресурсу, продуктивності, відчуття щастя у всіх аспектах життя, наповненості яскравими емоціями кожної миті існування. Часто ми починаємо відчувати, як життя проходить повз нас, наші тіло і розум рухаються з різною швидкістю, а інколи ми ніби зупиняємось та не можемо зрушити з місця, при цьому не зупиняємо свій повсякденний марафон справ. Ці відчуття призводять до моральної та фізичної виснаженості.

Програма Mental Health базується на психотерапевтичних методиках, дихальних практиках, йога терапії та відновлюючих процедурах для тіла, за допомогою яких досягається ефект цілісності. Завдяки програмі відновлюється баланс духовного та тілесного, що дає нам невичерпне джерело енергії, відчуття саме наповненого життя, позбавляє нас від синдрому очікування.

Проходячи програму у Edem Clinic Ви відчуєте справжність дотиків, відновите сприйняття запахів, смаків та звуків, пізнаєте навколишній світ і себе по новому! Знову відчуєте силу в собі, бажання та енергію для втілення мрій і досягнення нових висот. Життєрадісність, відкритість, спонтанність та творчість ви насититесь ними знову!

### Консультативно-діагностичний блок:

### Кількість процедур:

- Консультація SPA-prevention майстра \_\_\_\_\_ 1
- Консультація та сеанс з психотерапевтом \_\_\_\_\_ 1

### Процедури:

- Масаж Local SPA Релаксація \_\_\_\_\_ 1
- Тайський-йога масаж (60 хв) \_\_\_\_\_ 1
- Гідро-, фіто-, ароматерапія \_\_\_\_\_ 3
- Грязефітолікування з флоатингом \_\_\_\_\_ 2
- Сеанс в СПА-капсулі з обгортанням торфом \_\_\_\_\_ 1
- Енергетичний душ - Душ Шарко \_\_\_\_\_ 3
- Мінералізуючий морський догляд \_\_\_\_\_ 1
- Морський догляд для обличчя «Відновлення-дренаж» \_\_\_\_\_ 1
- Сеанс з психотерапевтом (можливі заняття на вибір: "Усвідомленість «Смакуй життя по новому», "Легкість «Дихай по новому", "Крок «Вийди за обмеження») \_\_\_\_\_ 1
- Сеанс з йога терапевтом (можливі заняття на вибір: Дихальні практики, Звукова релаксотерапія (sound healing), Йогатерапія) \_\_\_\_\_ 1

### Дієтологія і харчування:

- Харчування за типом Healthy Life \_\_\_\_\_ 3

### Додаткові опції:

- Користування SPA-зоною (басейн, тренажерний зал, римська сауна, лазня, фінська сауна, крісла для хамаму, гідромасажний мінібасейн, швейцарський душ (циркулярний), доріжка Кнейпа, фітобар)
- Групові фітнес-тренування (скандинавська ходьба, тренування з Black Roll, аквааеробіка, TRX, Bit Zone, ранкова гімнастика, Fly yoga)
- Відсутність плаваючого тарифного плану

### Примітки:

- У вартість програми не включена вартість проживання.

**Загальна вартість інвестицій у ваше здоров'я:  
43 400 ГРН**

#edemyouself #edemclinic #detoxofmind  
© dr\_bashkirtsev

