

# Возможность совместить отдых и оздоровление после перенесенного заболевания!\*

*Программа направлена на восстановление организма после перенесенной коронавирусной инфекции, а также на профилактику вирусных заболеваний и укрепление защитных функций иммунной системы человека.*

**\*Доступно для бронирования с 1.03.2021**

**Тур действует от 6 ночей**

## Перечень услуг входящие в путевку:

- Размещение в комфортных номерах;
- Трехразовое питание по системе "шведский стол" (завтрак, обед, ужин) согласно количеству проживающих в номере;
- Антисептический раствор для самостоятельной дезинфекции рук (50 мл) и одноразовые медицинские маски по количеству дней проживания/гостей;
- Зконсультации врача-терапевта для назначения процедур с учетом противопоказаний;
- 2 консультации врача-физиотерапевта;
- 2 консультации ЛОР-врача;
- Ежедневный контроль давления;
- Ежедневная термометрия;
- 2 процедуры замера уровня кислорода в крови на пульсоксиметре;
- массаж грудной клетки - 1 процедура за заезд (действие: стимулирует кровоснабжение легких, регулирует дыхание, нормализует артериальное давление, улучшает лимфоток, стимулирует выведение мокроты);
- Бальнеологическое лечение 4 процедуры (по назначению врача, при отсутствии противопоказаний назначаются тонизирующие ванны: солевые, ароматические, сухие углекислые, вихревые, четырехкамерные; или души: циркулярный, веерный);
- Физиотерапевтическое лечение 3 процедуры (по назначению врача, при отсутствии противопоказаний назначается один вид процедур курсом);
- Профилактические ежедневные ингаляции (6 процедур; солевые, фито, лекарственные) на специальном лечебном растворе с противовирусным и укрепляющим действием;
- КУФ-терапия: уф-воздействие, уничтожающее бактерии и вирусы, повышает сопротивляемость к инфекциям-2 процедуры на заезд;
- Спелеокамера (соляная пещера с противомикробным микроклиматом) 4 сеанса по 40 минут каждый (по назначению врача - терапевта, при отсутствии противопоказаний);
- 3 занятия ЛФК с дипломированным инструктором (дыхательная гимнастика в бассейне или лечебная гимнастика на выбор);
- 1 обучающее занятие по скандинавской и дозированной ходьбе («терренкур») в группе (отработка правил скандинавской ходьбы и ознакомление с маршрутами «терренкур»);
- Укрепляющие иммунитет сборы в Фитобаре Центра Здоровья и Красоты, ежедневно;
- Ежедневные досуговые мероприятия для детей и взрослых: популярные ТВ-игры и тематические вечера, интеллектуальные состязания, просмотр «старых-добрых» кинокартин, утренние зарядки и спортивные активности на свежем воздухе, «Детский клуб Десёнки»;

- Посещение СПОРТцентра (бассейн, тренажерный зал, сауна, хаммам, развлекательная аквааэробика)
- Посещение развлекательных фитнес-программ «Гармония тела» (йога, пилатес, бодибол);
- Скидка 20% на услуги парикмахера и ногтевой сервис в Центре Здоровья и Красоты;
- Скидка 30% на сдачу теста «ПЦР» на Covid-19;
- Скидка 10% на продление проживания, при предоставлении пенсионного удостоверения;
- Пользование библиотекой;
- Вызов скорой медицинской помощи и других экстренных служб, в случае необходимости;
- Пользование медицинской аптечкой;
- WI-FI в общественных зонах комплекса;
- Парковка автомобиля (1 машино-место).

### **ПЯТЬ ПРИЧИН** выбрать именно эту программу для себя или своих близких:

- ✔ Самое удачное соотношение цены и набора услуг с дополнительными скидками;
- ✔ Набор лечебных и профилактических процедур рекомендован Минздравом для укрепления иммунитета и защитных свойств организма в борьбе с опасными вирусами;
- ✔ С точки зрения безопасности и здоровья людей пенсионного возраста – намного полезнее находиться на природе, **ТЕМ БОЛЕЕ в ЛЕСНОЙ ЗОНЕ!** Дышать очищенным воздухом и иметь возможность **ЕЖЕДНЕВНЫХ ПРОГУЛОК!**
- ✔ ОК «Десна» ежедневно соблюдает меры предосторожности, предупреждающие появление и распространение инфекционных заболеваний.
- ✔ На всей территории комплекса есть диспенсеры с дезинфицирующим раствором и санитайзеры, а также в выбранном туре для каждого гостя - маски (на количество дней проживания) и персональный «карманный» санитайзер, которые входят в стоимость путевки и предоставляются в номер.

### **Полезная информация:**

- расчетный час: заезд 18:00, выезд 16-00,
- проживание детей до 3-х лет - бесплатно без предоставления спального места и питания;

*\*дополнительное место включает в себя услуги тарифа «Велнес FB»*