



«Бизнес-план» — для деловых людей

Если вы развиваете собственный бизнес или занимаете высокую позицию в компании, это практически всегда означает, что вы много и напряженно работаете. Вы принимаете стратегические решения, проводите жесткие переговоры, на вас огромная ответственность. Возможно, вы работаете без отпусков, а иногда и без выходных. А для вашего организма это означает **напряжение, стрессы, рваный режим, недостаток сна** и так далее.

И при этом вам **некогда болеть**, вам нужны все ресурсы вашего организма.

Наверняка вы замечали: в кризисных ситуациях вы как будто становитесь «железным человеком»: можете спать урывками, работать круглые сутки, и вирусы вас не берут. Организм действительно способен мобилизовать все свои защитные силы. Но как только кризис заканчивается, вам приходится расплачиваться собственным здоровьем. И чем больше подобных кризисов, тем заметнее последствия.

Чем чаще других страдают деловые люди? Болями в спине, пояснице, суставах. Головными болями и головокружениями. Приходится много работать с компьютером, поэтому быстрее садится зрение. Нервная система подвергается большой нагрузке, отсюда хроническая усталость, бессонница. Теряется работоспособность и вкус к жизни.

Аюрведа как будто специально предназначена для тех, у кого нет времени лежать на диване, кому необходимо быть здоровым и полным сил. В русском языке не употребляется выражение «**интенсивный отдых**», но именно оно точнее всего передает суть тех процедур, которые Центр «Иланг» предлагает своим бизнес-клиентам.

Мы рекомендуем пройти курс процедур [Абхьянга](#), [Широдара](#) или их сочетание. Аюрведические программы снимают напряжение, вы сразу чувствуете прилив сил, повышение внимательности и работоспособности. После нескольких процедур вы перестаете ощущать себя постоянно усталым, меньше раздражаетесь, лучше спите. А если добавить согревающее воздействие [Басти](#) или [Сведаны](#), то быстрее отступят боли в спине, мышцах, суставах.

Параллельно аюрведические методы дают другие полезные для деловых людей эффекты. Например, омоложение, улучшение состояния волос и кожи, снижение веса. **Вы будете не только лучше себя чувствовать, но и лучше выглядеть.** Это важно, ведь вы — лицо компании!

Режим работы Центра «Иланг» позволяет подобрать удобное время приема даже для людей с очень плотным графиком.

[Познакомьтесь с нашими услугами](#), позвоните по телефону XXX-XX-XX и приезжайте на Пушкина, 11. Вклад в ваше здоровье — это и вклад в ваш бизнес!

«Зачётный антистресс» — для старшеклассников и студентов

Многие из нас, родителей, вспоминают свои школьные и студенческие годы как самые весёлые, беззаботные, самые сладкие во всей жизни.

Хотим ли мы, чтобы так было и у наших детей? Конечно, хотим! Но...

Самое главное «НО» — это современная система образования. Конечно, в образовательных ведомствах никто не имеет ничего против счастливого детства и беззаботной юности. Но база знаний и навыков, которую должен освоить ваш ребенок, постоянно растет. **С каждым годом нагрузка всё больше**, домашние задания всё сложнее, в школе начинают изучать всё новые и новые дисциплины.

Экзамены тоже заставляют понервничать — и наших детей, и нас, родителей. ЕГЭ — самый настоящий серьезный стресс. «Не спал всю ночь перед экзаменом», «весь день рыдала из-за тройки», «так переволновалась, что заболела» — слышим мы от родителей подростков.

Современный старшеклассник или студент много времени проводит за учебниками и за компьютером — **страдают зрение и осанка, появляются головные боли**.

А питание? Даже если вы стараетесь обеспечивать своей семье здоровое меню, подросток может увлекаться «вредным, но вкусным», особенно не прислушиваясь к вашему мнению.

В помощь родителям уже взрослых, но всё ещё детей — Аюрведа. Процедура [Абхьянга](#) снимает эмоциональное и психическое напряжение, укрепляет иммунитет, а это так важно для растущего организма. После нескольких процедур повышается сопротивляемость и выносливость, развиваются функции, связанные с памятью, интеллектом, концентрацией внимания — отличное подспорье в учебе!

Аюрведические методики помогают организму очищаться от токсинов, полученных с чипсами и колой, массажи укрепляют позвоночник и мышцы, [Широдара](#) работает в том числе и на профилактику ранней близорукости.

Ваш тинейджер не очень охотно посещает медицинские центры? Предложите ему в комплекте [масляные массажи лица](#), отлично решающие проблемы с кожей, так хорошо знакомые многим подросткам.

[Познакомьтесь с нашими услугами](#), позвоните по телефону XXX-XX-XX и приезжайте на Пушкина, 11. Поддержите сейчас вашего ребенка, помогите ему быть здоровым и успешным в учебе!

«Драгоценность» — для женщин

В культуре Индии к женщине особое, трепетное отношение. Считается, что именно женщина способна получать извне и накапливать в себе энергию. Более того успех мужчины во многом зависит от гармоничного состояния и хорошего самочувствия его подруги жизни. **Поэтому каждая женщина для Аюрведы — это драгоценность.**

К нам приходят разные женщины — и нежные феи домашнего очага, и спортсменки, ведущие стремительный образ жизни, и железные леди, управляющие компаниями. И мы, как и основатели аюрведического учения 3000 лет назад, **считаем каждую женщину особенной**, требующей чуткого подхода и бережного отношения.

У женского здоровья свои нюансы. Мы более эмоциональны, чем мужчины, подвержены месячным и возрастным колебаниям, женский организм более хрупкий и уязвимый, чем мужской. При этом каждая женщина хочет оставаться молодой и прекрасной как можно дольше. И Аюрведа очень внимательно к этому относится.

С чем приходят к нам на прием? Одни — с усталостью, бессонницей, мигренями. Другие — с артритами, артрозами, болями в спине или в мышцах. Аюрведа отлично решает и проблемы гинекологии, часто помогая избежать операций. [Массажи ног](#) помогают бороться с отечностью, варикозами, деформированием стопы.

Многие с помощью процедур [Абхьянги](#), [Сведаны](#), [Удвартаны](#) справляются с лишним весом, который никак не уходил. И все без исключения ценят омолаживающий эффект наших процедур, например, [Широдары](#), [Ниваракижи](#), [массажей лица и головы](#).

К нам приходят даже с психологическими проблемами и депрессиями. Как массаж может давать психологическую помощь? Позвоните — мы расскажем.

Как видите, **для женщин подходят практически все процедуры Аюрведы.** Это иллюстрирует то повышенное внимание, которое аюрведическая медицина уделяет женскому здоровью. А добрая половина методик имеет и **косметологическое воздействие.**

[Прочитайте больше о наших услугах](#) или позвоните по телефону XXX-XX-XX, чтобы узнать, как мы можем решить вашу проблему.

Приезжайте на Пушкина, 11, чтобы лучше себя чувствовать, стать гармоничнее, моложе, красивее или просто за волшебными ощущениями, которые дарит Аюрведа.

«Сила и бодрость» — для мужчин

Когда мужчина вспоминает о своем здоровье? Чаще всего, когда «прижмет». Игнорируем недомогания и замечаем проблему лишь тогда, когда она уже **требует серьезного лечения**. И тут мужчина отправляется к врачу, доверяя при этом только традиционной терапии и аптечному рецепту.

Что мы можем добавить к такому подходу?

Традиционная европейская медицина действительно профи в области быстрого реагирования. Проще говоря, если прихватило сердце, надо вызывать скорую. Но если до острой стадии дело пока не дошло?

Возможно, вы уже заметили, что **лечение дает вам лишь самоуспокоение**, галочку «занился своим здоровьем», но не результат. Почему?

Врачи в большинстве случаев дают предписания, то есть план, по которому вы должны лечиться сами, принимая лекарства или корректируя образ жизни. Но часто **у вас нет времени, вы забываете, не хватает самомотивации**.

В этом смысле Аюрведа не противопоставление традиционным методам лечения, а их дополнение. Определенные предписания тоже есть, но **существенная часть проблем решается прямо у нас в Центре, во время процедур**.

Аюрведа имеет в своем багаже огромный «мужской потенциал». Причем он рассчитан и на тех, кому лечение нужно срочно, и на тех, кто хочет долгие годы быть активным мужчиной и готов приложить к этому некоторые усилия.

Что Аюрведа предлагает мужчинам?

- Тем, кто много и напряженно работает, — релакс, снятие стресса, поддержание работоспособности с помощью процедур [Абхьянга](#) и [Сведана](#).
- Тем, кто активно занимается спортом, нужна помощь при мышечных растяжениях или реабилитация после травм, например, [Басти](#).
- Мужчины в возрасте оценят программы по укреплению сердечно-сосудистой системы, по борьбе с радикулитами, артрозами, другими заболеваниями суставов.
- Аюрведические методики прекрасно работают для решения специфических проблем мужского организма.
- А [Широдара](#) помогает замедлить процесс облысения.

У нас есть и другие программы, общеукрепляющие или позволяющие предотвратить болезни. [Прочитайте о них в разделе «Услуги»](#). А лучше сразу позвоните по телефону XXX-XX-XX или приезжайте на Пушкина, 11, и мы бесплатно вас проконсультируем.

Быть здоровым и активным долгие годы или продолжать отмахиваться от недомоганий? Решайте сейчас!

«Фундамент здоровья» — для детей

Три дня в детском саду — неделю дома. Больничные, очереди в поликлинике, «не хочу к врачу». Осенью и зимой бесконечные насморки, сезонные обострения аллергии. Знакомо?

Дети в возрасте 3-7 лет действительно болеют чаще взрослых. Особенно это касается органов дыхания (все наши бронхиты, ангины, простуды). И в аюрведической медицине есть логичный, обоснованный ответ на вопрос «почему?». А раз так, значит, есть и способы борьбы и профилактики.

Педиатрия — одно из главных направлений Аюрведы, ведь забота о детях считается в Аюрведе показателем здоровья общества и его культуры.

Аюрведа исходит из предпосылки: **каждый ребенок особенный**. Вы согласны?

Одни и те же методы воспитания не могут быть хороши для всех детей сразу. Попытки «причесать под одну гребёнку» всех детей в детском саду или школе могут ограничить развитие малыша.

Аюрведа рассматривает этот принцип через призму медицины. Каждому ребёнку подходит **свой собственный режим жизни и состав питания**. Вовсе не обязательно для малыша хорошо то, что хорошо для его родителей.

Аюрведа — единственная медицинская система, которая учитывает эту индивидуальность и умеет определять, **что же полезно на самом деле**. Мы практикуем диагностику по типу конституции, по пульсу, биоэлектрографию. Нашему доктору можно (и нужно!) показывать язык — тоже в диагностических целях. На первом приеме врач обязательно спросит о привычках маленького человека. Все это позволит **составить для него индивидуальные рекомендации по питанию, режиму, образу жизни**.

Болезненность ребенка может принести ему немало проблем во взрослой жизни. Вот почему важно, как можно раньше **заложить фундамент здоровья**.

Процедуры, которые мы проводим в Центре — например, [Абхьянга](#) — позволяют укрепить иммунитет, снять повышенную возбудимость и гиперактивность, улучшить сон и аппетит малыша. Мы работаем с формированием осанки, укреплением костей и мышечных тканей. Это помогает вашему ребенку расти сильным и подвижным. В нашей программе есть методика [Ниваракижи](#) — уникальное реабилитационное средство при травмах и даже при ДЦП.

[Узнайте больше о наших программах и процедурах](#) или позвоните по телефону XXX-XX-XX, чтобы получить бесплатную консультацию.

В Европе обращение родителей к Аюрведе для воспитания здоровых детей — норма. Теперь такая возможность есть и у вас. Приезжайте к нам на Пушкина, 11!

«Наука долголетия» — для пожилых людей

С возрастом неизменно появляются проблемы со здоровьем. Сначала вы их не замечаете, а потом обнаруживаете, что боль и дискомфорт стали для вас нормой жизни.

Вы с трудом встаете утром и плохо спите ночью. Пошаливают сердце и печень, не в порядке пищеварение. Появляются подагра, радикулит, ревматизм, артриты. Ухудшается память, зрение и слух. Обостряются хронические заболевания.

Все чаще вы посещаете врачей, а лекарства становятся привычной составляющей рациона. И вы говорите: **«Ничего не поделаешь, возраст»**.

Да, старение организма — это естественно. **Но между возрастом и болезнями далеко не всегда стоит знак равенства!**

Почему один человек в 60 лет ощущает себя старой развалиной, а другой отправляется в путешествие, делает карьеру или нянчит четверых внуков? Потому что второму не нравится болеть и стареть, и он вовремя сделал **заботу о своем здоровье полезной привычкой**.

Здоровый человек живет не просто дольше, но более качественно. Даже в очень пожилом возрасте есть возможность оставаться активным и получать от жизни удовольствие. В аюрведической медицине есть целый арсенал средств для того, чтобы **продлить и поддержать эту активную стадию**. Не случайно Аюрведа переводится как «наука о долголетию».

В Центре «Иланг» мы используем в первую очередь тонизирующую терапию, процедуры по общему укреплению организма, поддержанию сил и бодрости. [Абхьянга](#) работает с нервной, сердечно-сосудистой и пищеварительной системами. Борьба с варикозными расширениями помогают [массажи ног](#). Методики [Ниваракижи](#) и [Басти](#) дают огромное облегчение при артритных болях, хрусте и опухании суставов. А [Широдара](#) и [массажи головы](#) помогают избавиться от бессонницы, мигреней, предотвратить потерю волос. Аюрведа способна бороться с застарелыми хроническими заболеваниями, излечивая их полностью или добиваясь заметной ремиссии.

Специалист по аюрведической медицине проведет индивидуальную диагностику, определит причины появления тех или иных недугов, составит персональные рекомендации по образу жизни и питанию. Часто выполнение этих предписаний может составить мощную **альтернативу медикаментозному лечению**.

[Прочитайте о наших методиках](#) или сразу позвоните по телефону XXX-XX-XX и приезжайте на Пушкина, 11. Наши врачи осмотрят и проконсультируют вас.

Вы еще молоды, и возрастные проблемы пока вас не коснулись? Тогда подумайте о ваших родителях и помогите им дольше оставаться здоровыми!

Вопросы и заказы присылайте на hello@azcontent.ru