

zasadowa w grupie

Masy pod nadzorem

opotów, sądząc po telefonach i liwia ludziom puszystym konsekwencjom narzuconych sobie rytmom zdaje się być w tej sytuacji zdrowa. O sierpniowym turnusie masażystek pod hasłem „dieta od-” już wspominaliśmy. Na życzenie podajemy kolejną garść szcze-

adała się z wienia i zdrowia kładzie się tu szczególny nacisk. Generalnie 10-dniowa terapia w Świeradowie Zdroju prawie w całości dotyczy wnętrza

człowieka. Zgodnie z ideą diety zasadowo-kwasowej, uroda pochodząca ze środka wypływa na zewnątrz, odbija się na twarzy sprawiając, że piękniejemy.

No, może nie do końca. Kiedy „dobry Bóg zrobił co mógł” czasem trzeba jeszcze poprosić kosmetyczkę. Prezes Polskiego Stowarzyszenia Kosmetycznego, Anna Bennig-Wolska wprowadzi zainteresowanych w tajniki dobrego makiżażu, prawidłowego łączenia kolorów.

Uczestnicy turnusu przez całą dobę będą przebywać pod opieką lekarza - dr Beaty Gawrońskiej, internisty, specjalisty homotoksykologa i homeopaty. To ona zdecyduje o rodzaju indywidualnych zabiegów, liczbie masażów, które wykonywać będzie Jadwiga Skoryna, dyplomowana masażystka lecznicza, uczennica dr Renate Collier, twórczyni diety.

Więcej szczegółów zainteresowani mogą uzyskać dzwoniąc pod numery: 0 501 064 420, 0501 019 106 i w Poznaniu 8 267 221



Terapia zasadowa w grupie

Kwasy pod nadzorem

● Najwięcej kłopotów, sądząc po telefonach i listach, sprawia ludziom puszystym konsekwentne stosowanie narzuconych sobie rygorów. Panaceum zdaje się być w tej sytuacji kuracja wyjazdowa. O sierpniowym turnusie w Górach Izerskich pod hasłem „dieta odkwaszająca” już wspominaliśmy. Na życzenie Czytelniczek podajemy kolejną garść szczegółów.

Kuracja będzie składała się z 6 równorzędnych składników: diety, masaży odkwaszających, zabiegów „na ciele”, automasażu brzucha, chirogimnastyki i wykładów teoretycznych.

Anna Bennig-Wolska z poznańskiego Studia Styl, organizatora wyjazdu, tak tłumaczy kompleksowość terapii: masaże oczyszczą tkankę łączną, a proponowana dieta jest swoistym prysznicem dla jelit. Chirogimnastyka „wyrzuci” ze stawów nadmiar kwasów gromadzących się tam na skutek dwóch pierwszych zabiegów, a zabiegi „na ciele” oczyszczą powłoki skórne. Automasaż brzucha natomiast pozwoli na lepszą pracę jelit, regenerację układu trawiennego. Wykłady będą swoistą kropką na „i” - pozwolą kuracjom zrozumieć mechanizmy, które wpływają na lepsze lub gorsze samopoczucie, na huśtawkę wagi, ładny lub nie wygląd skóry, powstawanie cellulitu, etc. Zresztą na edukację ży-

wienia i zdrowia kładzie się tu szczególny nacisk.

Generalnie 10-dniowa terapia w Świeradowie Zdroju prawie w całości dotyczy wnętrza

człowieka. Zgodnie z ideą diety zasadowo-kwasowej, uroda pochodząca z środka wypływa na zewnątrz, odbija się na twarzy sprawiając, że piękniejemy.

No, może nie do końca. Kiedy „dobry Bóg zrobił co mógł” czasem trzeba jeszcze poprosić... kosmetyczkę. Prezes Polskiego Stowarzyszenia Kosmetycznego, Anna Bennig-Wolska wprowadzi zainteresowanych w tajniki dobrego makiażu, prawidłowego łączenia kolorów.

Uczestnicy turnusu przez całą dobę będą przebywać pod opieką lekarza - dr Beaty Gawrońskiej, internisty, specjalisty homotoksykologa i homeopaty. To ona zdecyduje o rodzaju indywidualnych zabiegów, liczbie masaży, które wykonywać będzie Jadwiga Skoryna, dyplomowana masażystka lecznicza, uczennica dr Renate Collier, twórczyni diety.

Więcej szczegółów zainteresowani mogą uzyskać dzwoniąc pod numery: 0 501 064 420, 0501 019 106 i w Poznaniu 8 267 221



Jadwiga Skoryna sprawdza warunki, w jakich przebywać będą kuracjusze w Świeradowie Zdroju.

zdrowie