

## Санатории для отдыха родителей с детьми – то, «что доктор прописал»

Для большинства из нас выбор места для семейных каникул превращается в головоломку. Каждый раз встает один и тот же вопрос: где отдохнуть летом всей семьей так, чтобы это было запоминающимся, насыщенным и ярким. И хорошо бы с пользой для здоровья, и чтобы медицина на высоте. И чтобы дети не скучали, и взрослые могли расслабиться. Отдых в санатории – прекрасная возможность укрепить здоровье каждого члена семьи. Детям – анимация, аквапарки, увлекательные мастер-классы, взрослым – процедуры и беззаботная жизнь без уборки-готовки, всей семье – комфортная доброжелательная атмосфера, здоровая среда, спорт, увлекательные экскурсии по местным достопримечательностям, добавляющие развлекательный и образовательный контент и, самое главное – прекрасная возможность провести время вместе. В итоге вы получаете не просто отдых, а вложение в здоровье и благополучие всей семьи, плюс – укрепление семейных связей.



Отдых в санатории может быть любого формата и бюджета в зависимости от ваших предпочтений и интересов.

**Формат проживания с Оздоровительной программой** не будет включать процедуры, но вы сможете пользоваться всей инфраструктурой санатория, пить минеральную воду, плавать в бассейнах, наслаждаться местным климатом и получать полный пансион с полезным диетическим меню (завтрак, обед и ужин).

**Отдых с лечением** включает консультации специалистов, обследования и конкретный комплекс процедур в зависимости от программы. А пока вы будете восстанавливать силы и здоровье на процедурах, опытные воспитатели и аниматоры позаботятся о том, чтобы ваше чадо не скучало. Если ваш ребенок часто болеет, то и ему можно подобрать специальную программу (с 4 лет) для укрепления иммунитета, лечение ЛОР-заболеваний, сколиозов, улучшения осанки и психоэмоционального состояния. А малышам будет полезен местный климат, посещение соляной комнаты и закаливающие процедуры.



## ОТДЫХ НА МОРЕ

**Конечно, первое и самое банальное, что приходит в голову при выборе курорта – это отдых на морском побережье.** Ласковое солнышко, теплое море, целебный морской воздух, буйная растительность, дендропарки и аквапарки, океанариумы и дельфинарии, аттракционы и зоопарки, музеи и театры, разнообразные спортивные и развлекательные мероприятия, минеральные воды и лечебные грязи - оздоровление здесь не прекращается ни на минуту. Даже обычные прогулки вдоль моря и активности на свежем воздухе отлично укрепят иммунитет и благоприятно повлияют на работу дыхательной системы. Морские купания (талассотерапия) насытят организм йодом и минералами, поддержат здоровье кожи и мышц. Солнышко (гелиотерапия) стимулирует выработку витамина D, улучшит эмоциональное состояние и укрепит костно-мышечную систему. Домой вы вернетесь с красивым загаром и отличным самочувствием. Важный нюанс – из-за повышенного спроса, проживание на лето и период бархатного сезона необходимо бронировать очень заранее!

- **Санаторий Азимут-здоровье «Октябрьский» 4\*, Сочи** – мягкий субтропический климат, собственный пляж с мелкой галькой, аквапарк с несколькими соединенными между собой бассейнами с горками и зоной для загара, прямо

на территории зоопарк с экзотическими животными (бенгальский тигр, лев, рыси, леопард, кенгуру, обезьяны, зебры и др.), современный спортивный зал, СПА-комплекс «Вселенная красоты», детское меню с отдельным шведским столом, анимация для взрослых и детей круглый год. Современные курортные процедуры и нетрадиционные методы лечения, а также уникальный Центр медицинских инноваций «Качество жизни», где с применением новейших технологий занимаются лечением позвоночника и состояний стресса. Программа «Здоровый ребенок» поможет укрепить иммунитет, нормализовать обмен веществ и улучшить работу органов ЖКТ.

**Стоимость 1 недели проживания с лечебной программой для 2 взр.+1 реб. – от 216 580 руб.**

- **«Надежда. СПА & Морской рай» 5\* на курорте Геленджик** с красивой 14-километровой набережной, которая занесена в Книгу рекордов Гиннеса, как самая длинная в мире. Этот отель - одно из лучших мест для семейного отдыха на побережье Краснодарского края. Оборудованный пляж с водным горками и аттракционами, 2 открытых и 1 крытый бассейны, детский клуб с преподавателями и игровой зал. Ежедневная атмосфера «движухи», веселья и праздника: скетчи, шоу с танцами и мюзиклы, мастер-классы и творческие мастерские, незабываемые вечеринки, занятия по шейпингу и аэробике у бассейна, фитнес-занятия, спортивные соревнования, которые проводит профессиональная команда аниматоров. В Медицинском центре отеля можно пройти одну из профильных реабилитационно-восстановительных программ для родителей и курс «Здоровый ребенок» для детей с 3 до 17 лет, которые подвержены частым сезонным простудам, страдают хроническими болезнями дыхательных путей, ЖКТ и нарушениями обмена веществ.

**Стоимость 1 недели проживания с лечебной программой для 2 взр.+1 реб. – от 239 480 руб.**

- **Санаторно-курортный комплекс «ДиЛуч»3\* в Анапе** - недалеко Центральная набережная и парк развлечений, собственный галечный пляж, большой открытый бассейн, современный аквадермальный комплекс с крытым бассейном с морской водой, детским бассейном, гидромассажной зоной, банями, стеной из гималайской соли и другими развлечениями. Спортивный и тренажерный залы, зал ЛФК, открытые спортплощадки, игровые комнаты для детей и детские площадки на свежем воздухе. В дневное и вечернее время проводятся различные анимационные мероприятия, мастер-классы, конкурсы, спортивные соревнования, шоу, дискотеки и прочее.

Многофункциональный медицинский центр санатория - крупнейший в Анапе, здесь же работает и Научный центр детской курортологии. Только для детей и подростков предлагается 6 оздоровительных программ, направленных на укрепление иммунитета, лечения глаз, опорно-двигательного аппарата, нервной системы и органов пищеварения.

**Стоимость 1 недели проживания с санаторно-курортной программой для 2 взр.+1 реб. – от 108 220 руб.**

- **«Рибера Резорт & СПА» 4\*, Евпатория** – расположен немного в стороне от курортного центра города, на первой береговой линии. Оборудованный пляж с мягким песочком, пологим спуском в воду и сеткой от медуз в детской зоне. Открытый подогреваемый бассейн с отдельной детской чашей с подогреваемой водой, крытый 25-ти метровый бассейн с панорамными стенами с великолепным видом на море и набережную отеля. Детский клуб Рибера с детской комнатой и заботливой няней, видеозалом и детской площадкой на открытом воздухе. Есть несколько детских игровых и спортивных площадок, а также открытый безопасный бассейн. На центральной площади Фонтанка каждый летний день проходит яркая детская и взрослая анимация - веселые игры, творческие мастер-классы и тематические квесты, сказочные представления, фестивали, спортивные состязания, пенные дискотеки и вечерние шоу-программы. Есть специальное вкусное и полезное детское меню. А еще - уютный уголок заботы и комфорта для малышей и их родителей. Помимо веселого, активного отдыха санаторий предлагает несколько детских программ (от 7 дней): Здоровый ребенок, Санаторно-курортная, Здоровый животик, Красивая осанка и Свободное дыхание,

**Стоимость 1 недели проживание с программой Санаторно-курортного лечения для 2 взр.+1 реб. – от 136 500 руб.**



## ОТДЫХ В ГОРАХ

**Но «не морем единым» богата Россия. Еще одной формулой идеальных каникул может стать отдых в окружении Кавказских гор** – Красная Поляна, Кисловодск, Пятигорск, Ессентуки или Железноводск. Много солнца, чистейший горный воздух, богатый фитонцидами, мягкий климат, живописная природа, минеральные источники и лечебные грязи, богатая история и архитектура, местный колорит и кавказская кухня, не знающая конкуренции. Эти места способны потеснить пляжный отдых в вашем сердце!

- **«Медикал СПА Роза Спринг» 4\*, Роза хутор** – стоит на территории Олимпийской деревни, на высоте 1100 м над уровнем моря. Жизнь в отеле проходит под «знаком» Life Balance – все работает на восстановление жизненного баланса гостей и наполнение позитивной энергией. Отдых с детьми – только приветствуется. Термальный комплекс с бассейном и банями, ежедневные занятия под руководством опытных фитнес-тренеров, маршруты для скандинавской ходьбы по живописным склонам хребта Аибга, суперсовременный Центр превентивной медицины с диагностическим, физиотерапевтическим и бальнеологическим отделениями, минеральная вода из собственного источника и бесплатный шатл на оборудованный пляж в Имеретинской низменности в Сочи в летний период. Детям – детский клуб и насыщенная программа с творческими мастер-классами, спортивными играми, квестами, мультимедийными занятиями и пр. И только в этом отеле вы найдете специальную комплектацию «Детский номер» - от фирменного котика-бегемотика и сказки-

раскраски с набором цветных карандашей до меню детских подушек игровых вигвамов. А в меню ресторана «Эдельвейс» - специальное детское меню и яркая детская зона с рисунками. Также в отеле есть номера, оборудованные по стандартам «Здоровый сон» и доступна одноименная программа. В Центре превентивной медицины работает один из самых современных в регионе ингаляторов, а также проводится гелиос-терапия (лечение газовыми смесями) – настоящий научный прорыв в реабилитации и профилактике бронхолегочных заболеваний. Для детей с 7 до 17 лет - специальная программа «Здоровое поколение». Помимо этого, для юных гостей с 5 до 14 лет доступны бьюти-процедуры: стрижки, укладки, маникюр и педикюр.

**Стоимость 1 недели проживания с программой Санаторно-курортного лечения для 2 взр.+1 реб. – от 185 400 руб.**

- **Санаторий «Плаза Кисловодск» 5\*** - граничит с Национальным парком с памятниками архитектуры, гротами и скалами, водными объектами, смотровыми площадками и живописными терренкурами. В отеле – синтез суперсовременной медицины и СПА, собственные питьевые бюветы, центры Аюрведы и эстетической медицины. Клуб «Plaza Land» и подростковый клуб «Plaza Game», где нескудные аниматоры и опытные педагоги займутся с вашим ребенком активными и развивающими играми, танцами, занятиями живописью или ремесленным трудом. Крытый 25-ти метровый бассейн с гидромассажем и противотоком, бани, детский бассейн, красочный детский зал для питания с безопасной мебелью и игровая площадка на свежем воздухе.

Разнообразные реабилитационные программы для родителей и Оздоровительная программа для детей с 4-х лет - процедуры для ребенка подберет педиатр в зависимости от жалоб и возраста малыша.

**Стоимость 1 недели проживания с программой Санаторно-курортного лечения для 2 взр.+1 реб. – от 329 000 руб.**

- **Санаторий «Русь» 4\*, Ессентуки** – сюда приезжают лечиться всей семьей. Даже для самых маленьких гостей с 0 до 4 лет создана программа «Малышок», направленная на укрепление иммунитета, повышение сопротивляемости к респираторным инфекциям, нормализацию микрофлоры желудочно-кишечного тракта, улучшение качества сна и повышение эмоциональной устойчивости. А для детей с 4 до 14 лет доступна Базовая классическая программа.

В отеле - большой крытый бассейн с водопадами, детской зоной и джакузи. Банный комплекс, СПА, спортивные площадки, теннисный корт, игровой клуб, детские тематические кружки и анимация. Для малышей - уличная площадка и игровая комната, где за детьми присматривает воспитатель. Для детей постарше работает компьютерный клуб, есть устраиваются различные мастер-классы и детские дискотеки. В ресторане – детское меню.

**Стоимость 1 недели проживания с программой Санаторно-курортного лечения для 2 взр.+1 реб. – от 200 200 руб.**

- **Азимут здоровье «Долина Нарзанов Кисловодск» 4\***- дружелюбный санаторий с большой ухоженной территорией и единственным в Кисловодске открытым аквапарком для взрослых и детей с водопадами, каскадами, горками, джакузи, зонами для загара и прочими развлечениями. Спортивно-оздоровительный комплекс с крытым бассейном с гидромассажем и каскадом, где ежедневно проходят занятия аквааэробикой, сауна и солярий. Тренажерный зал, открытый и крытый теннисные корты, спортивная площадка с искусственным травяным покрытием для активных игр, бильярд. Работает контактный зооуголок, в досуговом центре открыта творческая мастерская, есть зона со спортивными играми, проводятся выставки детских работ и другие мероприятия. Профилактические и лечебные программы для всей семьи тоже есть.

**Стоимость 1 недели проживания с программой Санаторно-курортного лечения для 2 взр.+1 реб. – от 235 200 руб.**



## ОТДЫХ В СРЕДНЕЙ ПОЛОСЕ

Еще одним замечательным местом семейного отдыха и оздоровления может стать средняя полоса России с ее нежарким летом, комфортным микроклиматом и чистым воздухом, на берегу озер и рек, в окружении «оживших картин» Шишкина и Левитана. Акклиматизация не требуется, нет стресса для организма, что особенно значимо для детей и пожилых людей. Многие санатории Подмосковья расположены на территории бывших дворянских усадеб и старинных парков. Некоторые из них даже запечатлены на экранах отечественного кинематографа. Увлекательный семейный досуг вам гарантирован – экскурсии по старинным усадьбам, храмам и монастырям, местам народных промыслов, эко-фермам и музеям. И, конечно, Москва «под боком» - город неограниченных возможностей с концертными залами и театрами, галереями и выставками, смотровыми площадками и парками, гастрономическими удовольствиями и вдохновляющим шопингом.

- **Санаторий «Вороново» в Подмосковье** - прекрасная возможность прикоснуться к истории. Старинный парк с живописным прудом, историческая дворянская усадьба, оборудованный пляж с деревянным настилом и конный центр, где проводятся занятия ипотерапией. Есть даже собственная художественная галерея и действующая Церковь Спаса Нерукотворного на территории санатория. Панорамный бассейн с горкой, водопадом и отдельной дорожкой для детей, спортивные площадки и залы, детская игровая комната, лодочная станция, совместные походы, барбекю-посиделки на свежем воздухе, анимационная программа, мастер-классы, кинопоказы и дискотеки. А еще – современная медицинская база, «Детская программа» (от 10 дней) и специализированная программа лечения сколиоза у детей (от 7 дней).

**Стоимость 1 недели проживания с лечебной программой для 2 взр.+1 реб. – от 185 550 руб.**

- **Амакс «Новая Истра» 4\*, Московская область** - обширная территория со старинным парком на живописном

берегу реки Малая Истра с набережной и аптекарским огородом, аэросолярием с чудесными лежаками для принятия солнечных ванн, зоной орнитотерапии с гамаками и барефутингом (босоногой терапией) для массажа активных точек стопы. Рядом Новоиерусалимский монастырь, до Москвы всего 42 км. Современный бассейн с элементами аквапарка, где можно наслаждаться плаванием круглый год, собственный питьевой бювет минеральных вод, СПА-центр и множество опций для активного отдыха. Отличная анимация и мастер-классы, детский игровой клуб, детская площадка, веревочный парк, квест-парк «Хоббит Лэнд» и даже живой уголок – ваши дети точно не будут скучать. Современный Медицинский центр предлагает профильные программы лечения для взрослых и специализированную детскую программу «Здоровый ребенок».

**Стоимость 1 недели проживания с профильной программой для 2 взр.+1 реб. – от 201 600 руб.**

## **ОТДЫХ НА АЛТАЕ**

**На Алтае тоже есть, где отдохнуть с пользой для здоровья всей семьи!** Природа щедро одарила эти места – живописные озера и горные реки, хвойные леса и цветущие долины, гранитные утесы и памятники природы, минеральные воды и лечебные грязи, терренкуры в горной местности, являющиеся естественными тренажерами и лучшим средством для лечения и профилактики различных заболеваний. А также – продукты мараловодства, ароматные алтайские травы, мед и, в буквальном смысле, целебный воздух, насыщенный отрицательными аэроионами, которые в два раза превышают показатели модного швейцарского Давоса.

- **Санаторий «Белокуриха» 4\* на одноименном курорте Белокуриха** – самый большой на курорте. Его «Водный мир» занимает два этажа – здесь располагаются большой плавательный бассейн с массажным плато, струями, противотоками и каскадами, теплый детский, еще один небольшой бассейн и ледяной бассейн в зоне банного комплекса. Залы для лечебной физкультуры и аэробики, тренажерный и спортивный залы. В теплое время года – доступен еще один большой открытый бассейн с водными аттракционами, детской плескательницей с фонтанчиком и пляжной зоной. Малыши могут играть на уличной площадке и в детской комнате с игровой зоной и профессиональными педагогами. А для детей старше 7 лет работает «Центр досуга», где можно принять участие в мастер-классах, творческих мастерских и поиграть в приставку. По вечерам проводятся детская дискотека, показ кинофильмов и мультфильмов. В теплое время года и период каникул - работает команда аниматоров. В ресторане санатория организовано 4-разовое питание для детей (дополнительно включен полдник).

Мощная лечебная база санатория с современным высокотехнологичным оборудованием предлагает разнообразие программ для взрослых и оздоровительную путевку для детей с 4-х лет «Крепкий иммунитет».

**Стоимость 1 недели проживания с программой для 2 взр.+1 реб. – от 123 400 руб.**

- **Санаторий «Родник Алтая», Белокуриха** с комплексом подогреваемых открытых каскадных бассейнов с оборудованной пляжной зоной (2 из них – детские), водными аттракционами и гидромассажем, которые работают с мая по октябрь. Также есть аква-зона с внутренним бассейном с живописным видом за окном, небольшим гидромассажным бассейном с морской водой и джакузи. Ваш ребенок будет в восторге от профессиональной команды аниматоров, работающей в санатории в режиме нон-стоп. Для детей оборудованы 2 детские комнаты, Центр творчества для детей старше 5 лет и игровая площадка. В летнее время работают контактный огород и мини-зоопарк. Питание для детей - 5-ти разовое, включающее 2 дополнительных полезных полдника, и специальное детское меню. Насыщенный и веселый отдых можно дополнить программой для детей с 4 до 14 лет «Детское здоровье».

**Стоимость 1 недели проживания с программой для 2 взр.+1 реб. – от 143 500 руб.**

- **Курорт премиум класса «Алтай Резорт Космос Коллекцион» 5\*, Республика Алтай** – находится в окружении нетронутой природы Алтая, в долине реки Маймы. От аэропорта Горно-Алтайска – 40 км. Современный медицинский центр, банный и спортивно-оздоровительный комплексы, собственные мараловодческое хозяйство на 1000 голов, а также тепличное хозяйство, продукты из которого попадают прямо на стол в виде вкусных и полезных блюд. СПА-центр с 25-ти метровым панорамным бассейном, фитобочкой, банями и саунами. На территории курорта оборудован один из крупнейших в регионе досуговый центр для детей разного возраста - здесь проходят творческие мастер-классы, интерактивная анимационная программа, настольные игры, работают площадки для отдыха, кинозал, игровой лабиринт, зона со спортивными играми и многое другое. Современный медицинский центр «Медси Курорт Здоровья» предлагает разнообразные программы для взрослых и программу Здоровый ребенок для детей от 7 до 17 лет с применением современных медицинских технологий, интегративной медицины и алтайских методик на основе пантов марала и местных трав.

**Стоимость 1 недели проживания с программой для 2 взр.+1 реб. – от 603 694 руб.**



**Тюменская область** - почему бы нет? Отдохнуть, оздоровиться, зарядиться в этом выразительном сибирском крае с бескрайними просторами и живописными пейзажами, бурными реками полными рыбой и термальными источниками. А еще увидеть, узнать, попробовать, удивиться, пройдя по уникальному «маршруту нефтяника», попробовать чёрную «нефтяную» уху с деликатесным муксуном, посетить суровые места ссылок декабристов, побывать на родине Петра Ершова и Дмитрия Менделеева, увидеть Тобольский кремль и древнее село с Абалакским мужским монастырем, где провел ссылку Николай II и его семья и многое другое.

- **Природный курорт «Сибирь» 4\*** (бывш. «Сибиря Резорт & СПА») – стоит на берегу реки Пышмы, всего в 25 км от Тюмени. Имеет настолько гигантскую парковую территорию, что для удобства гостей по ней курсирует микроавтобус. Живописное рыбное озеро (отличный улов гарантирован!) с чистейшим, оборудованным пляжем, лодочная станция и стрелковый тир на берегу. Целых два термальных комплекса: первый - «Mineral SPA» с 3 крытыми разнотемпературными бассейнами с минеральной водой из собственной скважины с каскадами и гидромассажем, детская чаша, открытый всесезонный термальный бассейн, бани и сауны со снежной купелью. Второй термальный комплекс «Терморелакс» располагает лечебным бассейном с минеральной водой, саунами и чайной комнатой. Залы для занятия различными телесными и духовными практиками, терренкуры, игровая комната для малышей с профессиональными воспитателями и комната «Активити» для детей старше 7 лет, где проходят мастер-классы, квесты, концерты, соревнования и другие активности. На территории курорта есть собственный Поклонный крест, освященный Митрополитом Тобольским и Тюменским, а также - две скважины с минеральной водой, сапропелевые грязи озера Тулубаево, высокотехнологичный медицинский центр и разнообразные лечебные и оздоровительные программы для взрослых и программа Здоровый ребенок для детей с 3 до 18 лет.

**Стоимость 1 недели проживания с программой для 2 взр.+1 реб. – от 201 150 руб.**

**Пермский край** - здесь не будет моря, пляжей и пальм. Сюда едут ради живописной природы, богатого прошлого, истории солеварения, музеев и галерей, старинных купеческих городов и монастырей, самобытной и уникальной прикамской кухни и, конечно – ради театральных премьер, знаменитого дягилевского фестиваля и «Небесной ярмарки» (фестиваля воздухоплавания). Отдых обещает быть насыщенным, вкусным и необычайно полезным для всех членов семьи.

- **Курорт Амакс «Усть-Качка», Пермский край** - целый мини-городок, стоящий в живописном сосновом лесу, на правом берегу реки Камы, всего в 54 км от Перми. На огромной территории, площадью 182 га, есть все, «как Греции» - благоустроенный пляж, большой парк с тенистыми аллеями и зонами отдыха, 3 вида лечебных вод (питьевых и сероводородных), крытый Аквацентр с чудесным видом на сосновый бор и Каму с 25-ти метровым плавательным бассейном с пятью дорожками и элементами аквапарка, многофункциональный спортивный комплекс, развлекательный комплекс «Рай-центр» с боулингом и ночным клубом, детский центр и даже мини-зоопарк с милейшими осликом Йосей и пони Лунтиком, козликами, кроликами, косулей, пятнистыми оленями и другими милыми животными. Программа для детей с 4 до 14 лет «Здоровое детство» рассчитана от 11 до 21 дня.

**Стоимость 1 недели проживания с программой для 2 взр.+1 реб. – от 97 800 руб.**



+7 (495) 151 05 05  
info@medassist.ru  
www.medassist.ru

г. Москва,  
Нарышкинская аллея,  
д. 5, стр. 2, оф. 1205