

Инсайдерский гид по Великобритании

ZIMA

11

2020

Чулпан Хаматова и
Катерина Гордеева
Тимур Артемьев
Алексей Зимин
Максим Кашулинский
Дмитрий Кузьмин
Клементина Сесил и
Оуэн Мэтьюз
Ника Белоцерковская
Александра Новикова
Алина Дейви
Марк О'Коннел
Василий Корольков
Илья Демичев и
Георгий Бухов-
Вайнштейн
Женя Минеева
Евгений Смушкович
Илья Гончаров
Кейт Гордон
Александр Фокин
и Сергей Адаев
Мэтью Анчери
Ральф Хейманс
Елизавета II



UK £4.00
ISSN 2515-4648
9 772515 464011

НАМ ВСЕМ ПРИДЕТСЯ ЖИТЬ ДОЛГО

Путеводитель по биохакингу,
трансгуманизму и вечной молодости



«Настоящая красота достигается через гармонию разума и тела»

Этой весной всемирно известная группа Chenot открывает новый лечебно-оздоровительный комплекс на своей родине — в Швейцарии. ZIMA поговорила с директором и главным врачом Chenot Group Джорджем Гаитаносом о философии и методе Шено.



— В последние годы здоровый образ жизни — это тренд. В том числе среди молодежи: 20-30-летние уже пьют не кока-колу, а матчу. Чувствуете ли вы эти изменения среди молодых людей?

— Взгляд на здоровый образ жизни, действительно, меняется, фокус смещается на качество жизни. Однако, если человек не болен, это еще не значит, что он точно здоров. Ведь часто так бывает: вроде ничего не болит — а чувствуем мы себя в целом не очень.

Есть молодые люди, которые об этом задумываются. Но пока им сложно понять, как именно достичь хорошего самочувствия. К тому же, если молодежь хочет следовать здоровому образу жизни, важно прежде понять, а что, собственно, такое здоровая жизнь. Думаю, многие только приближаются к ответу на этот вопрос. Конечно, наши пол и возраст влияют на то, как мы это понимаем.

В любом случае требуется внести изменения в образ жизни: наши усилия должны быть направлены не на то, чтобы избежать болезней, а скорее на то, чтобы сохранять качество жизни. Мы хорошо себя чувствуем, когда наши душа, тело и разум

находятся в гармонии и дарят нам глубинное ощущение покоя и счастья.

— Что такое детокс, реально ли это с научной точки зрения, и чем отличается метод Шено?

— Детокс — широкое понятие, несущее в себе и духовный смысл (катарсис), и научный (детоксикация), а также включающее в себя то, что понимают под этим производители и продавцы продукции (очищение организма). Если говорить с научной точки зрения, то представьте, что клетка — это печка, которая греется и вырабатывает тепло. Для этого нужно добавлять дрова, они горят и дают пламя и энергию. Но также они образуют пепел, который нужно утилизировать. Пепел — это шлаки и токсины. Они вырабатываются в нашем организме и выводятся сами собой, если выводящие механизмы не повреждены. Это естественный процесс человеческого организма, который происходит 24/7, но ухудшается с возрастом. Образ жизни и окружающая среда также играют важную роль.

Метод Шено — это уникальный метод, который интегрирует и передает энергетические, физические и эмоциональные сигналы организму. Метод Шено рассматривает человеческий организм ком-

плексно — вместо того чтобы сосредотачиваться на отдельных симптомах. Ключевыми компонентами метода Шено являются комплексные детокс-процедуры и система питания, которые поддерживают естественные выводящие процессы организма.

Активация энергетических каналов, стимуляция физиологических функций, применение продукции Chenot, использование техник очищения и специальная диета — все это помогает запустить превентивные восстановительные процессы организма. Организм отвечает активацией процессов самоисцеления, восстановлением энергетических запасов, функциональности, внутренней гармонии. И способностью сохранять все это долгое время. Процедуры — мощное, эффективное и персонализированное средство, чтобы помочь телу и разуму достичь оптимального уровня активности.

— Кому стоит ехать в центры Chenot? И вообще, всем ли подходит метод Шено?

— Детокс рекомендуется всем. Тем, кто в добром здравии и хочет в нем оставаться, и тем, у кого ощущение «хорошего самочувствия» пропало, и его нужно вернуть. Для людей с лишним весом и малоподвижным образом жизни — и для людей, которые занимаются спортом и хотят поддерживать свои результаты. Для тех, у кого стресс, кто чувствует усталость, кто принимает много лекарств, пьет много алкоголя, курит. Программы подходят людям, которые хотят вернуть своей жизни сбалансированность и физическую гармонию, восстановить энергию и жизненные силы.

— Не проигрывает ли метод Шено радикальным способам борьбы со старением организма, который предлагают биохакеры? Не слишком ли он «косметический»?

— Наш подход комплексный и персонализированный. С того момента как гость входит в двери нашего центра, его состояние оценивает целая команда профессионалов — специалистов по здоровью. Мы делаем все, чтобы во время пребывания наши гости чувствовали, что их слушают, ценят и уважают. Наши прогрессивные скрининговые тесты и самая современная диагностика очень способствуют этому, позволяют адаптировать программу под каждого. Пока гости проходят трансформацию, мы за ними наблюдаем, следим, чтобы все процедуры были последовательными. Наши сотрудники — неотъемлемая часть процесса. Их квалифицированные советы могут даже краткое пребывание превратить в процесс обновления.



— Часто по возвращении домой, в привычную обстановку, людям трудно придерживаться принципов здорового питания, которые они соблюдали на детоксе и оздоровительных программах. Есть ли у вас какие-то лайфхаки, не позволяющие, вернувшись домой, не «срывать» — не идти, условно говоря, в «Макдональдс»?

— В конце пребывания мы оцениваем результаты программы и даем клиентам рекомендации, как вести более правильный, но реалистичный образ жизни, когда они вернутся домой. Также мы планируем ввести услугу Health Coaching: мы будем помогать нашим клиентам плавно менять привычки в плане питания, физической активности, создавать новое отношение к жизни, которое будет способствовать физическому и физиологическому здоровью, регулировать вес и защищать организм от болезней, вызванных возрастными изменениями.

— Как часто вы позволяете себе съесть что-то вредное, например, торт или бургер?

— Зависит от того, домашнего они приготовления или нет. Это распространяется на весь мой выбор еды — за редким исключением, которые я делаю во время путешествий.

— Расскажите о косметике Chenot: в чем ее специфика?

— Базируясь на своих философии, опыте и научной базе, группа Chenot разработала исключительный портфель эффективной косметической продукции с уникальными формулами и активными ингредиентами. Функциональность, результативность и синергия являются ключевыми элементами наших формул.

Косметика Chenot использует активные вещества, гармонирующие с кожей. В ней отсутствуют парабены, минеральные масла, петролатум, фталаты, парафин и синтетические красители. Мы также делаем формулы без силикона и спирта.

Наша продукция может быть персонализирована под индивидуальный тип кожи. Она обладает свойствами, выходящими за рамки поверхностного использования, и эффективно воздействует на кожу на более глубоком уровне. Продукция подходит как для профессионального использования в медицинских SPA-процедурах, так и для домашнего ухода, имея все необходимые характеристики для ежедневной поддержки красоты и здоровья кожи.

Линейка продукции Chenot состоит исключительно из средств, которые производятся из самого качественного сырья с клинически доказанной эффективностью. В нее входят очищающие средства, тонеры, кремы, бустеры, маски, скрабы, мужские и женские средства для тела.

— 1 мая в Швейцарии открывается Palace Chenot Weggis. Чем он отличается от других центров Chenot?

— Chenot является оператором медицинских оздоровительных услуг, и мы гордимся, что имеем возможность гармонично сочетать науку и гостиничную индустрию. Мы стремимся разрабатывать и предоставлять самые современные SPA-программы и средства, которые способствуют хорошему самочувствию, пополнению жизненных сил и достижению оптимального уровня здоровья. Именно поэтому наш профессиональный подход основан на персонализированных программах различного уровня.

Открытие нового оздоровительного центра Chenot Palace Weggis — еще один важный шаг в этом направлении. Это комплекс площадью 5000 м², и это пространство располагает всем необходимым для размещения ультрасовременного лечебно-оздоровительного комплекса. В центре каждый гость будет иметь возможность пройти фирменные программы Chenot и необходимые обследования в обстановке роскоши и комфорта. В Chenot Palace Weggis мы полностью фокусируемся на погружении гостя в wellness-путешествие.