

# marie claire

РЕГРЕССИИ КАК ТРЕНД / ФАЗЫ РЕТРОГРАДНОГО МЕРКУРИЯ НА ГОД / УДАЛЕНКА НАВСЕГДА

## Наталья ОСМАНН

«СОЦИУМ УМЕЕТ  
ДАВИТЬ ТАК,  
ЧТО ЕГО ТРУДНО  
ПОСТАВИТЬ  
НА МЕСТО»

ПРАВО БЫТЬ СОБОЙ

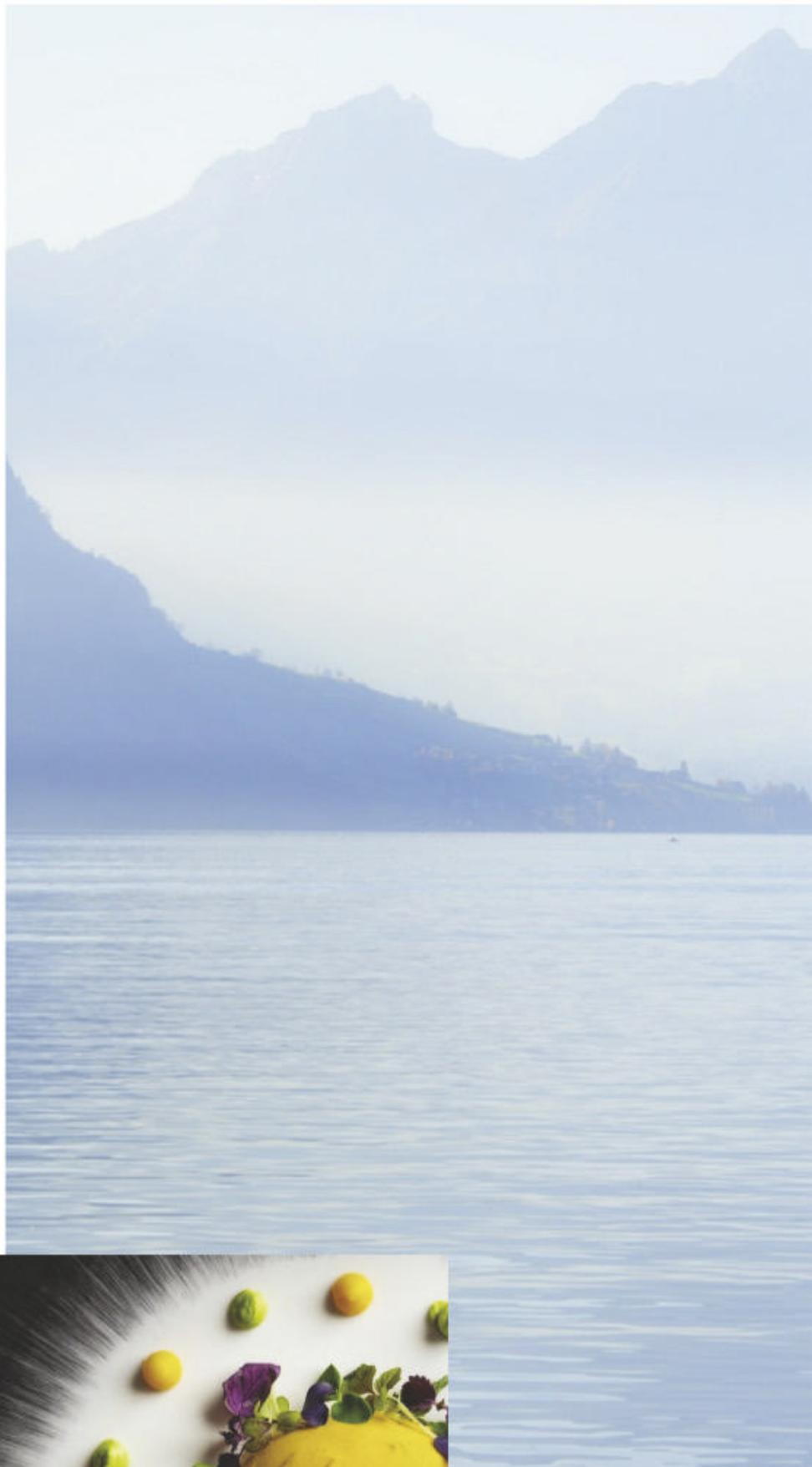
D: 9,50€; A, B, F, LL, NL, SK: 10,00€; C: 10,00€; GB: 6,50€; CH: 16,00€; HK: 9,97 HKD  
ISSN 1562-5141  
9 771562 514007  
21001

# Давайте начистоту

ФИЗИЧЕСКОЕ И ДУХОВНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ  
ПОД ПРИСМОТРОМ ЛУЧШИХ ВРАЧЕЙ  
НА БЕРЕГУ ЛЮЦЕРНСКОГО ОЗЕРА, ИЛИ  
КАК ЕДА, ИСКУССТВО И СОВРЕМЕННАЯ  
МЕДИЦИНА ДЕЛАЮТ ИЗ ВАС НОВОГО  
ЧЕЛОВЕКА В CHENOT PALACE WEGGIS

**У** вас есть как минимум две причины посетить абсолютно новый Chenot Palace Weggis. Во-первых, знаменитый детокс доктора Анри Шено, который не ограничивается лишь выведением шлаков и токсинов. Во-вторых, пресловутое окно в Европу – ныне благополучно закрытое. Дело в том, что отель имеет право ручаться за своих гостей, снабжая их спасительным документом *laissez-passer*, позволяющим отправиться в долгожданный полет по медицинским показаниям – наравне с командировочными и обладателями ВНЖ. Правда, называть отдыхом пребывание в Chenot Palace Weggis некорректно. Скорее это добровольный путь к просветлению по всем параметрам – с потерей веса, улучшением самочувствия и появлением правильных мыслей в очистившейся голове. Если такая сделка вам под силу, пакуйте чемодан скромных размеров. Почему же скромных, удивитесь вы, – да потому что 90% времени на месте вы проведете в уютном махровом халате. Выгуливать прически, наряды и украшения не возбраняется только на ужине.

Первое, что видно по приезду, – это особый медиативный дизайн отеля. Так и есть: вся мебель с ее изгибами и оттенками, а также отделка с ее фактурами разрабатывались специально. Второе, что сразу же чувствуется, – завышенная температура воздуха в помещениях. Трехразовое питание в ресторане составляет 850 ккал в день исключительно растительной пищи: от такого бросает в дрожь в прямом и переносном смысле – отсюда заранее и повсюду накрывающее вас тепло. Еда, надо сказать, такая вкусная и красивая, что психосоматический





голод отпускает на вторые сутки. Многие пациенты и вовсе пропускают некоторые приемы пищи, отдавая предпочтение бульонам из лемонграсса и грибов (плюс магнезия), чтобы детокс прошел максимально честно. Чай с кофе исключаются для каждого, вместо них травяной настой и ячменный напиток. Резкая отмена грозит головной болью, но вскоре вы сами поймете, что ничего вкусней и полезней в своей жизни не пили. Лично я, адепт кофе с пятью чашками в день, вначале предсказуемо бился в истерику и срывался на окружающих, пока вдруг в середине пути не заметил, что на фото нет сопровождающих меня в обычной жизни отеков.

Программа пребывания рассчитана на неделю. За семь «дней сурка» вам предстоит бесчисленное количество консультаций, процедур и тренировок. Мой день был расписан с 9:30 до ужина. Больше всего я ждал погружения в фитованну, грязевого обертывания и иглоукалываний. Чуть меньше – гидроджета, беготни в невесомости и результатов тотального check-up. В итоге мне понравилось все. Хотя на процедуры я всегда немного опаздывал: коридоры в отеле увешаны современным искусством от Давиде Макулло до Дагмара Бюлера, мимо которых я просто не мог пройти равнодушно.

Скажу честно, я летел в Швейцарию больше как в подзабытую Европу, чем на лечение, но мой скептицизм в отношении «перезагрузки» потерпел полное фиаско. Особенно когда перед выпиской лицо сияло не хуже хайлайтера. Метод Анри Шено не только работает, но и настраивает на нужный лад – ценить себя и беречь всеми способами. А нам это нужно как никогда, особенно сейчас. Будьте здоровы!  
*Иван Безуглый, [chenot.com](http://chenot.com)*



Основная программа из трех – глубокое очищение организма. Выводит токсины, приводит в чувство поврежденные ткани и нормализует гормональный фон. Включает врачебные консультации, широкую диагностику, низкокалорийную растительную диету.



Программа восстановления энергетического баланса снимает стресс и улучшает сон. К стандартным процедурам добавляется ряд техник по работе с нервной системой – увлекательные тесты, баночный массаж по меридианам, биофотомодуляция и многое другое.



Превентивная anti-age-программа укрепляет организм и повышает его выносливость. Базовый набор процедур дополнен фитнес-тренировками, криотерапией, работой над осанкой и другими тестами на пути к вашему активному долголетию.