



Конференция по женскому здоровью, которая состоялась не так давно в Лос-Анжелесе, традиционно представила своих самых лучших спикеров. В этот раз мероприятие прошло с участием таких мировых «звезд» омоложения и оздоровления как Дэвид Авокадо Вольф, эксперт по эко-здоровью и сыроедению, Донна Гейтс, автор популярной BodyEcology Diet, Сара Готтфрид, известный Гарвардский ученый, занимающаяся вопросами восстановления женского гормонального баланса без использования медицинских препаратов.

Философия ИОНИ

Каждый год в одном месте собираются звезды современной диетологии, авторы бестселлеров, известные ученые и мировые эксперты в области женского здоровья и гормонального баланса. Уникальность полученной информации, огромное количество исследований, о которых говорили спикеры, дают ответы на самые простые вопросы: как сохранить здоровье, долголетие, красоту, качественно прожить каждый день без болезней, стресса, плохого настроения, аллергии и головных болей. Я получаю огромное наслаждение, когда встречаюсь с моими звездными коллегами. Это всегда незабываемые впечатления, восторг, профессиональное уважение и радость общения! Каждый год конференция открывается торжественно, было приятным сюрпризом, когда ведущая представила меня и попросила встать, чтобы зал поприветствовал Казахстан в моем лице! Это было очень трогательно и гостеприимно со стороны моего преподавателя и организатора конференции «Женское здоровье» Дэвида Вольфа. В своем жестко расписанном графике Дэвид находил время для профессиональных бесед, где мы говорили о многом, но всегда сходились в одном: проживет дольше и счастливее тот, кто владеет информацией, не важно какой возраст, вес, здоровье, личная жизнь и работа у человека. Важно – какой путь вы выбираете. И путь, который предлагают все знаменитые эксперты по омоложению – единственно верный, так как он продиктован законами природы. Как только вы начинаете кор-



Текст: Макпал Карибжанова, эксперт по омоложению и детоксу, www.makpal.com

мить и поить свое тело, каждую его клеточку тем, что необходимо, как только вы освобождаете его от ненужного «груза» – токсинов: случаются чудеса! Это возвращает вас к истокам, к самой себе, к корню и решению всех ваших «проблем». Вы начинаете менять свою биохимию – это и есть секрет здоровья, долголетия и красоты (эксклюзивное интервью с Дэвидом Вольфом – в следующем номере журнала «Сезон»).

Спикеры конференции представили самую передовую информацию в области оздоровления и долголетия. Особенное впечатление произвело на меня выступление известного ароматолога, основательницы уникальной косметической линии «Надин Артемис».

Макпал: Во время вашей презентации вы говорили об источнике женской силы, что матка – это место нашей силы и красоты. Почему важно исцелить свои отношения с маткой – «женским садом»?

Надин: Матка – это особенное место, независимо от того, рожаете вы детей или нет. Здесь форма и бесформенность соединяются воедино, создавая душу и ребенка. Очень важно понимать экологию Йони, его микробиому. В древних тантрических и даосских текстах писали о том, что Йони – особенное божественное место в женщине. Они верили, что оно было связано с разумом женщины, ее мудростью, оно было «священным храмом» и «божественным проходом». Сейчас производится множество продуктов, которые абсолютно вредны для Йони. Они нарушают



Надин Артемис – талантливый ароматолог и провидец, которая собирает и работает с чистейшими ингредиентами, содержащимися в растительных соках. Надин вдохновляет людей на переосмысление традиционного понятия красоты с помощью ее парадигмы «Предательская Красота».

микробиому – здоровые бактерии, необходимые для поддержания правильного кислотно-щелочного баланса.

Макпал: Во время презентации вам удалось вдохновить женщин посмотреть на себя по-другому. Что представляет собой полная самозабота и истинное женское здоровье?

Надин: Самое главное – это быть в гармонии с самой собой. И позволить страхам и сомнениям выпасть из вашей жизни. Позвольте силе природы быть вашим руководством по красоте. В организме есть самоорганизующаяся система, которая в любом случае позаботится о той или иной проблеме.

Макпал: Надин, я знаю, что вы не используете любые синтетические духи, почему?

Надин: Самое лучшее, что может быть в использовании натуральных парфюмов, это то, что они не маскируют естественные феромоны. В процессе смешивания растительных и женских феромонов появляется возможность передавать сообщения о вашем теле.

Макпал: Какие масла-афродизиаки посоветуете?

Надин: Первое – ваниль. Затем иланг-иланг, масло болгарской розы, жасмин и масло сандалового дерева.

Макпал: Расскажите о натуральных путях предохранения, вы говорили о вреде гормональных контрацептивов... Поделитесь секретом?

Надин: Хороший вопрос. Каждая женщина должна знать свой ритм, продолжительность цикла... Сегодня существуют различные мобильные приложения, позволяющие отслеживать цикл, время овуляции. Использование противозачаточных таблеток привело к тому, что многие женщины не знают, что такое овуляция, или то, что они овулируют всего два дня в месяц и именно в эти дни есть вероятность зачатия. Есть метод ритмов, измерение и высчитывание цикла. Я советую всем женщинам постараться достичь 28-дневного регулярного цикла. Если у вас боли, сильное кровотечение, ПМС – все это является сигналом гормонального дисбаланса. Существует еще один метод контрацепции. Я его сама не пробовала, но читала исследования на эту тему. В Индии мужчины (!) в качестве противозачаточного средства принимали траву Нима. Она хорошо усваивается и в целом полезна для здоровья ■

Lady Shik SPA

Оздоровительный центр красоты и гармонии

Наши внимательные эксперты и подарок для женщин, стремящихся стать еще более изысканными и воспитательными, бесплатно разработают индивидуальную 3-х недельную программу питания, которую можно прекрасно дополнить нашим фитнес-формирующим курсом!

Возвращаясь с нами Lady Shik SPA приглашает Вас извлечь максимум удовольствия и удовольствия, наслаждаясь в каком теле и душе. Большой набор массажей, 3D-технологии, инновации, русская баня, натуральные масла, камни, услуги ароматерапии и эфирные, натуральные масла, ванны и ванны для тела.

Встреча только по предварительной записи. Количество мест ограничено.

**Мы ждем Вас в таком уголке
вдали от шума и суеты
24 часа в сутки.**

Адрес: Алматы, ул. Нысанова, 7
(район пр. Достык/Жолдасбекова)

Чтобы записаться воспользуйтесь нашими уникальными предложениями, позвоните по телефону: 203 00 33, www.ladyshik.kz