

Здоровый туризм: отдыхаем с пользой

Как же хочется витаминов и тепла в прохладные осенние деньки. Организм так и требует загородной поездки, глотка свежего, незагазованного воздуха. А если еще рядом будет глубоководная, шумная река...

Отдохнуть с пользой в пейзажных местах можно и в Иркутской области. Продолжая тему здорового туризма, дополним список популярных оздоровительных профилакториев.

«Здравницы Приангарья. Часть вторая»

[Здоровый туризм: "И тебя вылечат"](#)

Начнем с санатория «Электра». Расположен оздоровительный комплекс в сосновом бору на берегу Ангары в 20 километрах от озера Байкал (Листвянка). Основной медицинский профиль – заболевания глаз, костно-мышечной, мочеполовой, нервной системы, органов дыхания, системы кровообращения, гинекологии, педиатрии, профессиональных болезнях.

Богатство «Электра» – местная лечебная грязь.



kimovairina90
Иркутск,
Россия
1 2

Отзыв написан 20 июня 2017

Тихое и уединенное место, для спокойного отдыха.

Отдыхали с ребенком в июне 2107 года. По приезду домой очень захотелось поделиться впечатлением о санатории "Электра". Нам все очень понравилось, вы не представляете какой там воздух, какая прекрасная природа. Огромная территория, можно прогуляться до залива, на берегу есть бассейн с теплой водой. Все дорожки заасфальтированы, мы брали с собой ролики и самокат, ребенок был всегда чем-то занят. Чудесные девочки-аниматоры, с таким трепетом и заботой они относятся к детям, спасибо им за это огромное! Мы жили в основном корпусе, в обычном номере. Номер без особых изысков, но есть все необходимое. Времени, рассматривать грязь по углам у нас не было, в номер приходили, только чтобы переодеться и спать. Процедуры расписывают на весь день, помимо лечения, в санатории прекрасно продуман досуг: концерты иркутских ансамблей, просмотр кино, активные игры для всей семьи на воздухе, дискотеки, творческие мастер-классы и многое другое, каждый сможет найти себе занятие.

В санаторный комплекс входит:

1. аппаратная физиотерапия: гальванизация, интерференционные токи, синусоидальные модулированные токи, электростимуляция мышц, ультразвук, электрофорез;
2. ванны (пресные, жемчужные, кислородные, ароматические, вихревые, контрастные, ножные, ручные, гинекологические орошения);
3. душ (циркулирующий, Шарко, душ-массаж, восходящий);
4. вытяжение горизонтальное в воде, грязелечение, натуротерапия, аромофитоминисауна «кедровая бочка», гальваногрязь.

Категория номера	тариф «Оздоровительный отдых» (продолжительность путевки 1 день и более)	тариф «Санаторно-курортное лечение» (продолжительность путевки 12 дней и более)	
		вариант классический	вариант интенсивный
спальный корпус №1 (входит в состав главного корпуса)			
1 - местный номер	3 600	4 700	5 050
2-х местный номер	2 900	3 800	4 100
номер-люкс при заселении 1 человека	4 150	5 500	6 000
номер-люкс при заселении 2-х человек	3 900	5 200	5 600
номер-люкс при заселении 3-х человек (3-е спальное место - диван)	3 900	5 200	5 600
спальный корпус №2 (отдельно стоящее здание)			
2-х местный номер	2 900	3 800	4 100
3-х местный номер (2-х комнатный)	2 900	3 800	4 100
коттедж № 1, № 2			
3-х местный номер (2-х комнатный)	2 900	3 800	4 100
коттеджи № 3, 4, 5			
номер-люкс при заселении 1 человека	4 150	5 500	6 000
номер-люкс при заселении 2-х человек	3 900	5 200	5 600
номер-люкс при заселении 3-х человек (3-е спальное место - диван)	3 900	5 200	5 600

Санаторий «Юбилейный – 1»:

Здравница находится на правом берегу Братского водохранилища, в сосновой зоне в семи километрах от Братска.



Отзыв написан 21 марта 2016

Пригородный санаторий

Санаторий Юбилейный является одним из лучших санаториев в городе. Находится на самом берегу Братского моря. И представляет собой один корпус с пятью этажами. Окрестности довольно живописные. Есть спортивные площадки, множество лавочек, ухоженное побережье. Специализируется на лечении от проблем внутренними органами. Столовка в целом понравилась. Персонал и врачи тоже

[Показать меньше](#)

Проживание: Январе 2016. Тип путешественника: в одиночку

●●●●● Качество сна

●●●●○ Номера

●●●●○ Обслуживание

На территории санатория есть две лечебные базы с бальнеолечебницами, грязелечебницей, кабинетами электро-, тепло-, светолечения, лазеротерапии, массажными кабинетами, фитобарами. Особенность здравницы – минеральная вода, добываемая в санатории из глубинных скважин.

«Юбилейный-1» принимает на лечение взрослых, детей и детей с родителями. Стоимость дня пребывания с лечением: от 745 до 2312 рублей.

Заканчивает еще одну тройку популярных здравниц Приангарья санаторий «Усть-Кут»:

Здравница располагается в четырех километрах от города Усть-Кут, на правом берегу в излучине реки Куты.



lunocho13
24 92



Целебная грязь и вода из соленого озера

Санаторий расположен вдали от цивилизации в тихом месте. Лечат суставы, гинекологические заболевания. Реально помогает!!! Питание нормальное. Единственный минус - скучновато. В 18-19 веках на месте санатория добывали соль. Лучше ехать летом, т.к. зимой очень холодно. Запросто может быть -45 С.

20 Спасибо, lunocho13!

Лечебное богатство санатория – собственные минеральные воды и грязь из озера Соленого.

Здравница специализируется на заболеваниях: костно-мышечной системы, соединительной ткани, кожи и подкожной клетчатки, мочеполовой, нервной системы и органов дыхания.

Некоторые отдыхающие жалуются на отсутствие развлечений.

Наименование	Ед. изм.	1 день	14 дней	16 дней	18 дней	21 день
Санаторная путевка с размещением в 2-х местном номере	руб.	3070	42980	49120	55260	64470
Санаторная путевка с размещением в 1-но местном номере	руб.	3525	49350	56400	63450	74025
Санаторная путевка с размещением в номере "2-х комнатный повышенной комфортности"	руб.	4060	56840	64960	73080	85260
Санаторная путевка с размещением в номере "3-х комнатный улучшенной комфортности"	руб.	4985	69790	79760	89730	104685
Санаторная путевка с размещением в номере "Люкс"	руб.	5940	83160	95040	106920	124740
Путевка "Мать и дитя" с размещением в 2-х местном номере	руб.	4845	67830	77520	87210	101745
Курсовка взрослых	руб.	1100	15400	17600	19800	23100

Отдыхать можно с пользой для здоровья, не экономя на себе и своих близких. В каких санаториях предпочитаете отдыхать вы? Поделитесь опытом в комментариях.



Фото из открытых источников

[Новости Прибайкалья - в Вайбере. Только эксклюзив! Подписывайтесь!](#)

[Читайте нас в Одноклассниках!](#)

[Читайте нас в Телеграме!](#)

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:

irkbabr24@gmail.com



Автор текста: **Виктория Британская**, обозреватель.

На сайте опубликовано **581** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: [@bur24_link_bot](#)
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: [@irk24_link_bot](#)
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: [@kras24_link_bot](#)
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](https://t.me/babrobot_bot)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)