

Реклама. Объявления. Информация

Семейный оздоровительный центр в частном доме
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

АССИСТЕНТА КОСМЕТОЛОГА

для работы с семьей

ТРЕБОВАНИЯ:

женщина в возрасте от 25 до 35 лет, проживающая в г. Всеволожск.

ОБЯЗАННОСТИ:

Подготовка помещений к процедурам. Помощь в проведении процедур: массаж, парение, аппаратные методики, обертывания. Уборка помещений, поддержание чистоты.

Специальное образование и опыт работы не требуются.

Проводится обучение и стажировка.

УСЛОВИЯ:

график работы: два дня через два: с 8.00 до 14.00;

(с 14.00 до 18.00 – перерыв на обед) с 18.00 до 01.00 (развозка до дома), в субботу и воскресенье с 09.00 до 22.00.

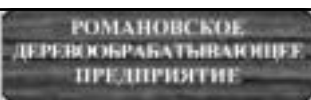
Семейный оздоровительный центр находится в мкр Мельничный Ручей.

Зарплата от 18000 руб.

ОТДЕЛЬНАЯ ДОПЛАТА ЗА УБОРКУ ПОМЕЩЕНИЙ.

Обращаться по телефону: (812) 324-00-36, Людмила

(с 10.00 до 18.00, кроме субботы, воскресенья).



СРУБЫ ДОМОВ И БАНЬ
из бруса и бревна, каркасное строитель-
ство, беседки,
столярные изделия.

Качественно и практично!

ПИЛОМАТЕРИАЛЫ

любых размеров, вагонка, шпунт, пого-
нажные изделия.
ДОСТАВКА,

работаем без обеда и выходных.

Отходы д/о производства бесплатно!

п. Романовка, 14 км + 350 м Д. Жизни, www.romdp.ru,
e-mail: mail@romdp.ru. Т/ф. (81370)60-425, 60-346, 8-960-235-30-80.



ДЕРЕВЯННЫЕ

ОКНА

РЕМОНТ И УТЕПЛЕНИЕ

ЧТОБЫ ДЕНЬГИ СОХРАНИТЬ, НАДО

ОКНА УТЕПЛИТЬ!

Теплоинвест

www.teploinvestspb.ru

☎ 448-11-51;
☎ 946-21-02



БАЗА ВСЕ ДЛЯ УАЗА, ТК
АВТОЗАПЧАСТИ
ОПТ И РОЗНИЦА

(812)777-05-54

СПб., Днепропетровская 67/Д
www.bazauaz.ru

Сдаются в аренду

ОФИСНЫЕ
ПОМЕЩЕНИЯ

площадью 94,546 м²

(3 изолированных комнаты) и 46 м².

Офисы обеспечены отдельными

телефонными номерами, санузлами.

Стоимость 700 руб. за 1 м²

Коммунальные услуги включены

полностью.

Адрес: Ленинградская область,

г. Всеволожск,

Всеволожский пр., д. 99.

Т. 8-911-233-69-66.

8-911-911-99-66.

ООО «РЕНЕССАНС-НЕВА

ИЗГОТОВИТ:

- **МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ДВЕРИ,**
 - **РЕШЕТКИ;**
 - **ЗАБОРЫ, в т.ч.**
 - **КОВАННЫЕ.**
- **ВОРОТА и прочие**
- **МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИИ.**

Тел. 28-700

950-06-836.

на правах рекламы

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ ВЫПОЛНИТ
РАБОТЫ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ:

- внутренняя отделка помещений;
- загородные дома, бани, заборы.

Т. 8-921-401-14-81.

Всеволожский почтамам

(государственное предприятие со
всеми социальными льготами)
ПРИГЛАШАЕТ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ:

— ОПЕРАТОРОВ СВЯЗИ;

— ПОЧТАЛЬОНОВ;

Обращаться по адресу:

г. Всеволожск, Октябрьский пр., д. 96-а.

Телефон 31-722.

Как избавиться от лишнего веса навсегда.

Многие считают, что избыточный вес портит внешний вид. Но, может быть, еще важнее то, что он вызывает определенные проблемы со здоровьем. Если вы начали читать эту статью, значит, пришли к тому, что лишние килограммы, так или иначе, мешают вам в жизни, и пришло время решать эту задачу.

В Центре снижения веса серьезно подходят к решению проблемы избыточного веса, используя современный комплексный подход.

ДАННАЯ МЕТОДИКА ГАРАНТИРУЕТ: ПОЛНОТА УИДЕТ И БОЛЬШЕ НЕ ВЕРНЕТСЯ.

Программа снижения веса и нормализации пищевого поведения, имеет своей целью проработку причин избыточного веса. Она включает в себя формирование навыков правильного пищевого поведения стройного человека, восстановление врожденных механизмов, которые позволяют в дальнейшем без усилий сохранять достигнутый результат, поддерживать стройную фигуру, улучшают состояние здоровья и качество жизни. Именно поэтому длительность тренинга составляет не один день, а более 20 часов занятий за 4 дня. Программа разработана таким образом, что позволяет сбрасывать от 6 до 12 кг за месяц.

Приобретенные навыки позволяют легко и комфортно избавиться от лишних килограммов, вернуться в свой идеальный вес и в дальнейшем сохранять его.

О МЕТОДЕ

Сам метод является интеграцией многолетнего опыта работы специалистов с зависимостями (пищевой, алкогольной, игровой и др.). Его основа - рассмотрение данных расстройств с точки зрения биопсихосоциальной модели. Определение первопричин избыточного веса и непосредственная работа с ними. Тренинг нормализации пищевого поведения построен таким образом, что позволяет выявить и исключить факторы, которые ведут к набору избыточного веса, прорабатывая проблему ожирения с точки зрения физиологии, психологии и межличностных отношений. Сам же процесс снижения веса становится легким и комфортным, а главное, стабильным, что гарантирует долгосрочные результаты. При прохождении программы формируются навыки, которые сохраняются человеком на протяжении всей жизни, позволяя самостоятельно контролировать свой вес, делая его свободным от индустрии снижения веса. Довольно сложная информация о физиологических, психологических, социальных причинах избыточного веса дается в виде техник, упражнений, доступно разъясняется, становясь легкой и запоминающейся. Также в тренинге используются современные методы направленной визуализации, релаксационные техники, упражнения, направленные на повышение самооценки и личностного роста. Занятия проводятся в групповом формате, но к каждому клиенту осуществляется индивидуальный подход, даются индивидуальные реко-

мендации, соблюдение которых позволяет быстро, комфортно и безопасно сбрасывать лишние килограммы.

После прохождения курса клиенты имеют возможность обращения в Центр снижения веса как для индивидуальных, так и групповых встреч, таким образом, осуществляется длительная поддержка клиентов на пути снижения веса.

В программе нет запрещенных продуктов, кодирования, не используются таблетки и гипноз.

Метод не является лечением. Перед прохождением курса необходимо пройти индивидуальное собеседование со специалистом центра.

О ПРОГРАММЕ

Тренинг состоит из пяти обязательных занятий, каждая встреча проводится в течение 4-х часов. Первые четыре встречи проходят единым блоком. На них формируются базовые навыки правильного пищевого поведения (уже на первом занятии проводится техника, которая позволяет насыщаться меньшим количеством пищи), разбираются причины повышенного аппетита и способы работы с ним, прорабатываются причины избыточного веса, происходит обучение адаптации клиента в обществе. Выявляются и переформируются негативные жизненные установки, повышается самооценка, вырабатывается стратегия достижения. Все это и многое другое позволяет человеку не только успешно снижать вес, но и, применяя эти новые формы поведения в жизни, обрести свободу и самостоятельность во многих сферах жизни.

Пятое занятие проводится через месяц, позволяя обобщить приобретенный опыт, выявить ошибки, закрепить достигнутые результаты. Проводятся упражнения на формирование доминанты, разбирается техника фиксации веса.

Пятая встреча является открытой для всех клиентов, прошедших программу ранее. Ее можно посещать и в дальнейшем, при необходимости, получить поддержку, разобрать вопросы, пообщаться с людьми, уже достигшими результата, поделиться опытом.

Тел.: 8-921-941-90-62, 8(812)941-90-62
8(812) 929-20-14, Алексей;
8-921-984-30-71 Евгений (Всеволожск).
E-mail: docalt@yandex.ru

ИНТЕРНЕТ + ПК ВЫГОДНО НАВЕРНЯКА!

Подключись к "Авангард" за 1 рубль*, заключи срочный договор на 6 или 12 месяцев на предоставление доступа к сети Интернет под торговой маркой "Авангард" и получи ноутбук MSI U100 10" 80 Gb в рассрочку на льготных условиях – всего за 14 400 рублей! При заключении срочного договора на 6 или 12 месяцев скидка на тарифные планы "Авангард" – 15% или 30%.

Договор на услугу "Авангард"	Полномочный платеж за ноутбук, руб. с НДС	Ежемесячный платеж за ноутбук, руб. с НДС
Срочный договор на 6 мес.		2040
Срочный договор на 12 мес.	2160	1020
Срочный договор на 6 мес.		1680
Срочный договор на 12 мес.	4320	840

* В стоимость подключения входит ADSL-модем



Путь «Авангард» – быстрый доступ в Интернет. Это – самый быстрый способ получить доступ к сети Интернет. Это – самый быстрый способ получить доступ к сети Интернет.



тел. 06 , www.avangard-dsl.ru

Получить Интернет-сервис ПК на выгодных условиях можно только у нас. Это – самый быстрый способ получить доступ к сети Интернет. Это – самый быстрый способ получить доступ к сети Интернет.

СДАЮТСЯ В АРЕНДУ
ОФИСНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ

от 38,5 кв. м.

г. Всеволожск, ул. Героев, д. 12
(здание бассейна).

Тел. 8(813-70)21-059,

931-71-38.

КАРТОФЕЛЬ,

ОПТОМ СО СКЛАДА,

ст. М. Ручей,

НИЗКИЕ ЦЕНЫ,

ВОЗМОЖНА ДОСТАВКА.

Т. 8-911-771-17-31.

ПАМЯТНИКИ

✓Изготовление

✓Большой выбор

✓Сезонные скидки.

ул. Социалистическая, д. 105.

тел.: (81370) 31-968,

(921) 945-19-20.

АРЕНДА

Предоставляются ОФИСНЫЕ
и ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ
помещения.

Тел.: 911-237-66-54,

926-96-12.

