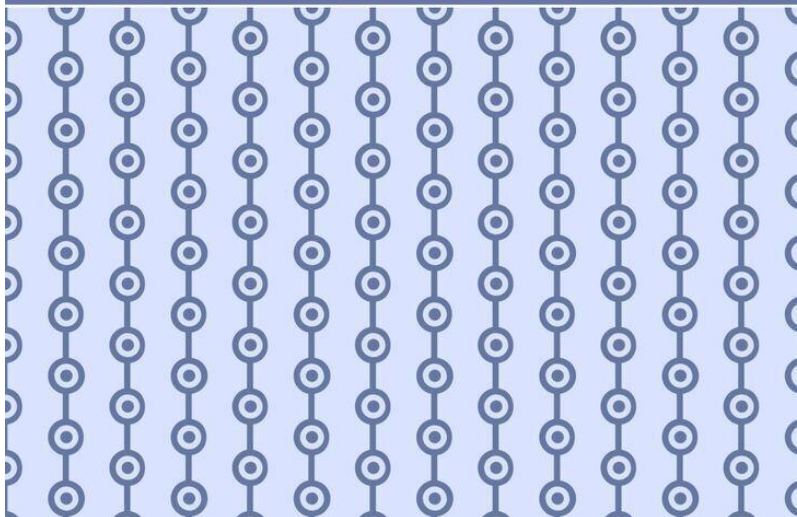


12+ Антон Черепанов

*Мой отдых  
и лечение  
в санатории*



# Антон Черепанов

# Мой отдых и лечение в санатории

*<https://litres.ru/74156033>*

*ISBN 9785007027304*

## Аннотация

Рассказ о моём лечении в санатории.

Усталость, накопившаяся за долгий год, давала о себе знать. Постоянный стресс, недосып, сидячая работа — всё это отражалось на моём самочувствии. Я давно мечтал о месте, где можно было бы не только отдохнуть душой, но и позаботиться о здоровье. И вот, после долгих поисков, мой выбор пал на санаторий.

# Мой отдых и лечение в санатории

## Антон Черепанов

*Дизайнер обложки* Антон Константинович Черепанов

© Антон Черепанов, 2026

© Антон Константинович Черепанов, дизайн обложки,  
2026

ISBN 978-5-0070-2730-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero  
Мой отдых и лечение в санатории.

Усталость, накопившаяся за долгий год, давала о себе знать. Постоянный стресс, недосып, сидячая работа — всё это отражалось на моём самочувствии. Я давно мечтал о месте, где можно было бы не только отдохнуть душой, но и позаботиться о здоровье. И вот, после долгих поисков, мой выбор пал на санаторий «Карагайский бор».

С первых минут пребывания я почувствовал, что попал

в сказку. Величественные сосны, окутанные лёгкой дымкой, создавали атмосферу умиротворения. Воздух был настолько чистым и свежим, что казалось, будто каждый вдох наполняет меня новой энергией. Сам санаторий, утопающий в зелени, выглядел как уютный уголок природы, где время замедляет свой ход.

Меня встретили с радушием и вниманием. Персонал санатория — это настоящие профессионалы, которые искренне заботятся о каждом госте. После заселения в комфортный номер, я отправился на первичный осмотр к врачу. Главный врач Самоцкая Татьяна Петровна внимательно выслушала мои жалобы, изучила историю болезни и составила индивидуальный план лечения, учитывая мои потребности и пожелания.

Программа моего пребывания была насыщенной и разнообразной. Утром я начинал день с лёгкой зарядки на свежем воздухе, наслаждаясь пением птиц и ароматом хвои. Затем следовали процедуры: сухие углекислые ванны, амплипульс, магнитотерапия и циркулярный душ. Каждый день приносил новые ощущения и положительные изменения.

Помимо лечебных процедур, санаторий предлагал множество возможностей для активного отдыха. Я с удовольствием гулял по живописным тропам, дышал целебным воздухом

и любовался красотой природы. Вечерами проводились концерты, лекции и кинопоказы, которые помогали расслабиться и отвлечься от повседневных забот.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.