

Nasza oferta skierowana jest do osób:

- zdrowych, w celach profilaktycznych (zapobieganie chorobom cywilizacyjnym),
- chorych z zaburzeniami metabolicznymi: nadwaga, otyłość, nadciśnienie, cukrzyca, wysoki cholesterol, miażdżyca, kamica nerkowa, skaza moczanowa, zakrzepy żyłne,
- z przewlekłymi chorobami zapalnymi: nawracające infekcje migdałów i zatok, reumatoidalne zapalenie stawów, choroby alergiczne skóry, astma oskrzelowa, choroba wrzodowa,
- z chorobami zwyrodnieniowymi stawów, zaćmą, parazytozą oraz chorobami skóry: łuszczycą, sklerodermą, porfirią,
- cierpiącymi na zaburzenia czynnościowe przewodu pokarmowego: zaparcia, zgagę, zespół jelita nadwrażliwego.

Przeciwwskazaniami są: choroby psychiczne, gruźlica, cukrzyca na insulinie, nadczynność tarczycy, wyniszczenie organizmu (nowotwory), ciąża i okres karmienia, wiek – przed okresem dojrzewania.

Ośrodek dysponuje

- pokojami 1- 2- i 3-osobowymi,
- salą gimnastyczną wyposażoną w sprzęt do ćwiczeń: rowerki, bieżnia, orbitrek, wiosła,
- gabinetem lekarskim,
- gabinetem hydromasażu i masażu,
- sauną,
- ogrodzonym parkingiem,
- parkiem przylegającym do Ośrodka.

Współpracujemy:

- z gabinetem hydrocolonoterapii,
- kosmetyczką i fryzjerką,
- kwaterą agroturystyczną.

W ramach wczasów oferujemy nieodpłatnie:

- opiekę lekarską i pielęgniarską (porady lekarskie oraz kontrola ciśnienia, poziomu cukru i wagi),
- aktywny ruch: gimnastyka poranna (na placu w ogrodzie), gimnastyka kręgosłupa i na piłkach (w sali gimnastycznej) oraz zorganizowane spacer, y,
- korzystanie ze sprzętu rehabilitacyjnego i sportowego,
- prelekcje i filmy dotyczące zdrowego stylu życia,
- korzystanie z sauny (soboty i niedziele),
- 1-krotny masaż ręczny,
- 1-krotny masaż limfatyczny – aparat Dr Life 2000,
- korzystanie z materaca masującego,
- naświetlanie lampą Biopton,
- korzystanie z rowerów – przejażdżki zorganizowane i indywidualne,
- korzystanie z herbatek i wody mineralnej,
- prezentacje atrakcyjnych artykułów związanych ze zdrowym stylem życia,
- korzystanie z zamkniętego parkingu,
- przewóz samochodem Ośrodka do Lubartowa, Koźłówki (Muzeum Zamoyskich) i nad jezioro Firlej,
- ognisko,
- posiłek dla osób przywożących lub odwożących gości (należy wcześniej zgłosić).

Odpłatnie oferujemy:

- masaże częściowe i całkowite,
- masaże limfatyczne – aparat Dr Life 2000,
- sauna (poniedziałek– piątek),
- korzystanie z krytej pływalni w Lubartowie (basen nieczynny w okresie od lipca do końca września),
- wycieczki do Lublina, Kazimierza, Puław, Janowca,
- wyjazdy na basen (spa „Atrium”) w Nałęczowie oraz spa „Orkana” w Lublinie,
- aerobik.
- zabiegi fizykoterapeutyczne (laser, ultradźwięki, pole magnetyczne, jonoforeza itp.)

Terminy turnusów w 2012 r.

1. 14.01 – 28.01	13. 30.06 – 14.07
2. 28.01 – 11.02	14. 14.07 – 28.07
3. 11.02 – 25.02	15. 28.07 – 11.08
4. 25.02 – 10.03	16. 11.08 – 25.08
5. 10.03 – 24.03	17. 25.08 – 08.09
6*. 24.03 – 04.04	18. 08.09 – 22.09
	19. 22.09 – 06.10
7*. 11.04 – 21.04	20. 06.10 – 20.10
8. 21.04 – 05.05	21*. 20.10 – 30.10
9. 05.05 – 19.05	
10. 19.05 – 02.06	22. 03.11 – 17.11
11. 02.06 – 16.06	23. 17.11 – 01.12
12. 16.06 – 30.06	

Koszt 14-dniowego turnusu dla 1 osoby (w PLN):

Pokój	Ośrodek	Kwatera
3 osobowy, wspólna łazienka na dwa pokoje	1 190zł	1 090zł
3 osobowy z łazienką	1 290zł	1 190zł
2 osobowy, wspólna łazienka na dwa pokoje	1 390zł	1 290zł
2 osobowy z łazienką	1 490zł	1 390zł
1 osobowy, wspólna łazienka na dwa pokoje	1 590zł	1 490zł

Turnusy 7-19 cena wyższa o 50 zł od podanej w tabeli.

Turnusy nr: 6, 7 i 21 - cena proporcjonalna do ilości dni.

UWAGA ! Warunkiem rezerwacji jest dokonanie przedpłaty w ciągu 2 tygodni od daty zgłoszenia.

Wpłata min. 400zł

Prosimy o podanie na dowodzie wpłaty terminu turnusu. Przedpłaty dokonywać przekazem na adres Ośrodka lub przelewem na **poniższe konto**.

Ośrodek Wczasów Zdrowotnych „BEZETA”

BPH SA O/Lubartów

21 1060 0076 0000 3260 0036 1157

Adres Ośrodka

Ośrodek Wczasów Zdrowotnych „BEZETA”

21-100 Lubartów, Skrobów Kol. 104G

tel./fax 81 854 59 76

tel. kom. 601 247 359

www.bezeta.pl e-mail: bezeta@bezeta.pl

Prosimy zabrać:

- wygodne buty sportowe, dres lub strój do gimnastyki na dworze,
- strój gimnastyczny na salę,
- kostium kąpielowy, czepek, klapki na basen,
- ręczniki,
- osoby będące na leczeniu – karty informacyjne i badania lekarskie oraz **leki**.

Rezygnacja z wczasów.

- Zwracamy wpłaconą zaliczkę, jeżeli rezygnacja z wczasów nastąpi nie później niż na miesiąc przed rozpoczęciem turnusu.
- W przypadku późniejszego przyjazdu lub wcześniejszego wyjazdu obowiązuje odpłatność jak za pełny turnus.

Każdy turnus rozpoczyna się kolacją pierwszego dnia, a kończy śniadaniem ostatniego dnia.

Ośrodek położony jest na terenie wiejskim. W pobliżu znajdują się malownicze pola i lasy pełne utwardzonych i polnych drózek, znakomicie nadających się na przejażdżki rowerowe oraz spacer.

W odległości ok. 200m od Ośrodka znajduje się mały kościół parafialny, gdzie codziennie odprawiana jest msza święta.

Do oddalonego o 13 km jeziora Firlej dojeżdżamy samochodem Ośrodka lub rowerami.

W odległości 4 km znajduje się pałac Zamoyskich w Kozłowie – muzeum i park godne zwiedzenia ze względu na unikalny charakter.

Polecamy też obejrzenie zabytków architektury sakralnej w Lubartowie oraz bardzo ciekawych obiektów w Lublinie, Kazimierzu, Puławach, Nałęczowie i Janowcu.

Dojazd do Skrobowa:

- dojazd do Lublina
- z Lublina do Lubartowa lub Skrobowa autobusem z dworca gł. PKS (stanowisko nr 20)
- z Lubartowa do Skrobowa (4 km od Lubartowa) autobusem w kierunku na Michów, Puławy lub Kamionkę
- istnieje możliwość odebrania gości z Lublina samochodem Ośrodka (sobota – godz. 15⁰⁰-16⁰⁰) po wcześniejszym uzgodnieniu

Ośrodek jest niewielki, prowadzony przez rodzinę wspieraną fachowym personelem. Stwarza to ciepłą, domową atmosferę, a jednocześnie posiada wszystkie walory wczasów, co daje znakomite efekty zdrowotne i wypoczynkowe.

2012 r.



Ośrodek Wczasów Zdrowotnych Odchudzających „BEZETA”

zaprasza

na wczasy z dietą warzywno-owocową oczyszczającą organizm (propagowaną przez dr Ewę Dąbrowską).

Na skutek spożywania żywności wysoko przetworzonej, wzbogacanej w środki chemiczne, często szkodliwe dla zdrowia nasilają się choroby – **otyłość, nadciśnienie, miażdżyca, cukrzyca.**

Stan zdrowia można poprawić przez **oczyszczenie organizmu z toksyn i złogów dietą warzywno-owocową**, a następnie wprowadzenie zdrowego żywienia.

Kuracja warzywno-owocowa jest w pełni bezpieczna – bogata w błonnik, mikroelementy i witaminy, jednocześnie dostarcza niewiele węglowodanów i białka (tłuszcz w diecie nie występuje). **Następuje tzw. odżywianie wewnętrzne prowadzące do usunięcia z organizmu złogów i toksyn oraz nadmiaru tłuszczu.**

Następuje przywrócenie naturalnych mechanizmów samooczyszczających i samoregulujących. Wzrasta odporność na zachorowanie oraz zwiększa się zdolność organizmu do wysiłku fizycznego i intelektualnego. Cofają się stany lękowe, powraca radość życia. **W ciągu 2 tygodni następuje ubytek wagi w granicach 4 - 7%.**