

POBYT TRENČIANSKYCH SENIOROV V KÚPEĽOCH LÚČKY

Konečne sme sa dočkali... Kvôli koronavírusu bol odložený rehabilitačný 6-dňový pobyt, ktorý zorganizovala predsedníčka Územného centra 03 Trenčín Združenia kresťanských seniorov Slovenska, Marta Gregušová, v náhradnom termíne od 28.9. do 3.10.2020 v kúpeľoch Lúčky.

Na pobyte sa zúčastnilo 46 členov z klubov ZKS: Trenčín-mesto, Trenčín-Orechové, Dubnica nad Váhom, Pruské, Veľké Bielice. Pridali sa k nám aj členovia z ÚC 2 Hlohovec.

Trenčania sa stretli v pondelok na železničnej stanici, cesta rýchlíkom rýchle ubehla a z Ružomberka nás všetkých aj s batožinami do kúpeľov odviezla miestna autobusová linka. Ostatní prišli obdobne, niektorí autami.

Na recepcii hotela Choč sme dostali kľúče a rôzne preukážky na ubytovanie, stravu a vyšetrenie. Nasledovala vstupná prehliadka u lekárov, ktorá mala potvrdiť, či sme schopní podstúpiť relaxačnú liečbu. Všetci uspeli a dostali sme rozpisy procedúr.

Pobyt sa začal obedom a prvou „ochutnávkou“ bazénov. Dážď a chvíľami lejaky nám nezabránili ani v pobyte vo vonkajšom bazéne. S heslom „všetko treba skúsiť“ sme sa ponárali do bazénov rôznej teploty, každý podľa zdravotného stavu. Okrem relaxačného vonkajšieho bazéna sme sa mohli vyhriať vo vnútornom oveľa teplejšom. Mnohí, čo už tu niekedy boli, odovzdávali svoje skúsenosti tým, pre ktorých to bolo prvé stretnutie s kúpeľmi.

Ďalšia voda nás čakala vo vírivých a minerálnych kúpeľoch. Liečba teplom je aj pri rašelinových a parafínových obkladoch. Takmer každý si mohol vyskúšať masáž, mnohí inhalácie, soľnú jaskyňu, elektroliečbu, telocvik, aj suchý uhličitý kúpeľ, ktorý obnovuje bunky tela a piť unikátnu minerálnu vodu, ktorej zloženie prvkov zvyšuje aj celkovú imunitu tela. Všetky procedúry boli pod jednou strechou, takže dáždniky bolo treba len na vychádzky, počasie počas pobytu bolo ustálené: lejaky, dážď a hmla.

Okrem procedúr sme robili individuálne a najmä skupinové vychádzky do okolia: k Lúčanskému vodopádu, do Farského kostola Povýšenia svätého Kríža, kúpeľnej kaplnky, k diviačej obore, k termálnemu prameňu Kalameny s jazierkom, aj na prehliadku dedín Lúčky a Kalameny. Príroda je nádherná v každom počasí a celé kúpele s krásne upravenými záhonmi kvetov a kríkov, s mnohými sochami priam lákali k prechádzkam. Prekvapením bol aj pohľad na okolité i vzdialené pohoria, ktorý sa nám naskytl na rozlúčku, keď sa slnko predralo cez mraky.

Niektorí si na kurze pletenia košíkov vyrobili vlastné darčeky, ale rôzne iné bolo kde kúpiť. Pobyt sme si spríjemnili návštevou kaviarne a baru, kina, alebo ďalších služieb, z ktorých my ženy musíme pochváliť šikovné ruky pani kozmetičky v LD Liptov.

Kúpele Lúčky v krásnom horskom prostredí Liptova, nám pomohli zlepšiť zdravotný stav, oddýchnuť si od denných starostí, pomohli načerpať nové sily aj pre boj s koronavírusom, hoci okamžite zavedené nové opatrenia proti nemu nám trochu zasiahli do denného režimu posledných dní.

Dovoľujem si týmto poďakovať kvalifikovanému personálu za bezproblémový a príjemný pobyt, príjemnú rodinnú atmosféru p. Ing. Evy Rojčekovej pri vybavovaní našej objednávky.

Veľká vďaka a obdiv patrí pani Marte Gregušovej, ktorá výborne organizačne zvládla celý pobyt, operatívne podľa situácie prispôbovala program najmä vychádzok a bola neúnavným iniciátorom spoločných činností.

Za krásny pobyt a možnosť zrelaxovať sa, upevniť priateľstvá, poznať nových ľudí aj kúty Slovenska patrí poďakovanie Trenčianskemu samosprávnemu kraju, ktorému vďačíme za poskytnutie dotácie.

Ing. Jarmila Budíková



TRENČIANSKY
SAMOSPRÁVNÝ
K • R • A • J



