



LETNÝ TÁBOR ZDRAVIA 2023

Podhájska 23. – 28. 07. 2023

Cesta k vyrovnanosti *Sme stvorení pre lásku. Ideálom je, aby sme mali detstvo naplnené prijatím, bezpečím, teplom a útechou. Aby sme boli spokojní vo vzťahoch plných lásky a blízkosti a naučili sa tak dôvere.*

Ideály však často nebývajú naplnené. Ak deti vyrastajú s dospelými, ktorí nerozumejú detskej bolesti, strachu a neistote, v ich mozgu sa neaktivuje program lásky, ale programy zvládania nezdravej situácie v rodine. Problém nastane v dospelosti, keď život podľa týchto pravidiel prináša aj napriek najlepším úmyslom iba sklamanie.

Na pobyte v Podhájskej budeme hovoriť o **12 krokovom programe Cesta k vyrovnanosti**, ktorý nám môže pomôcť:

- zažiť uzdravenie zo zranení, ktoré si nesieme z detstva,
- prežívať Božie objatie,
- naučiť sa milovať blížneho ako seba samého,
- odstrániť prekážky, ktoré nám bránia v prežívaní blízkosti, prijatia a lásky.

Hlavní prednášajúci budú:

- MUDr. Janka Nosková, MPH (predsedníčka OZ Život a zdravie)
- Ing. Jozef Pist (lektor OZ Život a zdravie, kazateľ)
- ThDr. Jozef Brenkus, PhD. (riaditeľ Život bez závislostí, n. o.)



Ilustrácia: Olga Pazerini

Základné informácie:

- Ubytovanie:** Penzión MAX, (2- a 3-miestne izby).
- Cena:** ☺ dospelí (od 15 r. ako dospelí): 190.- € plná penzia, 155.- € polpenzia (raňajky, obedy)
☺ od 11 do 14 r. (vrátane): 185.- € plná penzia, 150.- € polpenzia (raňajky, obedy)
☺ od 6 do 10 r. (vrátane): 155.- € plná penzia, 130.- € polpenzia (raňajky, obedy)
☺ od 6 do 10 r. (vrátane) ubyt. s dvomi dospelými: 130.- € plná penzia, 105.- € polpenzia (raňajky, obedy)
☺ do 5 rokov (vrátane): zdarma (bez nároku na vlastné lôžko a stravu)
- Dátum:** začiatok nedeľa 23. 07. 2023 večerou, koniec piatok 28. 07. 2023 raňajkami
- Strava:** plná penzia alebo polpenzia, vegetariánska strava (strava je podmienkou pobytu).
- V cene je zahrnuté:** ubytovanie, strava, program.
- V cene nie je zahrnuté:** vstupy do Termálneho kúpaliska a Wellnes centra Podhájska.
- Program:** okrem hlavnej témy LTZ nebude chýbať cvičenie, spoločenský program, rekreácia v areály kúpaliska atď.
- Informácie o Termálnom kúpalisku Podhájska** nájdete na stránke www.tkpodhajska.sk (cenník atď.).
- Pre prihlásenie použite prihlášku**, kde nájdete aj viac informácií. **Odporúčame využiť najjednoduchší spôsob online prihlásenie na odkaze:** www.zivotazdravie.sk/ltzp-prihl/ (Google formulár).

Prihlášky posielajte najneskôr do 31. 05. 2023 na adresu:

@ Emailom: novota@zivotazdravie.sk

✉ Poštou: Jaromír Novota, Duklianska 1376/8, 953 01 Zlaté Moravce

Pri prihlásení je potrebné zaplatiť **zálohu 50.- €** za osobu na číslo účtu:

IBAN: SK80 7500 0000 0040 3003 2095 (účet OZ Život a zdravie)

variabilný symbol 202301, do poznámky uveďte „LTZ P a svoje priezvisko“ (napr. *LTZ P Novota*)

(Doplatok je potrebné uhradiť podľa informácií v prihláške.)

Kapacita je obmedzená (max. 35 účastníkov).

Tešíme sa na stretnutie s vami
lektori OZ Život a zdravie