

V našem rekonstruujiícím se Centru zdraví nabízíme v roce 2016 **osm letních aktivit**, ze kterých si můžete vybrat podle vaší potřeby. Všechny ozdravné pobyty v sobě zahrnují vstupní prohlídku, testy, osobní poradenství, cvičení s cvičitelkou, kurzy zdravého vaření, případně masáže a individuální procedury, léčebné čaje, zajímavé přednášky, ubytování se sprchou a WC na pokoji a plná penze (plně vyvážená rostlinná strava). Pobyty 5, 7 a 8 mají individuální program podle zaměření. Momentální ubytovací kapacita: 22 lůžek v 8 pokojích.

Lipník 3, u Benátek n/J.  
 pobyty-czeded@seznam.cz  
 www.czeded.cz



### Termíny pobytů LÉTO 2016

1.

Datum: **12. – 22. 6.** Počet dní: **10** **VÝŽIVA • ŽIVOTNÍ STYL • KURZY VAŘENÍ**

6000,-

Odborník / host: **John Scharffenberg, MD, MPH**

Emeritní profesor Loma Linda University J. Scharffenberg (92) je významným světově uznávaným odborníkem na výživu a životní styl. Pobyt je určen pro každého, kdo chce získat maximum věrohodných informací směřujících k aktivní prevenci civilizačních nemocí, k udržení pevného zdraví a zajištění dlouhého věku. Bývalý šéfkuchař a autor kuchařek Roman Uhrin umocní teorii praktickými kurzy zdravého vaření, do kterých se můžete zapojit i vy.

2.

Datum: **10. – 20. 7.** Počet dní: **10** **DUCHOVNÍ OBNOVA • DEPRESE • RELAX**

6000,-

Odborník / host: **Mgr. Rostislav Homola, BTh.,  
 Marta Kralovičová**

Citlivý přístup, laskavá péče a odborné vedení jsou základními prvky pobytu, který vás nabije nejen po duchovní stránce. Součástí programu jsou duchovní zamyšlení, zpívání, semináře a přednášky. Pro plnou pohodu prostřídáme příjemnou atmosféru místnosti s anti-depresevními a pokoj navozujícími aktivitami v přílehlé přírodě.

3.

Datum: **24. – 31. 7.** **4.** **31. 7. – 7. 8.** **ŽIVOTNÍ STYL • NEMOCI • KONZULTACE**

Počet dní: **7** 5.000,-

Počet dní: **7** 5.000,

Odborník / host: **Dr. Scott Grivas, MD**

Dr. Grivas pracoval jako vedoucí lékaře Centra zdraví ve Wildwood institute a má bohaté zkušenosti léčby nemocí přírodním způsobem. V dnešní době provozuje několik vlastních Center zdraví v USA. Na pobytu bude k dispozici všem, kteří chtějí konzultovat své zdravotní problémy, navíc nabídne přednášky s cennými informacemi.

5.

Datum: **8. – 18. 8.** Počet dní: **10** **DĚTSKÝ TÁBOR ZDRAVÍ • MISIE • POMOC**

3.400,-/lůžko, 2800,-/stan

Odborník / host: **Personál CZ EDEN** Věk dětí: **8 – 15 let**

Děti se naučí praktickým dovednostem, jako jsou základy práce na zahradě, příprava jednoduchých jídel, stavba jednoduchých konstrukcí, orientaci v přírodě apod. Aktivity uvnitř budou zaměřeny na získání základní zdravotní gramotnosti v rámci zdravé výživy, životního stylu, první pomoci apod. V rámci duchovního růstu nabídneme dobrovolně možnost zpěvu, čtení bible, praktické misie v okolí a pomoci místním občanům.



6.

Datum: **21. – 31. 8.** Počet dní: **10** **HUBNUTÍ • VÝŽIVA • CVIČENÍ**

6000,-

Odborník / host: **John Scharffenberg, MD, MPH**  
**Zdeňka Hoffmanová**

Nejpřirozenější a zdraví podporující metoda hubnutí s vyváženým jídelníčkem, dostatkem dynamického pohybu a motivačními přednáškami. Ty vás nebudou pouze informovat, jak zhubnout, ale také jak vytrvat. Osvojené principy si pak můžete vzít domů a pokračovat v novém režimu.

7.

Datum: **11. – 18. 9.** Počet dní: **7** **TURISTIKA ČESKÝ RÁJ • DUCHOVNÍ VEČERY**

3800,- + jízdy a vstupy

Odborník / host: **Personál CZ EDEN**

Nejhezčí místa Českého ráje lákají na nenáročné výšlapy i pohodový odpočinek. S obědem „s sebou“ můžeme vyrazit auty na některý z výchozích bodů (cca 45 minut), po dni plném zážitků nás pak čeká teplá večeře a romantické večery s duchovním hovory a písněmi. Možnost masáží a procedur za příplatek.

8.

Datum: **1. – 31. 7.** Počet dní: **31** **ZDRAVOTNĚ MISIJNÍ TRÉNINK • improvizovaný PROGRAM LIGHT**

4500,- / pouze strava

Odborník / host: **Linda Horner RN, Dr. Scott Grivas, MD**

Nabídka zejména pro mladé lidi, věk však není omezen. Málokdy se podaří dostat se přímo do praxe zdravotní služby. Můžete asistovat při masážích a procedurách, připravovat zdravou výživu s kuchaři, nebo naslouchat konzultaci lékaře. Můžete také asistovat biofarmáři, nebo se připravovat na praktickou zdravotní misi na sborech. Budete asistenty dvou ozdravných pobytů s hodnotným programem. Dostanete se do kontaktu s člověkem, jako „bližním“, který má své potřeby. Dále se můžete obohatit zkušenostmi odborníků z praxe, jako je Linda Horner, RN (ředitelka programu LIGHT pro jižní Ameriku), Dr. Scott Grivas, MD, (provozuje Centra zdraví v USA), Mgr. Rostislav Homol, BTh. (primář oddělení spirituální péče) a dalších zkušených praktiků. V případě, že pomůžete při provozu Centra zdraví cca 4 hodiny denně a nevádí vám provizorní nocleh, platíte celý měsíc pouze za stravu (150,- Kč/den) Navíc si můžete vybrat preferovanou oblast, které byste se chtěli věnovat hlouběji. Kapacita omezena na 10 účastníků!

Poznámka: Budova Centra zdraví je zatím v rekonstrukci, a proto nevelká část budovy nebude k dispozici.

Své přihlášky posílejte elektronicky na adresu: [pobyty-czedem@seznam.cz](mailto:pobyty-czedem@seznam.cz)  
Uvádějte: **č. pobytu, jméno, věk, adresa, email, mobil, zdravotní problémy a omezení.**  
Přijetí přihlášky vám bude potvrzeno, následně pak dostanete podrobnější informace ohledně vašeho pobytu. Těšíme se na vás ☺



Hosté našich pobytů

Scott Grivas



John Scharffenberg



Linda Horner



Rostislav Homola



Zdeňka Hoffmanová



Marta Kralovičová

