V neděli 21.5. jsme odjeli na 5 dní na odpočinkový pobyt do Karlových Varů. Byli jsme ubytováni v krásném hotelu Millenium\*\*\*\* na okraji Varů a všechny léčebné procedury, jako rašelinové zábaly, oxygenoterapie (vdechování "čistého" kyslíku ), inhalace minerálních vod, vířivka...nám poskytovali přímo v hotelu. Vyzkoušeli jsme poprvé Kneippův chodník - kde se prochází střídavě bazénkem s hodně teplou vodou, která má 40°C a se studenou, která má jen 12°C. Na dně obou bazénků je vrstva oblázků. Tento cyklus se několikrát opakuje. Poslední musí být chůze ve studené vodě, poté následuje otření nohou do sucha. Hlavním účinkem této procedury je zlepšení prokrvení nohou a zlepšení celkového metabolismu a krevního oběhu. Oblázky na dně obou bazénků masírují chodidla, střídavé koupele zlepšují prokrvení ve všech oblastech těla.

Byli jsme se podívat v muzeu světoznámé firmy Moser, která byla založena přesně před 155 lety, kde jsme navštívili i huť a podívali jsme se, jak se skleněné výrobky vytvářejí. Sklárna Moser se zaměřuje výhradně na výrobu křišťálu bez příměsi olova. Práce s touto sklovinou je náročná, ale bezolovnatý křišťál vyniká vysokým leskem, jiskřivostí a zejména tvrdostí, která umožňuje detailní broušení a rytí. Sklárna pracuje s tenkostěnným i silnostěnným sklem, ovládá techniky jemného zlacení, platinování a další zušlechťovací postupy. Křišťál Moser je používán ve významných domech a palácích panovníků, státníků a vlád.

Samozřejmě jsme vyjeli i do centra, podívat se na kolonády a ochutnat léčivé prameny, které všude vyvěrají. Také jsme si udělali výlet na hrad Loket, kde jsme navštívili v podzemí „mučírnu“ a popravdě trošku jsme se báli, protože prohlídka této části hradu byla ozvučena. Počasí nám přálo, takže se nám pobyt moc líbil. V hotelu byl velice milý a ochotný personál. Celý pobyt byl na jedničku a byli jsme moc spokojeni.

Dana Filausová, vedoucí sociálního úseku

 