



Ośrodek Wczasowo-Rehabilitacyjny „Sofra” w Mielnie-Unieście

Wyjazd po zdrowie o każdej porze roku

W dokumentach Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) zawierających 21 głównych celów polityki zdrowotnej krajów członkowskich Unii Europejskiej, czytamy m.in.: „Do 2020 r. wszystkie kraje członkowskie powinny umożliwić profesjonalistom opieki zdrowotnej nabycie odpowiedniej wiedzy i umiejętności w zakresie ochrony i promocji zdrowia”. Wychodząc naprzeciw tym potrzebom społecznym, w 1994 r. prywatny pensjonat „U Zbója” w Gołubiu na Kaszubach uruchomił wczesny zdrowotny wyspecjalizowany w oferowaniu kuracji opartej na oryginalnej oczyszczająco-odtruwającej, warzywno-owocowej diecie opracowanej i zastosowanej po raz pierwszy w 1985 r. przez adiunkta Gdańskiej Akademii Medycznej dr n. med. Ewę Dąbrowską. 2 lata później tę samą nowoczesną dietoterapię zaoferował w wczesnych zdrowotnych istniejącej w tej samej miejscowości ośrodek „Wald-Tour”, zaś w 2000 r. leczenie dietą rozpoczął Ośrodek Wczasowo-Rehabilitacyjny „Sofra” w Mielnie-Unieście.

Tętniąca życiem „Sofra”

„Sofra” znajduje się w jednej z najbardziej znanych i docenianych ze względu na swoje walory uzdrowiskowe oraz rekreacyjne miejscowości wypoczynkowych w Polsce - Mielnie-Unieście. Położony jest na mierzei w odległości ok. 100 m od Bałtyku i 250 m od jez. Jamno. Obiekt znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie pięknej piaszczystej plaży, w oto-

czeniu zieleni, bogactwa przyrody. Umożliwia to w ciągu lata swobodne plażowanie, a wiosną, jesienią i zimą korzystanie z dobroczynnych właściwości morskiego powietrza i zawartego w nim jodu. Nadmorski ośrodek jest więc wspaniałym miejscem do wypoczynku, zdrowego odchudzania i rehabilitacji o każdej porze roku. Zaświadczają o tym kuracjusze, dzięki którym „Sofra” tętni życiem zarówno w sezonie letnim, jak i wiosną, a nawet zimą.

Nasi diecezjanie w „Sofrze”

„W ośrodku «Sofra» byłem kilka razy i to za każdym w turnusach zwykle 3-tygodniowych, pod bezpośrednim nadzorem dr Dąbrowskiej. Było dobrze - wiadomo, że to wszystko, co się tam dzieje, to pełen profesjonalizm i opieka z najwyższej półki, zwłaszcza, że zaszły tam ostatnio niebotyczne zmiany. Jak wynika z doświadczenia wielu kapłanów tam przebywających i chętnie powracających, dba się nie tylko o to, co zdrowe dla ciała, ale także szeroko rozwinięta jest płaszczyzna duchowa, a w dzisiejszych czasach jest to niezwykle ważne. Do «Sofry» na pewno pojedę znowu, bo do źródła wraca się chętnie” - zaznacza Proboszcz jednej z sosnowieckich parafii.

Z kolei Marta Obertyńska z Będzina w mieleńskiej „Sofrze” była już 7 razy. Gdy w ostatnim czasie nastąpiło unowocześnienie bazy hotelowej oraz poszerzona została dietoterapia, w minione wakacje

postanowiła pojechać tam z całą rodziną. „Profesjonalny nadzór dr Dąbrowskiej, jej wykłady, prywatne rozmowy i konsultacje, w sposób czytelny pozwalają zrozumieć ścisły związek między odżywianiem a zdrowiem człowieka. Na uwagę zasługuje niezwykła serdeczność, życzliwość całej kadry ośrodka. Ta przyjazna atmosfera powoduje, że chce się tu wracać co rok. Teraz przekonałam jeszcze męża i dzieci, więc chętnie wrócimy tu po zdrowie” - mówi M. Obertyńska.

Zaproszenie na Post Daniela

Kilka razy w roku w mieleńskim ośrodku prowadzone są rekolekcje. Najbliższe odbędą się w dn. 17 listopada - 1 grudnia, a przewodniczył im będzie proboszcz parafii w Busku-Zdroju, ks. Tadeusz Szlachta, zaś 1-15 grudnia nauki rekolekcyjne wygłosi ks. dr Jan Konior SJ z Wyższej Szkoły Filozoficzno-Pedagogicznej „Ignatianum” w Krakowie. Prezes „Sofry”, Renata Gabryszak serdecznie zaprasza wszystkich - wierzących, poszukujących, błędzących - do odbycia rekolekcji, podczas których prowadzący kapłani odpowiedzą na pytania: co znaczy pościć dzisiaj, jaki jest sens postu dla człowieka XXI wieku?; podejmą też temat ascezy jako szansy pełnego rozwoju psychofizycznego. Codziennie - biblijna nauka rekolekcyjna z uwzględnieniem aspektów psychologicznych, Msza św. z homilią, a także możliwość spowiedzi i rozmów duchowych. Dla wszyst-

kich chętnych możliwość nabycia kompendium wygłoszonych konferencji, zestaw (2 CD) „Post Twoim Uzdrawieniem”.

Do modlitwy i refleksji

W „Sofrze” istnieje szczególnie miejsce służące modlitwie, zadumie i refleksji. Specjalnie na ten cel przeznaczona została przestronna kaplica pw. Matki Bożej z Lourdes. W jej prezbiterium znajduje się obraz Matki Bożej Częstochowskiej oraz Chrystusowy krzyż. Na ścianach są też stacje drogi krzyżowej. Nad całością czuwa patronka tego świętego miejsca Matka Boża w grocie stylizowanej na wzór tej, która znajduje się u podnóża Pirenejów. Odpowiednio dobrana iluminacja nadaje kaplicy niepowtarzalny klimat i charakter sprzyjający refleksji i zadumie. Kapłani przebywający w ośrodku na turnusach zdrowotnych odprawiają tu nabożeństwa i Msze św. w ciągu całego roku, tutaj także prowadzone są rekolekcje. A wszystko dlatego, gdyż priorytetem działalności ośrodka od początku była wielka troska nie tylko o ciało kuracjuszy, ale także o ich ducha, w myśl założeń autorki diety, dr Dąbrowskiej, aby ciało i ducha ratować żywieniem.

Rezerwacji można dokonywać pod nr tel. 943189156; 943189710; 605350643; 605350 lub e-mailem: rezerwacja@sofra.com.pl. Wszystkie materiały, informacje, zdjęcia dostępne są na: www.sofra.com.pl.

Agnieszka Lorek