

Obnovitvena rehabilitacija

»Šola zdravega življenja« v Zdravilišču Radenci

8.–15. junij 2025

Člani Koronarnega kluba Ljubljana smo tudi letos v začetku junija organizirali »Šolo zdravega življenja« v Zdravilišču Radenci. Tokrat nas je bilo 35, kar je ravno prav za skupne aktivnosti, spoznavanje in medsebojno druženje.

V hotelu so pripravili pester program. Skoraj vsi smo se udeleževali jutranje vadbe, prav tako opoldne vodnega fitnesa in telovadbe v vodi. Vsak dan nas je animator iz hotela g. Stanko vodil na krajše pohode ob Muri in do okoliških vrelcev. V popoldanskem času smo imeli razne aktivnosti in se kopali v bazenih. Zvečer smo pogosto posedeli in pili vodo v prostoru ob "pitnici" ali se sprehodili po avli hotela, kjer so na stojnicah okoliški prebivalci prodajali svoje pridelke in izdelke.

V četrtek dopoldne smo z animatorko iz hotela ga. Janjo odšli na ogled oljarne in kmetije Šeruga v bližini Radencev. Tam smo imeli degustacijo bučnih izdelkov, ogledali smo si tudi muzej kmečkih orodij in opreme, galerijo slik, nekateri so nakupili tudi različne bučne izdelke. Bilo je zelo zanimivo. V petek smo ob pomoči animatorke ga. Janje in informacij s strani receptorjev hotela organizirali ogled pridelave paradižnika Lušt, nasad orhidej in čokoladnico Tešanovci. V sredo zvečer je bila v hotelu posebna 'Prleška večerja' s tradicionalno hrano iz teh krajev. En dan smo poslušali tudi predavanje kardiologa iz UKC Maribor na temo bolezni srca in ožilja ter novih pristopov zdravljenja. Teden je prehitro minil, lepo smo se imeli.

Veliko zaslugo pri našem dobrem počutju je imelo osebje hotela, vsi so bili zelo prijazni in razumevajoči do naših želja. Še posebej moramo omeniti skrbnika trga v Sava Turizem d. d. g. Iva Lebarja, ki nam je v vsem veliko pomagal, animatorja g. Stanka za izredno prijaznost in dobro organizacijo gibalnih aktivnosti, tudi animatorka ga. Janja je bila vedno dobre volje, pripravljena na pogovor in za pomoč, nasvet.

Vsi smo bili zelo zadovoljni glede bivanja in organizacije. Radi se vračamo v Zdravilišče Radenci že od leta 2018 in nas nikoli ne razočarajo. Prav nasprotno, vsako leto smo večja skupina, saj »dober glas gre v deveto vas«.

Ana in Mira ter ostali udeleženci obnovitvene rehabilitacije.