

# Lautsia

# Sydänloma



Lautsian rauhallinen maalaismaisema Ilmoilanselän rannalla, luo loistavat puitteet rentoutumiseen ja lomailuun. Rauhallinen pihapiirimme ja ympäröivä luonto virkistävät mielesi ja antavat mahdollisuuden mukavaan yhdessäoloon muiden lomalaisten kanssa.

Lomaohjaaja huolehtii sinusta koko viikon. Ohjelmaa on järjestetty lomajaksoksi ja näihin ohjelmiin osallistuminen on vapaaehtoista. Liikumme luonnossa yhdessä, saunomme, grillaamme, pelailemme ja puuhastelemme sekä sisällä että ulkona. Loman aikana korostuu yhdessäolo ja vertaistuki. Tavoitteena on käsitellä sydämen terveyden merkitystä toimintakyvyn ylläpitämiseen. Meille tärkeää on, että sinä viihdyt ystäväsi kanssa ja tutustut uusiin mukaviin ihmisiin. Monista uusista lomaa viettävistä on tullut ystäviä ja yhteydenpito on jatkunut loman jälkeen.

Hyvänolon hoitoja loman aikana tarjoavat monet eri palveluntuottajat kuten hieroja, rentoutusohjaaja, vyöhyketerapeutti, kosmetologi ja parturi-kampaaja. Voit kokeilla akupunktio-hoitoa, intialaista päinhierontaa tai Kalevalaista jäsenkorjausta. Hoidot varataan suoraan hoitajilta. Hoitajien yhteystiedot ja hinnat löytyvät kotisivuiltamme.

Ruokapalveluista vastaa Lautsian omat kokit, jotka valmistavat maistuvaa ruokaa laadukkaista raaka-aineista keittiössämme. Meille tärkeää on ruoan alkuperäisyys, kotimaisuus ja omassa keittiössämme alusta pitäen valmistetut herkullisen pöydän antimet. Kaikki tarjottavamme valmistetaan perinteisiä reseptejä kunnioittaen.



# Lautsia