



WIOSKA
ZDROWIA

Poznaj naszą filozofię

W ZGODZIE Z NATURĄ

Wierzymy, że życie w zgodzie z naturą, ma wpływ na wewnętrzną harmonię, dobre samopoczucie i zdrowie.

Dążymy do osiągnięcia równowagi:

- fizycznej
- emocjonalnej
- duchowej
- społecznej
- środowiskowej

Jeśli te wszystkie obszary występują w równowadze, cieszymy się energią i dobrym zdrowiem.

Wierzymy, że ziemia, woda, ogień, powietrze i przestrzeń, to pięć wielkich elementów, które składają się na wszechświat, podobnie jak każda żywa istota.

Wierzymy we współpracę z naturą, a nie w jej wykorzystywanie.

Wyzaczyliśmy sobie cele, które stopniowo realizujemy.

ZIEMIA

Przywracamy bioróżnorodność. Prowadzimy zrównoważone i regeneratywne rolnictwo.

Nasze grządki permakulturowe uprawiamy metodą no dig. Ściółkujemy słomą, używamy kompostu. Rośliny podlewamy gnojówką z pokrzywy. Zasilamy wyciągiem ze skrzypu.

Podczas zabiegów w Herbal SPA wykorzystujemy tylko naturalne produkty – glinki, oleje, masła, zioła. W holach, restauracji, używamy naturalnych olejków eterycznych.

Postawiliśmy kompostowniki, żeby zyskać własny materiał do użyźniania gleby.

WODA

Zbudowaliśmy biostaw kąpielowy, który ma pełną symbiozę z naturą. Dzięki odpowiednim roślinom, zasiedleniu zwierzętami wodnymi, tworzy odpowiedni ekosystem. Dobra jakość wody w stawie, utrzymuje się, dzięki zachodzącym procesom samooczyszczania się wody, bez udziału szkodliwej chemii, chloru i innych środków dezynfekujących, co jest kluczowe dla zdrowia każdego z nas. Jest też niezwykle ważne dla środowiska.

Zamontowaliśmy zbiornik na deszczówkę. Dzięki temu odzyskujemy wodę i wykorzystujemy ją do podlewania ogrodu oraz do mycia powierzchni zewnętrznych.

OGIEŃ

Jesteśmy w procesie budowania źródeł energii odnawialnej. Pierwsze panele fotowoltaiczne zostały zamontowane na dachu budynku głównego, kolejne zaplanowane są na dachu sali nad wężowem. Budynek główny jest ogrzewany zimą i chłodzony latem, poprzez geotermalną pompę ciepła.

W obiektach zamontowane są żarówki ledowe. Staramy się minimalizować ilość sztucznego oświetlenia w godzinach nocnych.

POWIETRZE

Naturalna wentylacja jest dla nas ważna. Staramy się unikać klimatyzacji. Zamontowaliśmy ją wyłącznie w pokojach na poddaszu, kuchni i w ogrodzie zimowym. Konstrukcja budynków i zastosowane materiały, pozwalają nam utrzymać w miarę komfortową temperaturę.

PRZESTRZEŃ

Lokalizacja Łubinowego Wzgórza – Wioski Zdrowia sprzyja spacerom, odpoczynkowi, oderwaniu się od sztucznych i męczących dźwięków miast. Przygotowaliśmy dla Was Szlak Mocy, z elementami lasoterapii. Posadziliśmy trzy łąki kwietne dla wzbogacenia bioróżnorodności.

Uczyń swój pobyt w Wiosce Zdrowia (Łubinowe Wzgórze) bardziej znaczącym

CISZA

Poszukaj ciszy w sobie. Nie szukaj jej u innych.

CZAS I PRZESTRZEŃ

W Wiosce Zdrowia (Łubinowe Wzgórze) nie „ścigaj się z czasem”. To przestrzeń, w której masz go wystarczająco dużo, żeby nie robić nic. Tutaj możesz zapomnieć o perfekcjonizmie, o biznesie, o problemach dnia codziennego i całkowicie skupić się na odzyskiwaniu energii i równowagi.

W razie potrzeby pytaj o wszystko, czy to o jedzenie, zabiegi, czy o inną pomoc.

ENERGIA

Postaraj się minimalizować użycie elektronicznych urządzeń. Rozumiemy Twoją potrzebę bycia w kontakcie, ale istotą Twojego pobytu jest relaks, oderwanie się od codziennych spraw, zmiana otoczenia. Im mniej będziesz wykorzystywać elektroniczne urządzenia, tym będziesz bardziej wypoczęty.

DŹWIĘKI

Zachęcamy do długich spacerów, wsłuchiwania się w odgłosy przyrody i własny oddech. Na Szlaku Mocy znajdziesz wskazówki.

CZYSTOŚĆ

Nie wierzymy w budowanie szpitalnej sterylności. Wierzymy natomiast, że konieczne jest budowanie naszej odporności, żeby mikroby, wirusy i bakterie nie miały na nas wpływu. Staramy się minimalizować chemiczne środki czystości, na rzecz naturalnych. Do sprzątania wykorzystujemy profesjonalną parownicę firmy Thermostar.

JEDZENIE

Jedzenie jest dla nas jednym z 5 kluczowych elementów. Chcemy żeby miało energię, było dobrze przyswajalne, jak najbardziej alkaiczne. Założyliśmy ogród permakulturowy, żeby świeże, ekologiczne warzywa trafiały na stół „prosto z pola”. Staramy się jak najwięcej produktów przygotowywać w naszej kuchni - wędzimy mięsa, ryby, robimy sery, konfitury, kisimy, pieczemy. Dobre produkty możesz kupić w naszym sklepiku.

OTOCZENIE

Obserwuj ciszę tak często jak to możliwe. Unikaj negatywnych i smutnych myśli. Postaraj się, żeby uśmiech zagościł na Twoich ustach i w Twoim sercu.

JESTEŚMY W PODRÓŻY...

Nikt z nas nie jest idealny. Wszyscy popełniamy błędy. Niekiedy elementarne, a niekiedy bardziej złożone. Mogą się zdarzyć sytuacje, podczas których Twoje potrzeby nie zostaną zrozumiane lub spełnione. Bądź cierpliwy i podziel się swoimi odczuciami z tymi z nas, którzy mogą cię lepiej zrozumieć.

Przyjeżdżaj do nas jako członek rodziny i wyjeżdżaj jako członek rodziny. Niech Łubinowe Wzgórze – Wioska Zdrowia stanie się Twoim domem i pozostawi Cię szczęśliwym, odmłodzonym, zrelaksowanym.