

Prvi časopis za savremeno hotelijerstvo & turizam

ISSN 1451-2661

SVET

TURISTIČKI

OKTOBAR/NOVEMBAR 2015 • 350din.



EKSKLUZIVNO
Belgin AKSOY
utemeljivač Svetskog dana wellness-a
**Planetarna inspiracija
za bolji život**

NJ.E. Narinder CHAUHAN
ambasadorka Indije u Srbiji
**Civilizacija utemeljena na
bogatstvu različitosti**

EKSKLUZIVNO
Australijska Exclusive Spas Group
**Magija zdravlja,
wellness-a i relaksacije**

Prof. dr Predrag NIKIĆ, predsednik Joga saveza Srbije
JOGA za zdrav život i samousavršavanje

Milena VASIĆ, glumica
**MOJA LIČNA MISIJA:
Širenje wellness kulture!**



PRVI WELLNESS & SPA FEST U SRBIJI
Samo opušteno...
Novosadski sajam, 10.10. u 10h

UNIONCLEAN®

SVET PROFESIONALNE HIGIJENSKE OPREME



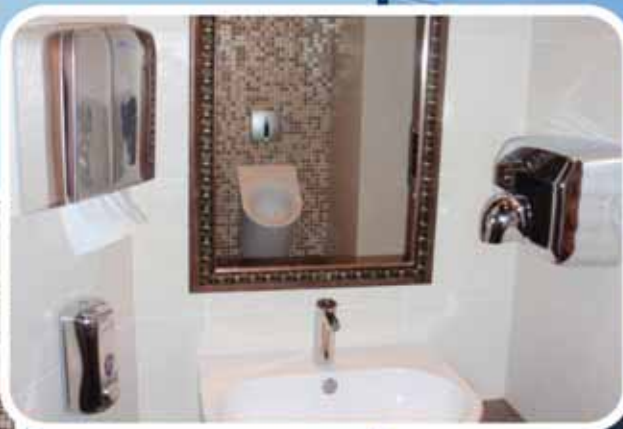
RESTORAN MADERA
BEOGRAD



KLUB KNJIŽEVNIKA
BEOGRAD



ONI SU ODABRALI NAS



KALEMEGDANSKA TERASA BEOGRAD

Misli privatno zdravstveno osiguranje već od 10 evra mesečno :)



Znamo da je svet pun neizvesnosti. Ali, naš pogled na stvari nam govori da je to istovremeno svet koji nudi više lepote i ispunjenja nego ranije. Zato bezbrižno uživaj u svakom danu, znajući da ima neko ko o tebi brine.

Uz MedUNIQA privatno zdravstveno osiguranje možeš da zaštitiš sebe i one koje voliš, lakše nego ikad - bez čekanja, u zakazano vreme kod željenog lekara, u više od 550 zdravstvenih ustanova!

Misli





Elegantna dekorativna boja inspirisana najnovijim trendovima

TIKKURILA Luja ekstremno izdržljiva akrilna lateks boja odličan je izbor za postizanje savršenog estetskog i kvalitetnog rezultata.

U kombinaciji sa svetlosnim efektima Luja boje čak i jednostavnom prostoru daju prefinjenu eleganciju i sjaj.

Kako biste se više informisali posetite naš novootvoren **Tikkurila Kolor studio i Trening centar** (Španskih boraca 1-3, Novi Beograd, +381 11 440 7121)



Više ideja očekuje vas na našoj Facebook stranici: **Tikkurila Srbija**

TIKKURILA ZORKA d.o.o., Hajduk Veljkova bb, Šabac, Srbija | Infotel: +381 15 368 800
www.tikkurilagroup.com/serbia | info.rs@tikkurila.com

Izdavač: "Turistički Svet" d.o.o. - Beograd

Član ALCO GROUP

Direktor & glavni urednik: Ljiljana REBRONJA

Urednik: Biljana BOSNIĆ

Redakcija: Marija OBRADOVIĆ, Nevena

VUČIĆ, Milica BIKIĆ, Ivana BANOVIĆ-

ĐORĐEVIĆ, Radmila TAMINDŽIĆ,

Kristina TRMANOVIĆ

Sekretar Redakcije: Marija IVANOVIĆ

Prevodi - engleski: Marija OBRADOVIĆ

Likovni urednik: Branka MRĐEN

SPECIJALNI PRILOG WELLNES & SPA SVET

Izvršni urednik: Marija OBRADOVIĆ

Članovi Stručnog izdavačkog saveta:

Nenad IKONIĆ - Hotel Izvor, Arandelovac,

Peđa FILIPOVIĆ - Wellness akademija PF,

Miodrag MILJKOVIĆ - SB Merkur, Vrnjačka Banja,

dr Vera ZEC - Aquatonale Beauty Academy,

M. Soc. Sc. Susanna SAARI - Turku University,

Finland

Marketing: "Turistički Svet" d.o.o. - Beograd

Adresa redakcije:

Beograd, Požeška 65 b

+381 (11) 305-0-789; +381 (63) 30-77-95

turistickisvet.press@gmail.com

www.turistickisvet.com

Časopis izlazi šest puta godišnje.

Godišnja pretplata na "Turistički Svet":

30 evra (Srbija) - 60 evra (inostranstvo)

Tekući račun: 205-6884-97

Štampa: SAVPO - Stara Pazova

Tel. +381 (22) 310-300, 310-305

ISSN 1451-2661

Časopis "Turistički Svet" je 21. avgusta 2002.

upisan u Registar javnih glasila Republike Srbije,

kao stručni časopis, pod rednim brojem 3394

CIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд
338.48(497.11)

TURISTIČKI svet : prvi časopis za
savremeno hotelijerstvo & turizam / glavni
urednik Ljiljana Rebronja. - God. 1, br. 1
(2002)- . - Beograd : Turistički svet,
2002- (Nova Pazova : Savpo). - 27 cm

Dvomesечно

ISSN 1451-2661 = Turistički svet

COBISS.SR-ID 137991436

Hotel CROWNE PLAZA – Beograd

19. novembar 2015.



DODELA GODIŠNJEG PRIZNANJA
"Ambasadori dobre usluge"

Organizatori

TURISTIČKI SVET – Beograd
PRIVREDNA KOMORA SRBIJE

www.forumhotelijera.com



12

Intervju: N.J.E. Narinder Chauhan, ambasadorica Indije



18

Vaučeri - pravi podsticaj domaćem turizmu



24

Golf - sport koji produžava život



Oktoibar / Novembar 2015.

Godina XIII, Broj 73

Fotografija na naslovnoj strani:
„Richmond Nua Wellness-Spa“ - Turska

- 7308 Info servis
- 7311 Hotel „Palisad“ proslavio 50. rođendan!
- 7320 Turizam u kandžama terorista
- 7326 Hotel prepoznatljivog kvaliteta
- 7328 Drevne tajne za uspješno hotelsko poslovanje
- 7331 Brend koji brine
- 7332 Gostoprimstvo – tajna uspeha i dugotrajnosti
- 7334 Vinski dragulj Crne Gore
- 7336 Nove forme rada i radnog angažovanja u oblasti turizma
- 7339 Info servis
- 7343 Briga o zdravlju – najveći pokretač turističkih kretanja...
- 7348 Mislite na vreme o svom zdravlju
- 7354 Tai či čuan i Či kung za savršen sklad
- 7356 I snaga i energija
- 7357 Wellness & SPA u Srbiji
- 7361 Wellness info
- 7362 Wellness – najveći čuvar zdravlja
- 7363 Stvaranje zdrave radne kulture
- 7364 U “Izvoru” novi izvor zadovoljstva
- 7370 Magija zdravlja, wellness-a i relaksacije
- 7376 Kraljevski odmor
- 7380 Sve blagodeti šumskog wellnessa
- 7387 Blagodeti mora u službi zdravlja i lepote
- 7390 Najbolje čuvana spa tajna
- 7391 Imuni sistem planete
- 7392 Preporučljivo, ali oprezno ...
- 7394 Zvučna masaža
- 7395 TKM u holističkoj wellness ponudi
- 7398 Momin krug kroz život i stvaralaštvo
- 73100 Grad koji je dotakao zvezde
- 73102 Opsednutost kvalitetom i trajanjem
- 73104 Novo na hotelskom tržištu Srbije: "Corby" presa za pantalone



EKSKLUZIVNO - Intervju: Belgin Aksoy



Otvara se SPA & Wellness centar hotela "Sloboda" u Šapcu



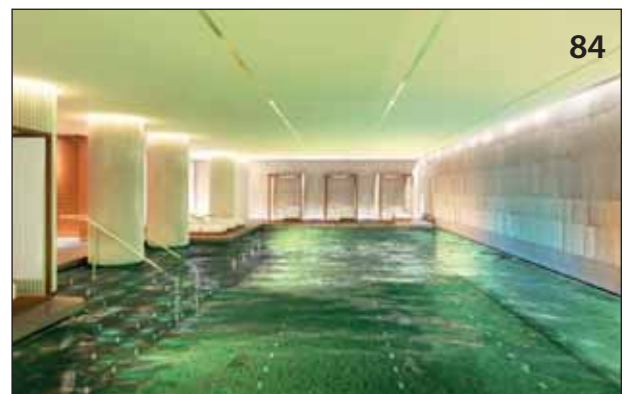
JOGA za zdrav život...



Aroma Spa Retreat - Bali, Indonezija



Milena Vasić: Moja lična misija



Atraktivan dizajn - kvalitet plus!

"KEMPINSKI PALACE" U PORTFOLIJU MIODRAGA KOSTIĆA



Kompanije "Istrabenz Turizem" i "Agri Holding AG" (članica "MK Group") potpisale su ugovor o prodaji 100% učešća u kompaniji "Istrabenz Portorož". Očekuje se da se svi poslovi oko kupoprodaje završe do kraja novembra, čime bi Miodrag Kostić, predsednik "MK Group", postao bogatiji za hotel "Kempinski Palace", saopšteno je kompanije "MK Group".

Hotel "Kempinski Palace" jedan je od najluksuznijih hotela u središtu Portoroža i regiji. Ima pet zvezdica i 164 sobe i 17 apartmana. Pored soba i apartmana, hotel raspolaže luksuznim spa-centrom, restoranima i konferencijskim prostorom.

Kako je istakao Miodrag Kostić povodom kupovine prestižnog hotela "Kempinski" u Sloveniji, taj potez je u potpunosti u skladu sa njihovim strateškim ciljem da se pozicioniraju kao vodeća kompanija u oblasti turizma u regionu.

Otvoren hotel "MARRIOTT" u Beogradu

Poznati hotelski lanac "Marriott International" otvorio je 7. septembra svoj prvi hotel u Srbiji "Courtyard Belgrade City Center".

Ovaj hotel sa 114 soba nalazi se u centru Beograda, na mestu nekadašnje zgrade "Jugodrava" u Vasinoj ulici, u blizini Trga Republike, Knez Mihailove ulice i boemske četvrti – Skadarlije, a na svega 20 minuta vožnje od aerodroma "Nikola Tesla".

Hotel ima salu za sastanke sa fleksibilnim postavkama stolica za do 16 osoba, poslovni centar, radne prostore i bežični internet u svim prostorijama.

Ostali sadržaji uključuju mediteranski restoran, bar, prodavnicu koja je otvorena 24h i fitness centar.



MEILAB



Antifašističke borbe 36/1, 11070 Beograd
tel. +381 11 31.21.361, fax. +381 11 21.20.011
cel. +381 62 220.478
www.meilab.com, info@meilab.com



STOTEX
Zdravka Jekića 125
22305 Stari Banovci
Tel: 022/352-510
www.stotex.rs, office@stotex.rs


Vodeći proizvođač kućnog tekstila i hotelskog tekstilnog programa vrhunskog kvaliteta.



Ul. Dragiše Brasovana 1, Bežanijska kosa
Tel. 011/227-3479; 063/245-047

www.washcenter.co.rs; info@washcenter.co.rs

Wash centar perionica veša,
na prvom mestu kvalitet.
Pozovite nas i uverite se!



2015
SEET Turističko tržište Jugoistočne Evrope
30. septembar 2015. Sava centar, Beograd, Srbija



5. Biznis konferencija SEET 2015 „**Kako povećati konkurentnost i prihode turističkog tržišta Jugoistočne Evrope**“ održava se pod institucionalnim pokroviteljstvom Ministarstva trgovine, turizma i telekomunikacija Republike Srbije **30. septembra 2015. u Sava centru u Beogradu.**

SEET 2015 ima za cilj unapređenje konkurentnosti i povećanje prihoda turističkih privreda u regionu JIE, jačanje regionalne saradnje, rast prometa turista između zemalja u Regionu, stvaranje zajedničkog turističkog proizvoda i privlačenja turista sa dalekih emitivnih tržišta.

Preko 400 najznačajnijih predstavnika poslovne turističke zajednice Jugoistočne Evrope, kao i visokih predstavnika relevantnih međunarodnih organizacija i privrednih asocijacija, predstavnika državnih i lokalnih uprava, obrazovnih i javnih institucija i medija će prisustvovati ovom celodnevnom poslovnom skupu koji je koncipiran kao sinergija tri celine: plenarni deo, B2B sastanci i tematski okrugli stolovi.



SEET 2015 pruža mogućnosti učesnicima da znanje, tržišno iskustvo i resurse stave u funkciju efikasnije artikulacije međusobnih interesa i pronalaženja optimalnih biznis modela i u tom smislu ciljna i stručna javnost ima priliku da ostvari poslovne kontakte sa: ETTSA European Technology & Travel Services Association, International Federation for IT and Tourism and Travel (IFITT), Multinacionalnom kompanijom M24 Group, Irska / Tunis, Turističkom organizacijom Srbije (TOS), Hrvatskom turističkom zajednicom (HTZ), Turističkom organizacijom Republike Srpske, Gradom Beograd, Gradom Novi Sad, Gradom Banja Luka, Opštinom Knjaževac, Opštinom Novi Bečej, Turističkom organizacijom Beograda (TOB), Turističkom organizacijom Grada Banja Luka, Turističkom organizacijom Zlatibora, Magyar Turizmus Zrt, Nacionalnom Asociacijom Turističkih Agencija Srbije (YUTA), Udrugom Hrvatskih Putničkih Agencija (UHPA), Slovenian Spas Association (SSNZ), Wellness & Fitness Croatian Association (WUH), Medical SPA Asocijacija Crne Gore, Klastrom zdravstvenog turizma Crne Gore, Udruženjem Banja Srbije, Eko Etno Grupom Hrvatska, Poslovnim



udruženjem hotelsko ugostiteljske privrede Srbije (HORES), Montenegro Stars Hotel Group, Montenegro Airlines, Dukley Gardens Crna Gora, Hotel Budva Crna Gora, Zračnom lukom Zadar, Krapinsko-zagorskom županijom, kompanijom Kutjevo d.d. Hrvatska, Sava Turizem d.d. Slovenia, Bernardin Group Resort&Hotels Slovenija, Zdravilišče Rogaška Zdravstvo (Medical center Rogaška), Slovenija, Union Hotelima, Slovenija, Hunguest Hotels, Budimpešta, Hotelom Aurora Resort&Spa, Makedonija, MK Mountain Resort Kopaonik, Hotelom 88 Rooms Beograd, Grupacijom A Hoteli Srbija, Merkur Vrnjačka Banja, Termal Banja Vrdnik, TUI Russia&CIS, UNILINE-Incoming Tour Operator Hrvatska, Aurora Tours Makedonija, Big Blu Tourism&Travel, KonTiki Travel, FlyFly Travel, Belvi Travel, Arriva Litas, Požarevac, JP Vojvodinašume, Opel Southeast Europe LLC Beograd, Univerzitetom Singidunum/Fakultet za turistički i hotelijerski menadžment...

Organizator 5. Biznis konferencije SEET 2015 je kompanija Mass Media International.

HOLIDAY INN EXPRESS

KOMBINUJE PALAČINKE I SELFJE

Kompanija „InterContinental Hotels Group“ za svoj brend „Holiday Inn Express“ pokrenula je najnoviji promotivni projekat „Pancake Selfie Express,” koji podrazumeva specijalan kombi u kome se prave palačinke, poslat na turu po devet gradova širom SAD-a tokom koje će ljubitelji palačinki moći da pojedu omiljenu poslasticu sa svojim likom. Palačinke se prave u maloj pametnoj one-touch mašini nazvanoj „Stack Station”. U kombiju „Pancake Selfie Express” nalazi se pet takvih mašina, gde svaka može da proizvede jednu palačinku u minuti. Tu je i fino podešen laser koji će prenositi selfije uslikana mobilnim telefonima direktno na palačinku.



„KEIO PLAZA HOTEL TOKYO“ NUDI HELLO KITTY DORUČAK

Hotel „Keio Plaza“ u Tokiju uveo je jedinstvenu ponudu za doručak gostima koji odsedaju u neobičnim „Hello Kitty“ sobama. Reč je o „Hello Kitty originalnom doručku” sa raznobojnom hranljivom izbalansiranom hranom, kao što su omelet, ratatui i salate sa raznim Hello Kitty simbolima. Gostim se služe i potaži u kome su krutoni u obliku Hello Kitty lika, a poznata „maca“ nalazi se i na sendvičima, povrću i piti od jabuka.

Uvedene u decembru prošle godine, četiri „Hello Kitty“ sobe u ovom hotelu podeljene su u dva tematska dizajna, od kojih je jedan „Kitty Town” a drugi „Princess Kitty.” Motiv sobe „Kitty town” je veseo, i oslikava kako se ovaj omiljeni dečiji lik provodi u zabavnom parku i uživa u šopingu sa prijateljima i porodicom. „Princess Kitty” sobe osmišljene su za goste koji žele da ostvare svoje snove iz detinjstva, a dizajnirane su kao „sobe za princeze” ukrašene igračkama i likovima poznate „mace”.

UNESCO je najavio godišnji update registra lokaliteta koji zaslužuju status svetske baštine. Listi od preko 1.000 svetskih znamenitosti dodate su nove 24 lokacije, od kojih su neke već poznate turističke atrakcije, a druge tek čeka turistički bum nakon objavljivanja liste. Danska, Francuska, Iran i Turska imale su svaka po dve lokacije, vodeći na listi noviteta. Jedna od lokacija je u Francuskoj, u poznatom „Champagne“ regionu sa mestima gde se šampanjac proizvodi i prodaje, kao i vinogradima „Burgundy“. Antičke grčke i rimske naseobine u Turskoj takođe su dodate na listu, kao i Forth Bridge u Škotskoj, sa strukturom koja je prenosila vozove preko reke Forth od 1890. godine.

UNESCO DODAJE 24 NOVITETA NA LISTU SVETSKE BAŠTINE





Hotel „Palisad“

proslavio 50. rođendan!

Ekskluzivnom izložbom slika, svečanom akademijom i koncertom Vlade Georgieva, početkom avgusta Hotel „Palisad“ na Zlatiboru proslavio je svoj veliki jubilej: 50 godina od postojanja i uspešnog rada.

Na svoju pedesetogodišnjicu Hotel „Palisad“ je obukao novo ruho. Jedinstven koncept smeštaja i usluga oplemenjen je savremenim eko dizajnom. Upotreba inovativnih tehnologija podigla je uslugu na viši nivo, u skladu sa najzahtevnijim standardima u oblasti hotelske industrije. Sačuvana je prepoznatljiva atmosfera hotelskog

lobija, aperitiv bara, poslastičarnice i biblioteke sa kamin salom i usklađena sa ambijentom u kojem dominira moderan enterijer. Postojeći sadržaji obogaćeni su novim, među kojima je, svakako, najinteresantnija hotelska galerija, u kojoj se može uživati u slikama najpoznatijih predstavnika srpskog slikarstva iz XIX-XX veka, koje se mogu videti u sklopu tematskih izložbi u hotelskoj galeriji, kao i u svim javnim prostorima hotela.

Hotel danas ima 200 kompletno renoviranih soba, od kojih je 48 lux sa terasom, sa koje puca pogled na zlatiborsko skijalište Tornik. U hotelskom portfoliju je i 56 superior soba, dizajniranih i opremljenih tako da gostima pruže maskimalan komfor, uživanje i interakciju sa prirodom.

Posebnost Hotela „Palisad“, koju gosti redovno ističu je bogata gastronomska ponuda u hotelskom restoranu i u poznatom restoranu „Zlatni bor“, koji je sastavni deo hotelsko-turističkog kompleksa „Palisad“.

U sklopu hotela je spa i wellness centar, a gostima su na raspolaganju posebni programi animacije za decu i odrasle. Ponuda za potpuni užitak biće upotpunjena završetkom bazena i kompletiranjem spa i wellness sadržaja, koji se očekuje krajem 2016. godine.

Svoj poslovni ugled „Palisad“ duguje i kongresnom turizmu kome je posvećena izuzetna



pažnja u dva funkcionalno odvojena kongresna centra. Kongresni centar Palisad prostire se na 735 kvm, a čini ga jedna velika i pet manjih kongresnih sala, kapaciteta od 50 do 350 mesta, u zavisnosti od potreba. Na raspolaganju je i Kongresni centar Srbija, renoviran pre par godina, kapaciteta do 700 mesta, u čijem sklopu je i restoran sa 200 mesta, idealan za organizovanje svečanih koktela i poslovnih ručkova. Kongresne sale opremljene su profesionalnom video i audio opremom, a korisnicima je na raspolaganju i stručno tehničko lice. U narednoj investicionoj fazi planiran je novi kongresni centar sa 1.000 mesta.

U „novu mladost“ Hotel „Palisad“ ulazi s puno razloga za optimizam, spreman da opstane i ostane lider hotelsko-turističke industrije Srbije, već i šire.



With an exclusive exhibition of paintings, solemn academy and concert of Vlado Georgiev in early August Hotel Palisad in Zlatibor celebrated its big anniversary – 50 years of existence and successful work.

In its fiftieth years Hotel Palisad donned a new look. The unique concept of accommodation and services was improved by a modern eco-design. Using innovative technologies has raised service to a higher level, in accordance with the most demanding standards in the field of hotel industry. Existing facilities are enriched with new, among which certainly the most interesting is the hotel's gallery with the most famous works of Serbian painting of XIX-XX centuries. Accommodation capacities of the hotel today include 200 fully renovated rooms. Within the hotel, there is also a convention center with five rooms, and in new investment phase was announced a new convention center with 1,000 seats!



Civilizacija utemeljena na bogatstvu različitosti



Indija je, bez svake sumnje, jedna od najbrže rastućih svetskih ekonomija sa najvišim stepenom industrijalizacije u svetu, sedma zemlja na planeti po veličini sa svojih 1,2 milijardu stanovnika koji govore više od 1.000 jezika, jedna od najstarijih civilizacija na svetu koja je zakoračivši u svemir - vizionarski produžila svoje trajanje u budućnost, zemlja sa ogromnim istorijskim i kulturnim nasleđem, kolevka starih religija, ali i joge, ajurvede, homeopatije – najvećih poklona koje je nesebično darovala čovečanstvu, zemlja neizmerne lepote, turističkih atrakcija, jedinstva suprotnosti, bogatstva različitosti... - Incredible India!

Uz najveću zahvalnost i ponos što je ambasadorka tako moćne i važne zemlje u svetskoj hijerarhiji prihvatila da podrži prvi Wellness & Spa Fest u Srbiji kao prva „zemlja partner“ Festivala, zamolili smo N.J.E. gospođu Narinder Chauhan, ambasadorku Indije, da nam pomogne da bolje upoznamo njenu lepu zemlju i otkrijemo našim čitaocima Indiju kakvu možda manje poznaju iako koriste drevne tehnike vežbanja ili saznanja o ajurvedi i homeopatiji. Pitali smo je mnogo toga, a ona je strpljivo i posvećeno pričala svoju priču o Indiji kakvu nosi u srcu, o aktivnostima Ambasade, saradnji sa Srbijom u oblasti turizma, o projektu javne diplomatije „IndiaSerbia“, novom ministarstvu AYUSH, vežbanju joge koje i sama praktikuje, Beogradu – mestu hodočašća za svakog Indijca... N.J.E. Narinder Chauhan, ambasadorka Indije:

- Indija je jedna od najstarijih civilizacija na svetu sa brojnim različitostima i bogatim kulturnim nasledem. Tokom poslednjih 68 godina od uspostavljanja nezavisnosti postignut je sveukupni društveno ekonomski progres. Indija je postala samodovoljna u poljoprivredi i danas je jedna od zemalja sa najvišim stepenom industrijalizacije na svetu, kao i jedna od malobrojnih nacija koja je otišla u svemir da bi osvojila prirodu za dobrobit ljudi. Prostire se na površini od 3,287,590 kvadratnih metara, od snegom pokrivenih Himalaja do tropskih kišnih šuma na jugu. Kao sedma po veličini zemlja na svetu, Indija je izdvojena od ostatka Azije planinama i morem, što zemlji daje posebnu geografsku celinu.

Istorija nacije daje osvrt na velikodušnost svoje evolucije – od zemlje opterećene kolonijalizmom, do jedne od vodećih svetskih ekonomija. Više od svega, nacionalistička predanost ljudi je bila sila koja je doprinela kulminaciji takvog razvoja. Ova transformacija naroda uliva osećaj nacionalnog ponosa u srce svakog Indijca u zemlji i inostranstvu.

Zemlju tako raznovrsnu kao Indija simbolizuje mnoštvo kultura i nasleđa. Kultura igra važnu ulogu u razvoju svake nacije. Predstavlja set zajedničkih stavova, vrednosti, ciljeva i praksi. Kultura i kreativnost manifestuju se u svim ekonomskim, društvenim i drugim aktivnostima. Indija poseduje jednu od najvećih kolekcija pesama, muzike, plesa, pozorišta, narodne tradicije, izvođačke umetnosti, rituala, slika i zapisa koje se poznate kao „nematerijalno kulturno nasleđe“ čovečanstva.

Indija je poznata po svom tradicionalnom sistemu lečenja, koje je spominjano i u antičkim Vedama i drugim skriptama. Ajurvedski koncept pojavio se i razvijao između 2.500 i 500 godine pre nove ere u Indiji. Doslovan prevod reči ajurveda je „nauka o životu“, jer je antički indijski sistem zdravstvene zaštite bio fokusiran na čoveka i njegovu bolest. Isticano je da zdravlje podrazumeva metabolički dobro izbalansiranog čoveka. Ajurveda se takođe naziva „naukom o dugovečnosti“, jer nudi kompletan sistem kako živeti dug i zdrav život kroz programe podmlađivanja tela ishranom. Nudi metode tretmana za lečenje mnogih



INTERVJU

NJ.E. NARINDER CHAUHAN, AMBASADORKA INDIJE

čestih bolesti kao što su alergije, za koje postoji i nekoliko modernih tretmana. Veliki broj svetske populacije se danas vraća ovim alternativnim sistemima medicine.

AYUSH - NOVO MINISTARSTVO U VLADI INDIJE

● *Koliko je ozbiljan vaš stav prema tradiciji, ukazuje i činjenica da se joga proučava u specijalizovanim joga institutima i da je Vlada Indije prva na svetu oformila novo ministarstvo AYUSH sa zasebnim ministarstvom za ajurvedu, jogu i homeopatiju. Možete li nam reći više o tome?*

- Sekreterij za AYUSH u ministarstvu zdravlja i porodice preimenovano je u samostalno ministarstvo AYUSH od strane indijske vlade u novembru 2014, s ciljem da se obezbedi fokusirana pažnja na razvoj edukacije i istraživanja ajurvede, joga, naturopatije, unanija i homeopatije.

Ministarstvo ima zadatke da unapredi standarde edukacije u indijskom sistemu fakulteta za medicinu i homeopatiju; da ojača postojeće istraživačke institute i obezbedi vremenski ograničene istraživačke programe za identifikovanje bolesti za koje ovi sistemi imaju efikasan tretman; da osmisli šeme za promovisanje, kultivaciju i obnavljanje medicinskih biljaka koje se koriste u tim sistemima; i da razvija standarde indijskog sistema medicinskih i homeopatskih lekova.

Kao globalnu promociju/propagaciju AYUSH sistema medicine, ministarstvo je usvojilo strategiju potpisivanja međudržavnih memorandumu o razumevanju za tradicionalnu medicinu; postavljanja AYUSH akademskih

katedri na stranim univerzitetima/Institutima i otvaranje AYUSH informativnih kancelarija u prostorijama Indijske misije / ICCR kulturnim centrima za širenje autentičkih informacija o AYUSH-u.

VEŽBANJE PO JOGA PROTOKOLU

● *Joga, kao neprocenljiv poklon stare indijske tradicije nedavno je prepoznata od strane UN-a, koja je 21. jun proglasila za Međunarodni dan joga. Tog dana joga stručnjaci širom sveta rade vežbe koje je preporučio joga protokol. Molim Vas recite nam više o toj inicijativi i kako je sprovodite u Srbiji.*

- Na osnovu rezolucije koji je pokrenula Indija, UNGA je ustanovila 21. juna kao međunarodni dan joga (IDY) koji je podržao rekordan broj zemalja članica UN-a. Srbija je učestvovala u sponzorisiranju te indijske rezolucije. Imajući u vida da su joga, ajurveda i homeopatija priznate od strane zakona u Srbiji, prvi Međunarodni dan joga proslavljen je u Srbiji na pravi način, u saradnji sa Vladom republike Srbije i tima UN-a u Srbiji. Organizovane su radionice o ova tri sistema tradicionalne medicine uoči same proslave. Časove vežbanja prema zajedničkom joga protokolu, osmislili su eksperti i organizovani su jedan mesec pre proslave. Konačna proslava 21. juna održana je na više od 52 mesta širom Srbije. Prvi Međunarodni dan joga dobio je jedinstvenu pažnju u Srbiji, i osećamo da smo bili uspešni u stvaranju svesti kod srpskog naroda o koristima joga. Ja sam uverena da će još više ljudi u Srbiji početi da praktikuju jogu i da će biti još veći broj učesnika na sledećoj proslavi Međunarodnog dana joga.

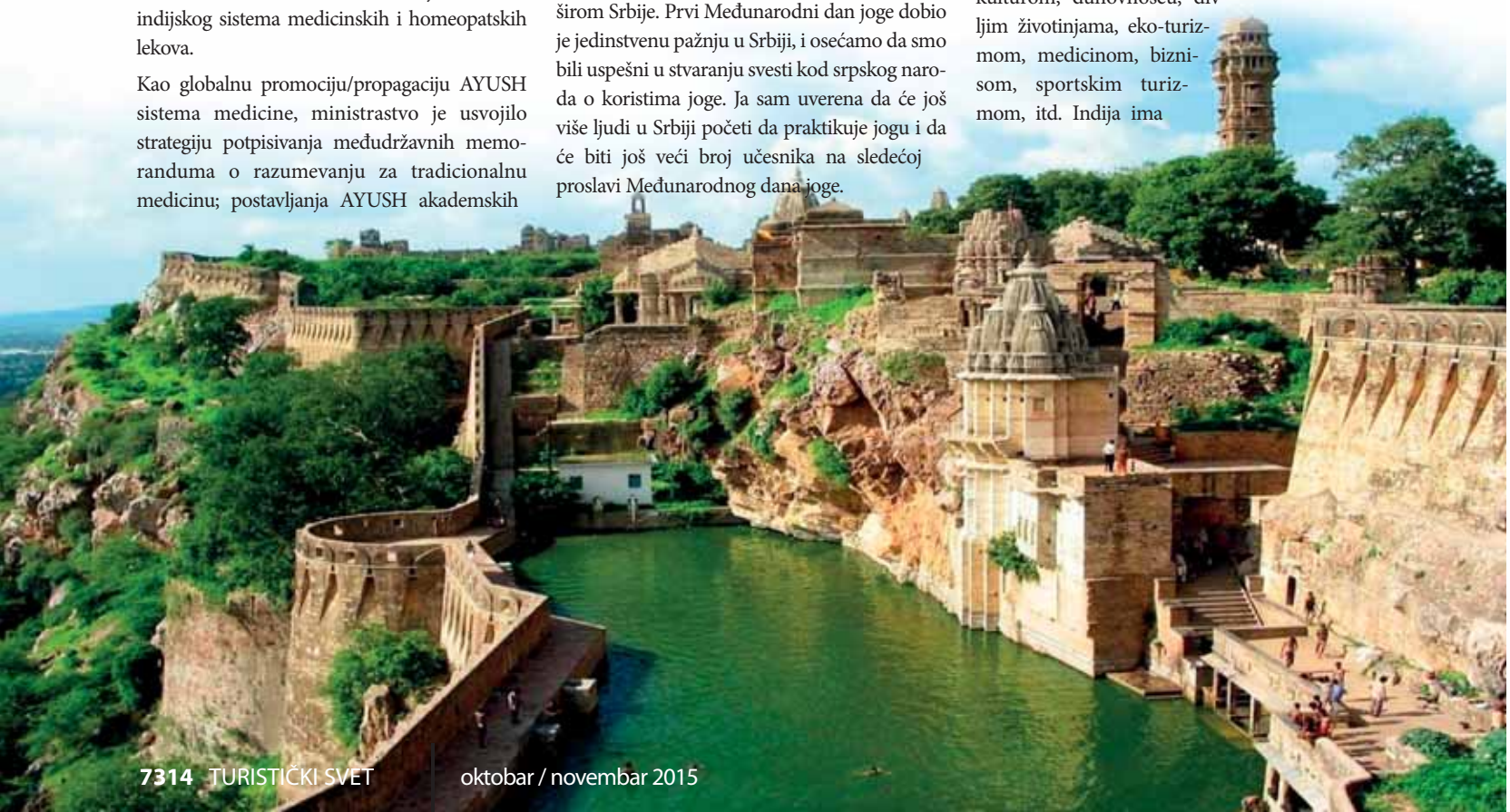
● *Da li Vi lično vežbate jogu? Kakve Vam je benefite donela?*

- Da, ja svakodnevno vežbam jogu, a sve što treba da uradite je da pratite joga protokol koji je osmišljen za Međunarodni dan joga. Može se videti link na web stranici Indijske ambasade: http://www.eoibelgrade.gov.in/pdf/IDY_common_yoga_protocol_book.pdf. Joga je važna u prevenciji bolesti, promociji zdravlja i lečenju. Joga vežbe utiču na svaku delić tela i uma pojednca i oslobađa od bolesti bilo sinusa, glavobolje, depresije, stresa, bolova u leđima, problema sa varenjem, gojaznosti, itd. Joga je prirodna radnja, kao što su šetnja ili doručkovanje. U stvari, teretane širom sveta uključuju jogu vežbe u druge koncepte vežbanja. Joga je lek za traume i stres kroz koji je prošao srpski narod. Preporučujem jogu svima.

NASLEĐE IZ KRALJEVSKE ERE

● *Šta biste preporučili našim čitaocima ako bi želeli da saznaju više o tradicionalnoj Indiji? Koja mesta da posete, sa kim da se sastanu ili da možda provedu neko vreme u indijskim ashram hramovima? Čula sam da je to veoma popularno među turistima sa Zapada.*

- Indija je danas omiljena destinacija za turiste tokom cele godine koji tragaju za; nasleđem, kulturom, duhovnošću, divljim životinjama, eko-turizmom, medicinom, biznisom, sportskim turizmom, itd. Indija ima







- Indijska ambasada obilno promoviše indijski turizam u Srbiji, uključujući i putem reklama na bildborda i autobusima. Kampanja „Incredible India“ predstavljena je na svim promotivnim platformama u Srbiji, konkretno, na beogradskom Sajmu turizma, beogradskom Međunarodnom sajmu knjiga, beogradskoj Nedelji mode, Međunarodnom danu joge, itd. Naše kulturne manifestacije privlače publiku, na primer, Kathak plesna trupa, fusion bend, eminentna predavanja o Mahatma Gandhi-ju, izložbe sarija, umetnička dela iz Tagore, hramova, tvrđava i palata u Indiji, konkursi indijsko-srpske fotografije, instrumentalna grupa Rudra Veena, indijsko lutkarsko pozorište, itd.

neverovatno raznoliku turističku ponudu – kulturno bogate gradove, duhovna mesta, tropske plaže, planinske vence Himalaja i safari. Nasleđene iz kraljevske ere, velelepne palate, ekstravagantne privatne palate i veličanstvene tvrđave mogu se pronaći svuda. Neke se mogu videti na turi oko indijskog zlatnog trougla Delhija, Agre i Džajpura ili na turi po južnoj Indiji. I severna i južna Indija nude potpuno drugačije kulture, kuhinju i nošnje. Možete otići u Varanasi i Bodgaju za duhovna iskustva. Takođe, neku avanturu možete iskusiti u šetnji po planinama Himalaja u Ladaku ili raftingu po reci Gang. Mnogo je toga što Indija nudi od uzbudljivog safarija gde se mogu videti tigrovi u divljini. Jugozapadna obala nudi egzotične tropske plaže za opušajući odmor. Jug Indije nudi mnoštvo rizorta za holistička lečenja.

● *Da li ste zadovoljni brojem turista iz Srbije koji posećuju Indiju, kao i brojem indijskih turista koji posećuju Srbiju? Šta mislite kako se njihov broj može povećati?*

- Vidim da postoji povećanje u turističkim kretanjima iz obe zemlje tokom protekle dve godine. Ipak, to je ispod potencijala. Važno je iskoristiti te potencijale na obostranu korist. Kontakt među ljudima je važan, uključujući posete na visokom nivou. Očekuje se da potpisivanje predloženog sporazuma o međusobnom razumevanju na polju tradicionalne medicine i kulture, umetnosti, mladih, sporta i mas medija bude katalizator u tom smeru.

● *Koja je uloga Ambasade Indije u promociji turizma?*



India is, undoubtedly, one of the world's fastest growing economies with the highest level of industrialization in the world, the seventh country in the world in size with its 1.2 billion people who speak more than 1,000 languages, one of the oldest civilizations in the world, who by stepping in universe – visionary extended its duration in the future, a country with huge historical and cultural heritage, the cradle of ancient religion, and also Yoga, Ayurveda, homeopathy – the greatest gifts that gave generously to humanity, a country of immense beauty, tourist attractions, the unity of opposites, the richness of diversity... – Incredible India!

With the highest gratitude and pride as the ambassador of so powerful and important country in the global hierarchy agreed to support the first Wellness & Spa Fest in Serbia, as the first "partner country" of the Festival, we asked HE Mrs. Narinder Chauhan, the Ambassador of India to help us get to know her beautiful country and reveal to our readers India they may know less, although they use ancient techniques of practice or knowledge of Ayurveda and homeopathy. We asked her a lot and she was patient and dedicated to tell us her story of India that she has in her heart, on the activities of the Embassy, cooperation with Serbia in the field of tourism, the project of public diplomacy "IndiaSerbia", the new Ministry of AYUSH, practicing yoga, Belgrade – place of pilgrimage for every Indian...

Takođe radimo na proširenju usluga avio kompanija koje bi doprinele promociji turizma. Bollywood ozbiljno gleda na Srbiju kao na jeftinu bazu za snimanje i produkciju. Gospodin Goran Paskaljević, poznati srpski režiser završio je snimanje prvog filma u indijsko-srpskoj koprodukciji „Dev Bhoomi“ u Uttarakhanda, Indija. Pozdravljamo odluku srpske Vlade o liberalizaciji procedura za odobravanja viza za indijske državljane, što će dalje podstaći razvoj turizma. Na nedavno održanom 69. po redu Danu nezavisnosti Indije, Narodna banka Srbije ugostila je indijsku izložbu „Hramovi, tvrđave i palate – 2000. godina indijske arhitekture“ što je bila još jedan platforma za promociju turizma i vazdušno povezivanje uz pomoć kompanije Etihad. Za informacije o budućim događajima pozivamo sve da se priključe našoj facebook stranici: <https://www.facebook.com/India-InSerbia>.

MLADI U JAVNOJ DIPLOMATIJI

● *Koliko je uspešan i od pomoći program javne diplomatije „IndiaSerbia“, pokrenut sa Exit fondacijom, namenjen mladim ljudima iz ove dve zemlje?*

- Foto konkurs IndiaSerbia pokrenut je tokom EXIT festivala 2014. godine u Novom Sadu u saradnji sa EXIT fondacijom. Ovo takmičenje sprovedeno je kroz društvene medije tokom šest meseci. Pristiglo je više od 1,500 fotografija. Dobitnik nagrade za najbolju fotografiju iz Srbije osvojio je Grand Prize i put u Indiju, pod pokroviteljstvom indijske turističke kancelarije u Frankfurtu. Slično tome, dobitnik nagrade za najbolju fotografiju iz Indije posetio je Srbiju na Exit festivalu 2015. godine. Sponzor ove nagrade bio je Etihad Airways Serbia. Druge nagradene fotografije iz obe zemlje osvojile su specijalne nagrade. Takmičenje je bilo veoma uspešno i stvorilo je mnogo interesovanja među publikom iz obe zemlje. Očekujemo da to bude redovan godišnji događaj.

Organizovali smo i izložbu pod nazivom „IndiaSerbia“ sa 25 nagrađenih fotografija iz Indije i Srbije sa ovog takmičenja, sa ciljem da zblizimo kulture ove dve zemlje, u februaru u Beogradu u Muzeju primenjene umetnosti i u julu na EXIT festivalu u Novom Sadu. Od ukupnog broja stanovnika 1.25 milijarde, 65 odsto ima ispod 35 godina. Mi smo stoga u isto vreme i mlada nacija i antička civilizacija. Važno je da se mladi povežu, a društveni mediji su



potencijalni instrument kao što se to videlo u slučaju IndiaSerbia.

NA HODOČAŠĆE U – BEOGRAD!

● *Konačno, kao diplomata, šta biste preporučili vašim sunarodnicima da posete u Srbiji? Zašto bi trebalo da dođu? Ima li možda određenih sličnosti između naše dve nacije?*

- Srbija je prijateljska i gostoljubiva zemlja. Ljudi u Srbiji su topli i predusretljivi. Kao i Indijci, smatram da ljudi u Srbiji cene svoju tradiciju, vrednosti i verovanja. Srbija je ekonomija u razvoju. Ima potencijala da postane kapija ne samo Balkana, već i cele Evrope. Beograd je istorijski i moderan živi grad i uspeo je da sačuva svoje bogato kulturno nasleđe. Za svakog Indijca Beograd

će uvek biti mesto hodočašća, jer je mesto rođenja pokreta nesvrstanih. Kao i Indija, Srbija nudi širok spektar turističkih destinacija.

● *Koju poruku biste poslali posetiocima prvog Wellness & Spa festivala u Srbiji i svim stanovnicima Srbije?*

- Drago mi je što čujem da se Wellness & Spa Festival po prvi put održava u Srbiji. Prenosim svoje najlepše želje za uspeh festivala. Sigurna sam da će posetioci iz Srbije uživati u festivalu i da će postati manifestacija koja će se održavati svake godine.

Ljiljana Rebronja

Foto: Arhiva Ambasade Indije, kao i Internet (free download)

V AUČERI - pravi podsticaj domaćem turizmu

Kao mera podrške domaćem turizmu, Vlada Srbije je prvi put ove godine sprovela dodelu vaučera građanima za odmor u Srbiji, i to za subvencionisano korišćenje usluge smeštaja u ugostiteljskim objektima. Prijava za dodelu vaučera počela je 6. jula i trajeće do 15. oktobra 2015. godine. Do sada se prijavilo ukupno 11.820 građana, od toga najviše penzionisanih lica, a najveće interesovanje vlada za banjski turizam.

Turizam je programom Vlade Republike Srbije, što je u svom ekspezu istakao i premijer Vučić, prepoznat kao jedna od prioritarnih privrednih delatnosti, koja će značajno uticati na budući ekonomski razvoj zemlje. Zato je Vlada Srbije u ovoj godini donela niz programa i mera za podsticanje domaćeg turizma.

Na osnovu usvojenih programa, donesene su Uredbe koje propisuju uslove i način dodele i korišćenja sredstava za podsticanje razvoja domaćeg turizma. Jedan od programa i mera podrške domaćem turizmu je program za intenziviranje korišćenja turističke ponude u Republici Srbiji, na osnovu kojeg je u junu mesecu doneta Uredba. Program mera se sprovodi kroz dodelu vaučera građanima za odmor u Srbiji, za subvencionisano korišćenje usluge smeštaja u ugostiteljskim objektima.

ŠTA JE VAUČER?

Vaučer je dokument koji izdaje Ministarstvo trgovine, turizma i telekomunikacija, na osnovu koga

korisnik ostvaruje pravo na subvencionisano korišćenje usluga smeštaja u ugostiteljskim objektima u trajanju od najmanje pet noćenja, izvan prebivališta korisnika vaučera, samo na teritoriji Republike Srbije. Usluge smeštaja pružaju privredni subjekti, druga pravna lica, zdravstvene ustanove koje organizuju boravak i pružaju usluge prevencije, lečenja i rehabilitacije, kao i fizička lica koja pružaju ugostiteljske usluge u kategorisanim objektima domaće radinosti i seoskog turističkog domaćinstva. Na listi prijavljenih, nalazi se 244 ugostitelja iz 73 turistička mesta i destinacija.

Činjenica je da su zemlje koje imaju odlično razvijenu turističku delatnost (Mađarska, Francuska, Češka, itd.), dugi niz godina radile upravo na unapređenju domaćeg turizma. Jer, nema razvoja turizma u jednoj zemlji bez razvoja domaćeg turizma. To su Vlada i ministarstvo nadležno za poslove turizma prepoznali i odlučno krenuli u akciju promovisanja ideje za odmor u Srbiji, sem u ugostiteljskim objektima na teritoriji



Dr Nata Čirić,
Ministarstvo trgovine,
turizma i telekomunikacija

Beograda, Novog Sada, Niša i Kragujevca.

KO IMA PRAVO NA VAUČER?

Za sada korisnici vaučera su: 1) korisnici prava na penziju; 2) nezaposlena lica iz evidencije Nacionalne službe za zapošljavanje; 3) korisnici prava na dodatak za pomoć i negu drugog lica, koji to pravo ostvaruje u skladu sa zakonom kojim se uređuje socijalna zaštita; 4) korisnici prava na dodatak za pomoć i negu drugog lica, koji to pravo ostvaruje u skladu sa zakonom kojim se uređuje penzijsko i invalidsko osiguranje; 5)

zaposlena lica sa primanjima koja ne prelaze iznos od 60.000 dinara mesečno i 6) ratni vojni invalidi sa primanjima koja ne prelaze iznos od 60.000 dinara mesečno. Korisnik vaučera može ostvariti pravo na subvencionisano korišćenje usluga smeštaja u ugostiteljskim objektima samo po jednom osnovu.

Podsticanje razvoja domaćeg turizma sprovodi Ministarstvo trgovine turizma i telekomunikacija u saradnji sa Ministarstvom finansija, Ministarstvom za rad, zapošljavanje, boračka i socijalna pita-

nja, centrima za socijalni rad, filijalama Republičkog fonda za penzijsko i invalidsko osiguranje, Nacionalnom službom za zapošljavanje, Centralnim registrom obaveznog socijalnog osiguranja i Javnim preduzećem „Pošta Srbije” - Beograd.

PRIJAVE DO 15. OKTOBRA

Prijava za dodelu vaučera građanima počela je 6. jula i trajeće do 15. oktobra 2015. godine. Građani će moći da iskoriste vaučere do 20. novembra 2015. godine. Vrednost vaučera iznosi 5.000 dinara, a može se koristiti isključivo za plaćanje usluge smeštaja. Potencijalni korisnici su u obavezi da na šalterima JP „Pošta Srbije” podnesu prijave najkasnije 30 dana pre početka realizacije turističkog aranžmana.

Do 11. septembra prijavilo se ukupno 11.820 građana, potencijalnih korisnika vaučera, što iznosi više od 57.500 noćenja u domaćim ugostiteljskim objektima. Najveće interesovanje vlada kod lica koja ostvaruju pravo na penziju (61%), zaposlenih (27%) i nezaposlenih građana (10%). Ostale kategorije čine oko 1% udela u ukupnom broju zainteresovanih. Građani su, prema dosadašnjim prijavama najviše zainteresovani za banjski turizam, pa su tako prve tri najtraženije destinacije Prolom banja, Vrnjačka Banja i Sokobanja, a slede Kopaonik i Lukovska banja.

REAKCIJE UGOSTITELJA I GRAĐANA

Ugostitelji su vrlo zadovoljni akcijom sa vaučerima. Ovih dana su u stalnom kontaktu sa ministarstvom, jer se za goste kojima su pružili usluge u avgustu, već priprema refundacija finansijskih sredstava. Pred kraj ove godine znaće se kolika su ukupna sredstva koja su ostvarili domaći ugostitelji na osnovu vaučera.

Kada su u pitanju građani, osećanja i reakcije su različite. Uglavnom imaju pozitivnu reakciju na ovaj program i akciju Vlade. Poneki su čak i vrlo emotivno reagovali, i patriotski podržali ovu akciju. Kategorija građana koji su penzioneri, zadovoljna je na finansijskoj podršci od 5.000 dinara, u prilog čemu govori i njihova brojnost u učešću u ovoj akciji. Mnogima je motivacija i to što je naša zemlja atraktivna i lepa, što je krase topli i gostoljubivi domaćini, pa se građani raduju odmoru u Srbiji. Naravno, ima i primedbi, konstruktivnih kritika, sugestija, ali i poneka dobra ideja kako naredne godine organizovati i sprovesti ovakvu akciju podrške domaćem gostu i ugostitelju. Mi u Ministarstvu sve beležimo i sa pažnjom ćemo, od 15. oktobra, kada se završava prijava za vaučere, sve razmotriti.

BENEFIT ZA SVE

Sasvim je već sada sigurno da ćemo Uredbu za dodelu vaučera sledeće godine proširiti, i prilagoditi svima koji budu ispunjavali propisane uslove i koji su zainteresovani da svoj odmor provedu u Srbiji. Dodelom vaučera građanima za odmor u Srbiji, na dobitku su svi: građani Srbije, jer su dobili direktnu finansijsku podršku od države za odmor; domaći ugostitelji, jer će



VIKEND KARTICA?

Pored vaučera za odmor od najmanje pet dana koje najviše koriste penzioneri, razmišlja se i o uvođenju vikend-vaučera. Ova kraća, vikend-putovanja biće zanimljiva porodicama, jer su odlična za školsku decu kojoj bi obilazak Srbije pomogao da uživo vide ono o čemu uče u knjigama. U zemljama EU ovakva putovanja nazivaju se "kidskejšn", jer roditelji vode decu na vikende u mesta koja imaju veze sa školskim gradivom.

Trenutno se razmatra kako bi još ovi vaučeri mogli da se dodeljuju, a jedna od mogućnosti je da ih zaposleni dobijaju kao "trinaestu platu" kojom bi se deo poreza otpisivao poslodavcu. Vaučeri bi bili poput kartice i deo bi se koristio za besplatne ulaznice u muzeje, pećine i kulturne ustanove, a deo za karte za mesta koja podižu adrenalin i aqua-parkove.

Na ovaj način je Mađarska napravila revoluciju u domaćem turizmu i sopstvenim sredstvima izgradila i renovirala banje.

pružati usluge i u vansezoni (septembar, oktobar, novembar), kada su im obično prazni kapaciteti; sezonski radnici, jer će raditi duže bar 2 meseca; lokalne samuprave, jer ubiraju veće prihode od taksi. Na dobitku su i sve privredne delatnosti na destinaciji i šire, jer će i trgovina, i saobraćaj, i poljoprivredna proizvodnja i plasman poljoprivrednih proizvoda, i mnoge druge privredne grane bolje prihodovali, a benet države je više poreza na dodatu vrednost. Takođe, što veći broj građana provede odmor u zemlji, umesto van nje, veća finansijska sredstva se slivaju u državnu kasu, što održava i čuva platni bilans zemlje.

NASTAVAK PROGRAMA I U 2016.

Ministarstvo trgovine, turizma i telekomunikacija će svakako i u narednoj godini podržavati turističku privredu različitim podsticajima kroz dodelu subvencija i dotacija za finansiranje projekata u turizmu. Programi će naročito biti namenjeni za promociju turističkih proizvoda i turističkih prostora Srbije i podsticanje unapređenja receptivne turističko-ugostiteljske ponude, infrastrukturnim projektima, kao i za podršku kulturnim i zabavnim sadržajima. Takođe, potpredsednik Vlade Republike Srbije i ministar Ministarstva trgovine, turizma i telekomunikacija Rasim Ljajić, najavio je da će projekat i program podrške građanima i domaćoj privredi preko dodele vaučera, biti nastavljen i u 2016. godini.

Ovo je tek početak razvijanja inovativnih načina za ostvarenje većih prihoda u turizmu zasnovanih na novim idejama. Svakako da akcija nije trošak za državu. Štaviše, ona predstavlja moderan i upečatljiv odnos i praktičan pristup doprinosu da se unapredi i zaštiti domaće turističko tržište i domaća privreda. Iako će se konačni rezultati akcije sumirati na kraju ove godine, s pravom očekujemo da bude zabeleženo značajno povećanje prometa turista, kao i povećanje profita domaćih ugostitelja.



As a measure of support to domestic tourism, the Government of Serbia for the first time this year conducted the allocation of vouchers to citizens who wanted to spend their holidays in Serbia, for the subsidized use of accommodation services. Registration for the allocation of vouchers began on July 6th and will last until October 15th 2015. Until now, a total of 11,500 people applied for the vouchers, mostly retired persons, and the greatest interest is in the spa tourism.

TURIZAM U kandžama terorista

Turistička industrija se godinama unazad suočava sa sve manjim poverenjem potencijalnih turista, te dolazi do promene trendova u turističkim zahtevima koji su uzrokovani povećanim strahom i brigom za bezbednost. Terorizam utiče na dužinu boravka, veću fragmentaciju odmora, rast „last minute“ bukinga, veći broj putovanja na manje udaljenosti, a raste i uticaj interneta prilikom kupovine aranžmana.

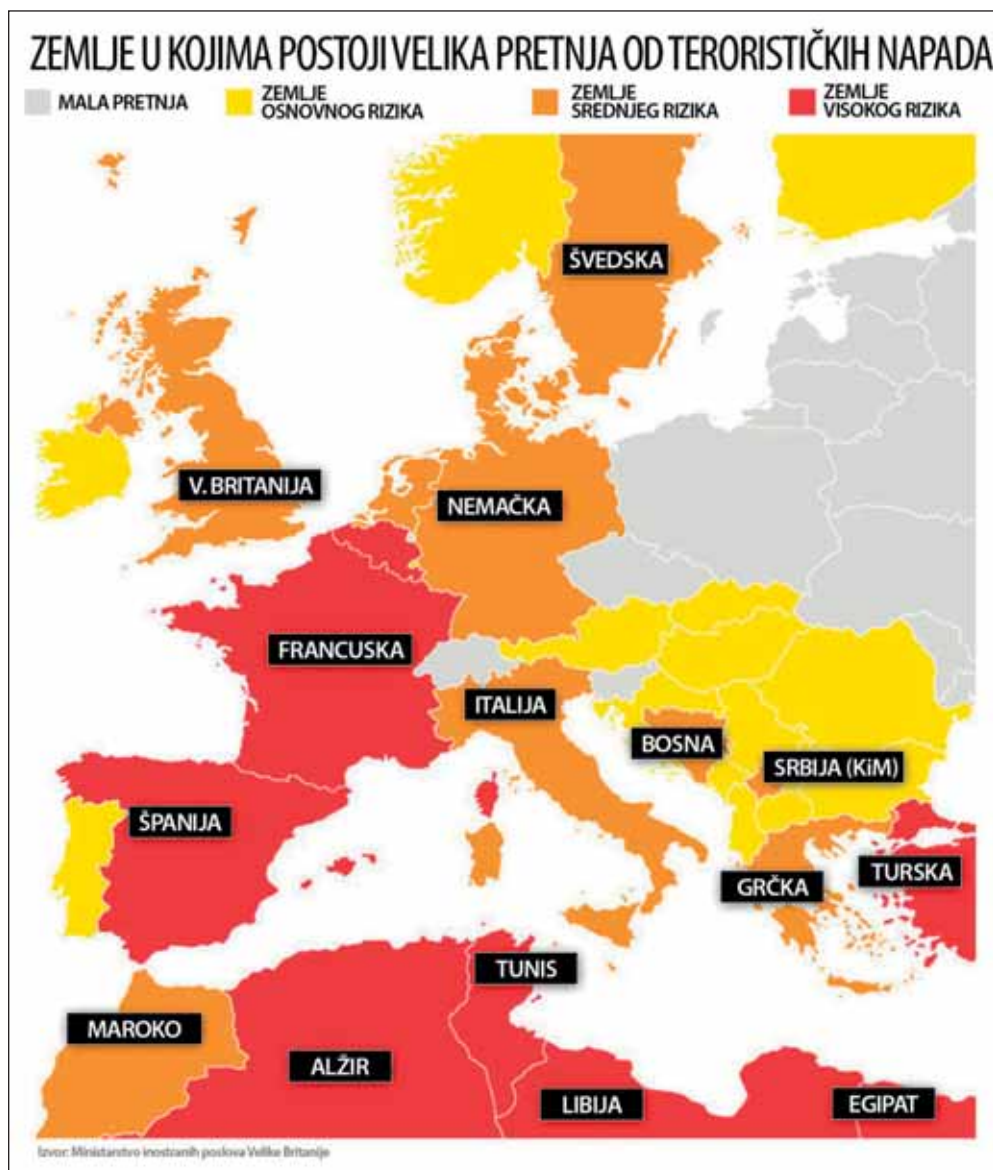
Bombaški napad koji se, sredinom avgusta, dogodio u centru Bangkoka, glavnog grada Tajlanda, potvrdio je da turisti i turističke destinacije postaju sve primamljivija meta terorističkih grupa. Samo dva meseca ranije, iz Tunisa je evakuisano hiljade stranaca nakon što je naoružani napadač ubio 39 osoba na plaži ispred hotela. To je bio drugi veći napad ove godine u ovoj popularnoj turističkoj destinaciji nakon napada na muzej „Bardo“ u martu kada su naoružani napadači ubili 22 stranih posetilaca.

Turistička industrija se godinama unazad suočava sa sve manjim poverenjem potencijalnih turista, te dolazi do promene trendova u turističkim zahtevima koji su uzrokovani povećanim strahom i brigom za bezbednost. Terorizam utiče na dužinu boravka, veću fragmentaciju odmora, rast „last minute“ bukinga, veći broj putovanja na manje udaljenosti, a raste i uticaj interneta prilikom kupovine aranžmana.

TURISTI KAO LAKA META

Medijska atraktivnost turističkih destinacija jedan je od razloga za učestale napade terorističkih grupa koje su postale obrazovanije i relativno nepredvidljive, jer koriste sredstva globalizacije, internet i mobilne telefone, kako bi lakše organizovale akciju i prikriale svoja kretanja. Mediji mogu izazvati preveliku histeriju, jer se takmiče jedni sa drugima ko će prvi da ima „vruću“ priču. Negativne slike turističke destinacije stvorene na ovaj način mogu da traju godinama i utiču na celu zemlju, čak i ako je politička nestabilnost sadržana u malom regionu.

Prema rečima dr Nataše Sekulović, profesorke na Univerzitetu „Singidunum“, uprkos činjenici da su



teroristički napadi učestali od početka ovog veka, treba imati u vidu da su turistička putovanja oduvek nosila dozu rizika, samo što je sada, zbog bržeg protoka informacija, veći broj ljudi sa time upoznat.

- Predstavnici medija imaju veliku odgovornost da se prilikom informisanja javnosti pridržavaju osnovnih etičkih kodeksa i imaju saosećanja prema porodicama žrtava. Pored toga, potrebno je da od relevantnih osoba traže informacije o tome šta se zapravo dogodilo. Na taj način, mogle bi se preduprediti ozbiljnije posledice koje mogu nastati ukoliko se koriste nepouzdati izvori. Tradicionalni mediji i dalje imaju veliku ulogu, prvenstveno kod onih turista koji u manjoj meri koriste internet kao izvor informacija. Važno je i da predstavnici javnog i privatnog sektora koordiniraju aktivnosti informisanja i odrede osobe za obaveštavanje javnosti o posledicama terorističkih napada. Ne smemo zaboraviti da, u eri društvenih mreža, svako ima mogućnost da sa velikim brojem ljudi podeli bilo kakvu, pa i tragičnu vest, često ne vodeći mnogo računa o mogućim posledicama – smatra dr Nataša Sekulović.

POSLEDICE TERORISTIČKIH NAPADA

Zemlje pogođene terorističkim napadima suočavaju se sa smanjenom turističkom aktivnošću, relokacijom turizma na druga područja, kao i velikim ekonomskim gubicima. Prema rečima dr Sekulović, glavne posledice terorističkih napada na određene zemlje svakako su, pre svega, tragični gubici ljudskih života i bol prouzrokovana njihovim najmilijima. Ne smemo zaboraviti da u terorističkim napadima stradaju ne samo turisti, već i lokalno stanovništvo zaposleno u turizmu, ali i u drugim sektorima. Pored toga, postoje i negativni ekonomski efekti uslovljeni padom turističkog prometa (broja turista i njihovih noćenja) i prihoda od turizma koji se može osetiti i nešto duže, posebno u slučajevima kada dođe do snižavanja cena turističkih usluga. Primera radi, u prvih pet meseci ove godine, broj inostranih noćenja u Tunisu pao je za 17,6 odsto u odnosu na isti period 2014. zbog čega je i prihod smanjen za 15,1 odsto.

KLJUČNI FAKTORI – UČESTALOST NAPADA I ATRAKTIVNOST

Egipat, koji je doživeo nekoliko godina političkih nemira, imao je od 2010. do 2014.

godine pad posetilaca iz Velike Britanije za čak 18,5%. Međutim, s druge strane, posle terorističkih napada u Londonu 2005. godine, u kome je 52 ljudi poginulo, prema zvaničnoj sta-



tistici, nije opao broj ljudi koji posećuju Veliku Britaniju. Brojke ukazuju na to da turistička industrija u zemljama sa trajnim dugoročnim sukobima, kao što su Egipat i Tunis, pati više nego one koje su pogođene pojedinačnim terorističkim napadom. Čak i tada, promovisanje pojedinih destinacija u tim zemljama može pomoći u prevazilaženju date situacije. Egipat je u prošlosti uradio izolovanu marketinšku promociju Šarm el Šeika koji se nalazi na Crvenom moru, pa mnogi turisti, koji nisu dobri poznavaoi geografije, i ne znaju da je to deo Egipta. Nažalost, u 2005. godini u bombaškim napadima na Šarm el Šeik ubijeno je 88 ljudi.

Bali u Indoneziji je još jedno turističko žarište koje nije osetilo velike posledice po promet nakon terorističkih napada tokom 2002. i 2005. godine. Prema podacima iz Turističke organizacije Bali, broj posetilaca je, osim blagog pada u 2006. godini, nastavio da raste svake godine uprkos terorističkim napadima, što ukazuje na to da atraktivnost destinacije igra bitnu ulogu u prevladavanju krize.

NISKE CENE DOVODE NOVE TURISTE

Iako put do oporavka može biti dug i naporan, obim ekonomskih koristi od turizma čini ulaganje u putovanja i turizma vrednim. Jedan od

načina privlačenja ljudi na destinacije koje su napadnute od strane terorista je smanjenje cena usluga i smeštaja. Naime, nakon napada dolazi do očekivane promene profila turista zainteresovanih za datu destinaciju. Bogate turiste, kojima cena nije bitna, zamenjuju turisti koji prave analizu troškova i rizika. Na primer, nakon političke krize u Ukrajini 2008. godine, ukupan broj dolazaka turista nije opao, ali prihodi od turizma jesu za čak 20% što podrazumeva smanjenje potrošnje po turisti. Nakon napada na Bali 2002. godine, oko tri četvrtine hotela spustilo je svoje cene u proseku za 37%, a posle napada iz 2005. godine, drastična devalvacija rupija iskorišćena je za marketinšku kampanju sa sloganom "Naš gubitak je vaš dobitak!".

Međutim, strategija smanjenja cena ima ozbiljnih mana, jer negativno utiče na percepciju vrednosti destinacije, otežavajući ekonomski oporavak. Uobičajene mere za oporavak turizma su pomeranje fokusa sa međunarodnog ka domaćem turizmu, kao i okretanje



The tourism industry has for years faced with the declining confidence of potential tourists, so there is a change of trends in the tourist requests that are caused by increased fear and concern for safety. Terrorism has an effect on the length of stay, greater fragmentation of rest, growth in last-minute bookings, more traveling on not so distant destinations, and there is also a growing influence of the Internet during the travel booking.

regionalnim turistima koji su upućeniji u stepen ozbiljnosti situacije. Na primer, u svetlu bombaških napada 2002. i 2005. godine, Bali je preusmerio svoju pažnju od svojih tradicionalnih zapadnih turista ka turistima iz Japana i Tajvana.

PRAVOVREMENO REAGOVANJE

Nakon početnog negativnog šoka, vlade zemalja pogođenih terorističkim napadima moraju biti sigurne da će turistički sektor polako oživeti, ako se preduzme pravovremena akcija. Tokom samog perioda krize, neposredni prioritet je da se pokaže izuzetna sposobnost upravljanja krizom, kako bi se smanjili gubici, osigurala bezbednost turista i ograničila izrazito negativna medijska percepcija.

- Jedna od glavnih mera jeste da se prvenstveno osigura bezbednost turista koji se nalaze u samoj destinaciji, omogući brz i siguran povratak onih koji žele da je napuste, uz pravovremeno i korektno obaveštavanje javnosti o samom događaju – izjavila je dr

Nataša Sekulović.

Uspeh u upravljanju krizom može imati veliki uticaj na buduću imidž destinacije i broj turističkih dolazaka. Preventivno planiranje upravljanja krizom, a ne reaktivni odgovor, predstavlja ključni faktor uspeha. Na primer, plan za oporavak nakon bombardovanja jednog noćnog kluba na Baliju iz 2002. godine osmišljen je tek nakon napada, što je dovelo do sporog i napornog oporavka turističke destinacije. Nasuprot tome, odgovor Londona posle napada 2005. godine bio je brz i odlučan zato što je ispoštovana ranije dogovorena procedura u slučaju terorističkog napada. Zato ovaj teroristički događaj nije imao vidljiv efekat na prihode od turizma u Velikoj Britaniji.

PREPORUKE NAŠIM TURISTIMA

Prema rečima direktora YUTA-e Aleksandra Seničića, turisti bi, pre putovanja, trebalo da budu u toku sa dešavanjima i trenutnom situacijom u zemlji koja im je konačno određeno, kao i da se edukuju po pitanju otkaza

putovanja, tj. kada i u kom slučaju je obaveza agencije da izvrši povraćaj novca ili zameni destinaciju.

- Ukoliko se turisti odluče da odu na destinaciju na kojoj je ugrožena bezbednost, pre svega, ne preporučuje im se udaljavanje od hotela u kojima su smešteni, kao ni pridruživanje protestima i javnim okupljanjima. Neophodno je da budu u stalnom kontaktu sa svojim predstavnikom turističke agencije na destinaciji i sa konzularnim predstavništvom Srbije – ističe Seničić.

Prema rečima Nataše Sekulović, pitanje "nestabilnog područja" umnogome zavisi od percepcije turista. Ne smemo zaboraviti da je naša zemlja dugi niz godina bila percipirana kao nebezbedna i da se taj imidž polako menja. Sa druge strane, veliki broj naših sugrađana poslednjih godina nije uopšte bio u mogućnosti da preduzima turistička putovanja i zato neretko imaju veći stepen prilagodljivosti i nerado odustaju od putovanja. Pitanje cene je, za većinu naših građana, i dalje odlučujući faktor prilikom odabira destinacije za odmor, pa se često gubi iz vida da svaka nepredviđena okolnost, poput iznenadnog terorističkog napada, čak i u najboljem slučaju kada nema ljudskih žrtava, može izazvati dodatne troškove.

Nevena Vučić

PROJEKAT koji obara sve rekorde



Kompanija „Meydan“ iz Dubaja izgrađuje najdužu na svetu, 1,2 km dugu padinu za skijanje u zatvorenom prostoru, koja će biti središte novog kompleksa „Meydan One“ u Dubaju, čija je vrednost procenjena je na 25 milijardi emiratskih dirhama tj. 6 milijardni evra. Završetak izgradnje ovog projekta, koji će takođe uključivati rezidencijalnu kulu visoku 711 metara, u sklopu koje će biti smešten hotel sa 350 soba, zatim 420 metara dugačak vodeni sadržaj, restoran na krovu sa panoramskim pogledom i vidikovac, planiran je za 2020. godinu kada se u tom gradu održava „World Expo“ izložba.

Projekat takođe podrazumeva i zatvorenu teretanu, na 25.000 kvm koja će biti najveća na svetu, plus 9 km dugu promenadu, 4km dugačak kanal, 9km dugu biciklističku stazu, plažu, tržni centar, svečanu salu za 60.000 ljudi.

Prostor nazvan „Heritage Village“ ponudiće brojne atrakcije uključujući i muzej i centar sa divljim životinjama, pored KidZania edukativnog parka, škole o nasleđu, restorana, vizitorskog centra, akva parka...

MOJA RADIO STANICA

SUBOTICA 88.3 | CITY RADIO

ČOKA 106.6 | RADIO MAX

APATIN 105.8 | RADIO APATIN

KIKINDA 89.7 | AMI RADIO

BEČEJ 105.4 | RADIO ACTIVE

VRBAS 106.5 | FANTASY RADIO

NOVI SAD 100.6 | RADIO PLANETA

BEOGRAD 96.9 | NAXI RADIO

GROCKA 88.1 | DEDAL RADIO

NEGOTIN 97.5 | TEMPO RADIO

KRAGUJEVAC 95.9 | RADIO 9

BOR 97.5 | TEMPO RADIO

UŽICE 103.6 | 92.0 | RADIO LUNA

ZAJEČAR 95.3 | TEMPO RADIO

ČAČAK 95.6 | JOKER RADIO

KRALJEVO 96.2 | M RADIO

KRUŠEVAC 92.2 | RUBIN RADIO

ZLATIBOR 103.6 | RADIO LUNA

NIŠ 98.3 | BANKER RADIO

PIROT 103.3 | RADIO PLUS

LESKOVAC 101.5 | 016 RADIO

VRANJE 92.8 | OK RADIO

Naxi
Nacional

Golf sport koji produžava život

Jedan od najstarijih i najpopularnijih sportova na planeti, ponovo se, nakon duže od sto godina, vraća na Olimpijske igre. Da golf odavno nije "sport otmenih i bogatih", potvrđuje činjenica da ga, amaterski ili profesionalno, igra najveći broj stanovnika planete! Ovaj sport dobija sve više poklonika i u našoj zemlji, gde trenutno postoje dva golf terena, a u najavi je i otvaranje golf centra u Zrenjaninu.

Poslednjih godina, golf sve više dobija na popularnosti i u Srbiji. Naši golferi iz sezone u sezonu ostvaruju sve bolje rezultate, dok se istovremeno sve veći broj dece bavi ovim sportom, zahvaljujući projektima kao što su „Škola golfa za juniore“, "Juniorski golf kampovi" ili "Školska golf liga" – otkriva generalna sekretarka Golf asocijacije Srbije **Irena Suturović Bogdanović**.

ISTORIJA GOLFA

- Golf je plemeniti sport za sve generacije. Porodični sport, koji pored fizičke aktivnosti pruža i nešto više – aktivaciju vrlina, što se ispoljava kroz pravila i etikeciju. Golf vodi poreklo još iz Škotske, iz 15. veka, kada se prvi put igrao, a prvi veliki turniri organizovani su sredinom 19. veka, takođe u Škotskoj. Pravila su u osnovi jednostavna, igra se na 9 ili 18 rupa i potrebno je ubaciti loptu u rupu iz što manje pokušaja. Naravno, postoje različite palice za različite tipove udaraca.

• *Koliko se dugo u Srbiji igra golf?*

- Razvoj golfa u Srbiji počeo je pre Drugog svetskog rata, kada je i otvoren prvi golf klub 1936. godine, zahvaljujući velikim delom knezu namesniku Pavlu Karadorđeviću. Jugoslovenska revija iz tog perioda, pored tenisa, piše i o golfu kao novom sportu na ovim područjima, a prema zvaničnim dokumentima, u planu je bio savez klubova Jugoslavije – Beograda, Zagreba i



Bleda. Zbog prilika u zemlji, golf klub tokom rata prestaje sa radom. U čast začetnika golfa na našim prostorima, u Beogradu se tokom meseca maja održava tradicionalni turnir "Memorijal Knez Pavle".

Popularnost ovog sporta sve je veća, a mi se trudimo da ga, pre svega, približimo deci. To smo uspešno radili preko „Školske golf lige“ koja se održavala u nekoliko gradova, a od prošle godine nastavili smo sa "Školom golfa za juniore".



Golf – one of the oldest and most popular sports on the planet, again, after more than a hundred years, returns to the Olympic Games. That it's no longer "the sport of rich and noble", confirms the fact that the largest population of the planet plays it amateurish or professional. This sport gets more and more fans in our country, where currently there are two golf courses, and the opening of a golf center in Zrenjanin is announced.

VELIKA ŽELJA – TEREN SA 18 RUPA

• *Možete li nam predstaviti aktivnosti Golf asocijacije Srbije (GAS)? Kako se postaje njen član?*

- Golfer postajete završavanjem akademije, časovima ili juniorskim programom – "Školom golfa za juniore". Kroz juniorske programe GAS u Beogradu, Nišu, Novom Sadu i Zrenjaninu, u poslednjih pet godina više od 7.000 dece imalo je priliku da se upozna sa golfom. Registrovanih igrača u klubovima je više od 800, sa stalnom tendencijom rasta, što nas posebno raduje. Godišnje se u Srbiji održi oko 80 turnira. Najvažniji turnir koji GAS organizuje je Internacionalno prvenstvo Srbije, koje će se sledeće godine održati po 15. jubilarni put. Biće izuzetno važno, jer će se bodovati za WAGR listu (Svetska amaterska golf lista). Srpskim golferima će tako otvoriti vrata velikih inostranih turnira i omogućiti im da se nađu na svetskoj rang listi.

• *U Srbiji, za sada, postoje samo dva golf terena – na beogradskoj "Adi Ciganliji" i kod Žablja. U najavi je i izgradnja golf centra u Zrenjaninu...*

- Sa gradom Zrenjaninom započeli smo lepu saradnju. Kako ljudi koji vode Zrenjanin razumeju značaj razvoja sporta u Srbiji, došli smo do plana izgradnje golf centra u koji su uključeni grad, Golf asocijacija Srbije i

ZANIMLJIVOSTI O GOLFU

- Smatra se da su prvi golferi bili škotski pastiri, koji su za rupe koristili zečje jame, a palice pravili od drveta. Prve loptice za golf bile su od tvrde kože, u koju je bilo umotano perje.
- Svoj olimpijski debi golf je imao na Letnjim olimpijskim igrama 1900. godine u Parizu, ali je već posle drugog učešća skinut sa olimpijskog programa, jer nije bio popularan – takmičile su se samo dve zemlje.
- Samo tri američka predsednika nisu igrala golf: Herbert Huver, Hari Truman i Džimi Karter.
- Jedini je sport koji je igran na Mesecu.
- Ne postoje dva ista golf igrališta.
- Nema starosnu granicu.

investitor. Golf centar će prvenstveno biti trening centar, dostupan svim mladim ljudima koji žele da se bave ovim sportom. Nadamo se da će taj projekat biti realizovan u toku sledeće



godine. Naša velika želja je da jednog dana dobijemo teren sa 18 rupa, ali za tako nešto potrebno je, pre svega, imati odgovarajuću lokaciju, a zatim i ispuniti brojne uslove koji su neophodni za izgradnju golf terena.

POPULARNI GOLFERI

• *Nakon odsustva dužeg od jednog veka, golf se naredne godine ponovo vraća na Olimpijske igre. Da li će Srbija i u golfu imati svoje predstavnike u Rio de Žaneiru?*

- Učešće na Olimpijskim igrama u Riju obezbediće po 15 prvoplasiranih igrača i igračica na listi Međunarodne golf federacije 11. jula 2016. godine. Pored toga, učestvovalaće još po 45 igrača i igračica iz zemalja koje nisu popunile kvotu od dva mesta. Naravno, Golf asocijacija Srbije želi i radi na tome da ima svoje predstavnike na OI, a najbolje šanse za to imaju Nemanja i Milena Savić. Olimpijske igre biće sjajna prilika za golf, pošto govorimo o jednom od najpopularnijih sportova na svetu, igri koju amaterski ili profesionalno igra najveći broj stanovnika planete. Olimpijske igre prati preko milijardu gledalaca u celom svetu i to će biti od nemerljive koristi za promociju ovog sporta.

• *Golf se oduvek smatrao elitnim sportom. To potvrđuje veliki broj slavni golferi, poput Majkla Džordana, Šona Konerija, Šeron Stoun, Klunija i drugih. Ko sve od domaćih poznatih ličnosti igra ovu igru?*

- Broj od 4,18 miliona registrovanih igrača u Evropi 2014. godine i činjenica da golf spada u najmasovnije individualne sportove na planeti, ruši tabue oko uverenja da je golf elitni ili nepristupačan sport. Od domaćih poznatih ličnosti, najveći golferi su Novak Đoković i Nemanja Vidić među sportistima, dok glumce predvode Lazar Ristovski, Nikola Đuričko i Peter Chaffey koji je našoj publici pored uloge u „Montevideu“ poznat i kao prvi komentator golfa na Balkanu, na kanalima „Sport Kluba“ još od 2008.

GOLF ZA DUŽI ŽIVOT

• *Koje su to "lekovite" strane golfa?*

- Golf na prvi pogled možda izgleda kao nešto opušteniji, ležerniji sport, jer u njemu nema trčanja ili šutiranja kao u nekim drugim sportovima. No, golf je prvenstveno jedna sjajna kardiovaskularna vežba. U golfu je neophodno puno kretanja, i na terenu sa 18 rupa u proseku se pešači između pet i 13 kilometara, pa tako u jednoj partiji možete da sagorite i više od 400 kalorija. Tu su, naravno, i swingovi i udarci, što su takođe fizičke vežbe koje mogu da utiču na toniranje vaših mišića, a možete da postanete i fleksibilniji. Na kraju, golf je sport koji se igra napolju, gde ste, osim svežeg vazduha izloženi i suncu, koje vam obezbeđuje neophodni vitamin D. Dakle, golf u velikoj meri može da ima pozitivan uticaj na vaše zdravlje, a prema istraživanjima, golferi su ljudi koji žive duže.

Biljana Bosnić

HOTEL  MAJDAN

Hotel

prepoznatljivog kvaliteta

Iako je "Majdan" svoja vrata otvorio tek u januaru prošle godine, za kratko vreme uspeo je da se pozicionira na hotelskoj mapi prestonice, ostvarivši tokom prve godine poslovanja prosečnu popunjenost od čak 65 odsto!

Hotel raspolaže sa ukupno 60 ležajeva u 20 dvokrevetnih, 4 trokrevetne sobe i 4 apartmana. Svaka soba je klimatizovana i moderno opremljena.

U sastavu hotela je i *à la carte* restoran sa terasom, kapaciteta 100 mesta, koji gostima nudi širok izbor internacionalnih i domaćih specijaliteta, čiji kvalitet garantuju kuvari sa višegodišnjim iskustvom.

Ponos ovog hotela je atraktivna banket sala sa 350 mesta. Prostrana, dobro opremljena, sa jedinstvenom rasvetom, vrhunskom uslugom i kvalitetnom ponudom hrane i pića, te obezbeđenom garderobom i parkingom za 110 vozila, ova sala je idealna za venčanja.

Zato i ne čudi što je hotel "Majdan" postavio nove standarde i postao jedan od lidera u organizaciji venčanja u gradu, rasprodivši sve termine do kraja godine!

U toku je već proširenje smeštajnih i banket kapaciteta hotela, a u planu je i uređenje okoline i pristupa hotelu.

Ali da ne zaboravimo: pravi ponos ovog hotela i njegova najbolja preporuka su, u stvari – ljudi, zaposleni koji svojim profesionalnim stavom, posvećenošću poslu i gostima čine ovaj hotel zaista uspešnim!





Although "Majdan" opened its doors in January last year, in a short time has managed to position itself on the capital's hotel map, achieving in the first year of operation the average occupancy rate of as much as 65 percent!

The hotel has a total of 60 beds in 20 double rooms, 4 triple rooms and 4 suites. Each room has air-conditioning and is modernly equipped.

Within the hotel, there is a la carte restaurant with the terrace and the capacity of 100 seats, offering guests wide selection of international and local specialties, of which the quality is guaranteed by the chefs with years of experience. The pride of the hotel is attractive banquet hall with 350 seats. The spacious, well-equipped, with unique lighting, excellent service and high quality food and beverage, and a secure wardrobe and parking for 110 vehicles, the hall is ideal for weddings.

So it is no surprise that the hotel "Majdan" set new standards and became one of the leaders in the organization of weddings in the city, having sold out all dates to the end of the year!

In the progress is an extension of accommodation and hotel banquet capacity, and there is also a plan to improve the environment and access to the hotel.

But let's not forget: the real pride of the hotel and its best recommendation are, in fact - people, employees with their professional attitude, dedication to work and guests make this hotel really successful!



Majdan luks d.o.o.

Mokroluška 174d, 11040 Beograd
Tel/Fax: +381 11 74 66 006, 74 66 070
infohotelmajdan@gmail.com
www.majdanhotel-belgrade.rs

Drevne tajne za uspešno hotelsko poslovanje

Feng Shui nije čarobni štapić, kao što mnogi misle, nije korišćenje ukrasnih figura, nije ni samo uređenje prostora, već kontrola energetskih tokova i njihovo usmeravanje ka dobrobiti čoveka, njegovog života i poslovanja – otkriva Sandra Drinčić, jedini diplomirani stručnjak u Srbiji specijalizovan za ovu drevnu kinesku filozofiju.

Feng Shui je usklađenost osobe sa okolinom i prostorom koji koristi. Svuda oko nas postoji osnovna životna energija – Qi energija. Naučiti osetiti i usmeriti Qi energiju da "radi" za nas – ključna je tajna u Feng Shui sistemu. Na taj način koristi se maksimalni potencijal životne sredine oko nekretnine ili poslovnog prostora, nakon čega dolazi do poboljšanja života i poslovnog napretka. Druga stvar je usklađenje odnosa prostor – čovek. Svaki čovek ima svoju ličnu snagu, energiju i vibraciju, tačnije, svoje biopolje. Njegovo stupanje u neki prostor treba da bude usklađeno sa energetskim frekvencijama prostora kako bi kvalitetno živeo, iskoristio maksimalno svoje potencijale, bio motivisaniji i produktivniji – kazuje Sandra Drinčić, međunarodni Feng Shui stručnjak i predavač. Ona je vlasnik Centra za obrazovanje "Feng Shui Institut – Sandra Drinčić", organizator prve Feng Shui konferencije na Balkanu i urednica časopisa "Feng Shui tajne". Ekskluzivno za "Turistički Svet", našim čitaocima otkriva drevne tajne za uspešno hotelsko poslovanje.

NAŠ DOM JE NAŠE TELO

● *Napravili ste zanimljivu vezu, odnosno poređenje ljudskog organizma sa nekretninom, po principu zidovi = koža, betonska konstrukcija = kosti, prozori = oči, kupatilo = bešika... Može li nam reći nešto više o tome?*

- Mnogi ne znaju da sam po struci medicinski radnik i terapeut alternativne medicine, i logično je da sam, radeći na jednoj nekretnini koja utiče na ljudski organizam, životne tokove i mnoge aspekte, postala prevashodno vrhunski dijagnostičar. Šta to znači? Diplomirani stručnjak za Feng Shui kada pogleda nacrt nekretnine ili projekat poslovnog prostora, treba da uvidi šta se dešavalo poslednjih par godina na osnovu izgleda prostora, pa tek nakon toga može da "leči" prostor. Kao i kod drugih vrsta lečenja, bez dobre dijagnostike nema ni izlečenja!

Iz tog razloga, osim osnovnog znanja o vezi "nekretnina – čovek", koje sam dobila pohađajući nemački institut, vršila sam dugogodišnje istraži-



vanje vezano za dijagnostiku prostora na osnovu izgleda nekretnine, njenog povezivanja sa ljudskim organizmom, delovima tela, svim organima, emocijama i mogućim problemima. Na primer, ako je na kancelariji rasklimana kvaka, njenog korisnika boli lakat ili rame.

PRIPREME ZA FENG SHUI PROJEKAT

• *"Feng Shui Institut – Sandra Drinčić" sprovodi jedinstveni sistem uređenja prostora, koji podrazumeva prvo radiestezijski pregled, pa pročišćenje prostora, i tek onda sprovođenje Feng Shui projekta. Šta sve to zapravo znači i kako to izgleda u praksi?*

- Radistezijski je neizbežan deo dijagnostike i analize, jer ne mogu da uredim jedan prostor ili da projektujem novogradnju ako prvenstveno nisam proverila postojanje mogućih negativnih štetnih zračenja, izbegla ih ili neutralisala.

Pročišćenje prostora je neophodno, jer kao što jedan ljudski organizam (pre lečenja alternativnim sistemima) moramo da podvrgnemo detoksikaciji kako bi "prodisao", isto to važi i za nekrenine. Svaku nekreninu energetski treba da pročistimo i da je pripremimo za Feng Shui projekat. Kakve su energije prethodnika, energije zemljišta i šta se sve dešavalo pre novih korisnika i nije toliko bitno, koliko je bitno taj isti prostor od svega toga pročistiti. Napominjem, poenta je u energiji, vrsti kretanja, kvalitetu, jačini i, na kraju, u njenom toku. Ne možemo da pokušamo da uskladimo nove korisnike sa nepročišćenim prostorom bez ovog dela pret-pripreme.

Tek nakon ovih sistema sprovedim Feng Shui projekat kompletnog uređenja ili preuređenja, postavke korektivnih mera, neutralizaciju negativnih stanja koja ne mogu da se promene i aktiviranje pozitivnih tačaka proračuna.

Svaki projekat se radi veoma detaljno, studiozno i ozbiljno sa svim vrstama bitnih proračuna (da li je u pitanju stambeni ili poslovni prostor) i sve se klijentu predaje u pisanoj formi. Rođena sam u Nemačkoj i tamo važi pravilo da reč nije dovoljno sigurna koliko pisana izjava.

PRVI FENG SHUI HOTEL U SRBIJI

• *Sarađujete sa mnogim javnim ličnostima i uspešnim poslovnim ljudima, ali i sa hotelijerima. Zahvaljujući vama, Beograd i Srbija su pre par godina dobili prvi Feng Shui hotel – "88 rooms". Možete li nam otkriti kako je tekao taj projekat?*

- Sudbinski sam povezana sa hotelijerstvom i ugostiteljstvom. Odrasla sam u takvoj porodici. Moja majka je bila upravnik jednog hotela, stric – direktor drugog, strine – šefovce kuhinja, a otac je i dan-danas ugostitelj u Nemačkoj. Ranije nisam obraćala pažnju na njihove

poslove i nikada o tome nisam razmišljala, ali kada mi se ukazala prilika da deo svoje stručnosti prikažem i u toj delatnosti, osetila sam veliko zadovoljstvo i sreću.

Hotel "88 Rooms" počeo je sa radom pre godinu i po dana. Svega godinu dana od početka rada, ovaj hotel dobio je "TripAdvisor"-ovu nagradu "Travellers' Choice" za najbolji hotel 2015. godine u Srbiji, što je dokaz vrhunskog profesionalizma rukovodioca, ali i uticaj pravog Feng Shui rada na njemu.

Početak rada je podrazumevao odabir najboljeg mesta od ponuđenih pet lokacija za budući Feng Shui hotel. Kada sam uradila proračune svih lokacija, sigurna sam bila da će ova lokacija u Takovskoj ulici (iako nijedna nije bila 100% idealna), biti najuspešnija i najbolja za nove vlasnike. Proračuni su se odnosili na slaganje pozicije zgrade sa datumima rođenja oba vlasnika, a nakon toga, energetsko stanje zgrade i mogućnosti njenog preuređenja u hotel. Malo je bilo razmimoilaženja u mišljenju arhitekata po pitanju broja soba, ali na kraju je opet sve proteklo po principu metafizike i Feng Shui energije.

Zgrada se nalazi na energetski veoma pozitivnom mestu, što me je prilično iznenadilo prilikom prvog "pregleda". Prethodna firma je dugo godina uspešno poslovala na ovom mestu i iselila se u još veći objekat, što je po pitanju "energije prethodnika" bila odlična informacija. Zgrada sigurno nije bila krečena poslednjih deset godina, ali ni u jednom njenom delu nije bilo ispucalih zidova, nigde nije postojala vlaga ili buđ (čak ni u podrumima), što je takođe bio dobar znak pre svih mojih proračuna.

TOK ENERGIJE ODREĐUJE TOK NOVCA

• *Šta sve treba izbegavati u hotelskom enterijer, a na šta sve treba obratiti pažnju kako bi hotel uspešno poslovao i gosti se u njemu dobro osećali?*

- Prvenstveno na poziciju hotela, položaj zgrade u odnosu na okolinu, vidljivost ulaza i prilazni deo. Kojim putem se i kako dolazi do ulaza u hotel, tako dolazi i energija. Energija u poslovnom prostoru je energija novca! Kakav je njen tok – takav će biti i tok novca. Pri pregledu hotela, prvo se radi analiza okoline i prilaznog dela. Ovo su ključne korekcije na Feng Shui projektu. Energiju moramo da "dovučemo" do hotela ako je hotel nema i loše posluje, pa tek nakon toga sledi sve ostalo.



Ulazni deo predstavlja ulaz energije, novih mogućnosti, novih klijenata, ali i novca, i on je druga bitna stavka pri analizi rada jednog hotela. Ovde treba izbegavati loše sisteme otvaranja vrata, loše pozicije ogledala u ulaznom holu (vrata ne smeju da se vide u ogledalu, jer će se sve ono što treba da "uđe", ako se pogleda u njemu, vratiti nazad).

Svaki ulazni deo treba da ima određenu fokus tačku dobrodošlice – aranžman cveća ili neku statu u obliku obeležje hotela. Temperatura ulaznog dela i miris su ključni za gosta koji ulazi prvi put u hotel. To mora da mu ostane upamćeno kao specifičan momenat. Muzika, zvuk, ton, da li je galama ili je totalna tišina... Poenta je u uticaju na osobu sistemom pet elemenata – pet čula.

Pozicija recepcije veoma je bitna, jer to je mesto gde se gost prima, i ona treba, po Feng Shui projektu, da bude dobro pozicionirana u odnosu na ulaz. Kako se gost prima na recepciji, pri-



Feng Shui is not a magic wand, as many think, nor the use of decorative figures and interior decoration, but control of energy flows and their direction towards the welfare of a man, his life and business – reveals Sandra Drinčić, the only graduated expert in Serbia specialized for this ancient Chinese philosophy.

tom je i mesto uzimanja novca – veoma je važna.

Pravilo ogledala važi i za sobe. Obavezno je izbegavanje njihove postavke u delu sobe gde se može ogledati krevet, jer tada gost neće moći dobro da spava, a ako ne spava dobro, neće pozeleti opet da dođe. Hotel u Dubaiju "Burj Al Arab" ima iznad svakog francuskog kreveta na plafonu iste površine i ogledalo u kom se gost ogleda dok leži. Mnogi moji klijenti koji su ga posetili, žalili su se na nesanicu.

Takođe, dizajn koji podrazumeva lance (a to je poslednjih godinu dana česta pojava) nije dobar, jer može metafizički da prizove probleme.

BOJE I ENERGETSKA PRIČA KOJA SE PAMTI

• *Veliki uticaj imaju i boje u enterijeru. Koje boje treba da dominiraju u hotelskim sobama, koje u restoranu, lobiju, hodnicima...? Koliko je važan i položaj prostorija u odnosu na strane sveta?*

- Psihologija boja je neverovatna. U Business Feng Shui sistemu postoje tačno određena pravila upotrebe boja. Isto važi i za kompasne direkcije pozicije hotela, jer se na osnovu njih i uređuje kompletan hotel. Uređenje se jednim

delom i usklađuje sa datumom rođenja vlasnika hotela. Sve što mogu da vam kažem, a da ne izlazim iz sfere profesionalnog rada (svaki hotel je priča za sebe) je sledeće: ono što želite u određenom delu – tako i uređujete. Šta to znači?

Sobe se uređuju sa neutralnim baznim bojama: krem, bež, šampanj, i detaljima, na primer, boje lavande – za miran san. Lobi treba da ima jače boje (yang) i to u detaljima, kako bi kod gosta izazvao prijatan osećaj. Restoran – obavezne mešovite crvene i narandžaste, jer su to boje koje podižu apetit. Hodnici treba da imaju usklađenu rasvetu (rasveta je raspoloženje, ali i energetski nivo) i "usmerivače" energije (postavka deko elemenata) radi boljeg energetskog toka. Ako je energetski tok dobar, onda će se i te sobe češće koristiti.

• *Koji su vaši saveti pri uređenju hotelskog vrta i pristupa hotelu?*

- Svaki vrt i pristup hotelu treba da budu vizit karta tog hotela. Da pričaju energetsku priču koja se pamti. Gost treba da uživa i da poželi da dođe ponovo. Deo za sedenje treba da omogući gostu da ima kontakt sa energijom zemlje, ali i deo gde će imati kontakt sa energijom

neba. Ovdje ne mislim na garniture za sedenje, već na klupe na travi, u paviljonu, između zen kamenja...

VODA KOJA RUŠI POSLOVANJE

• *Da li je prisustvo vode – fontana, bazena, vodenih zidova... dobro ili loše za hotelsko poslovanje?*

- Pogubna je postavka bilo kog oblika vode iza hotela. Jedan prelep hotel u Zagrebu imao je, pre nego što je banka pokrenula njegovu prodaju, ogromne fontane u pozadini... Dovoljno sam vam rekla. Voda iza hotela "odnosi" sve i ruši poslovanje. Takođe i iznad (bazen, fontana ili spa na poslednjem spratu). Ovakav hotel može da posluje maksimalno 5 godina. Ako se radi Feng Shui projekat preuređenja, sve navedene stvari mogu da se ublaže do 80%, a time i da se poboljša poslovanje.

Vodeni elementi se postavljaju samo nakon ozbiljnih proračuna. Sistem Feng Shui "letećih zvezda" je ključan za ovo. Nekada vlasnici dozvole arhitektama da postave fontanu po svom izboru, ali ako je ona postavljena na lošu "leteću zvezdu" koja izaziva sudske sporove... šta ćemo onda da radimo?

• *Naposletku, možete li našim čitaocima otkriti nekoliko univerzalno primenljivih Feng Shui tajni koje mogu da doprinesu njihovom uspehu na ljubavnom, finansijskom i poslovnom planu?*

- Na taj način ne mogu. Na velikim predavanjima i radionicama koje održavam, i koje traju bar dva sata, mogu malo bolje da objasnim pravila koja pomažu u poboljšanju navedenih aspekata života. Ipak sam ja predavač, i kada bih davala mini savete, izašla bih iz sfere svog profesionalizma. No, na jednu ključnu stvar mogu da podsetim vaše čitaoce, a to je reč i emocija koju oni vremenom zaborave zbog svojih velikih poslovnih preokupacija i problema: LJUBAV. Ljubav je ključna tajna ovog našeg univerzuma. Dajte ljubav svom domu kada ulazite u njega, svom hotelu kada mu prilazite, svakom radniku, kolegi i zaposlenom. Jer ono što pružate, to ćete i da dobijete. Kada dajete ljubav prostoru i ljudima oko sebe, zaslužujete blagoslove neba koje ćete sigurno uskoro primiti.

Biljana Bosnić



Brend koji brine

Od kada je otvorio svoja vrata u novembru 2012. godine, hotel „DoubleTree by Hilton Zagreb“ dočekuje sve svoje goste legendarnim toplim kolačićem s komadićima čokolade, gostoljubivošću i personaliziranom uslugom. „DoubleTree by Hilton Zagreb“ pruža gostima celokupni asortiman usluge i pogodnosti, uključujući 152 sobe, 385 kvm prostora za sastanke, unutrašnji bazen, besplatni wi-fi internet dostupan u svim sobama i javnim prostorima, kao i samostalni restoran „OXBO Urban Bar & Grill“.

Među posebnim uslugama ovog brenda je „Wake Up DoubleTree Breakfast™“, asortiman gurmanskih čajeva i kafa dostupnih u sobama, osvežavajući niz „Citron body care“ proizvoda iz kompanije „Crabtree & Evelyn“, a sve sobe imaju nadograđene sadržaje DoubleTree by Hilton Sweet Dreams Sleep Experience. Industrijski prepoznata kultura usluge izgrađena je oko motoa brenda C.A.R.E., Creating A Rewarding Experience, (Stvaranje iskustva vrednog nagrade) za goste, zaposlene i zajednicu. Tako su trud i briga prepoznati kod Nikole Hercega, HHonors



Since it opened its doors in November 2012, the Doubletree by Hilton Zagreb welcomes all its guests with legendary chocolate chip cookie, hospitality and personalized service. Doubletree by Hilton Zagreb offers guests a whole range of services and facilities, including 152 rooms, 385square meters of meeting space, indoor pool, free Wi-Fi internet available in all rooms and public areas, as well as independent restaurant OXBO Urban Bar & Grill. New GM at the Doubletree by Hilton Zagreb is Josipa Jutta Ferlan.

JOSIPA JUTT FERLAN NOVI GM HOTELA „DOUBLE TREE BY HILTON ZAGREB“

Sedamnaestogodišnju karijeru u turizmu i hotelijerstvu, Josipa Jutt Ferlan započela je u poznatom Kvarner Expressu u Opatiji, a dugogodišnje hotelijersko iskustvo sticala je tokom 8 godina na raznim pozicijama unutar odeljenja prodaje i komercijalnih poslova, i kao direktor prodaje u „Regent Esplanade Zagreb“ hotelu. Provela je više od 5 godina na poziciji generalnog direktora hotela „Palace“ u Zagrebu, člana „Worldhotels“-a. Pored operativnih pozicija tokom karijere, Josipa se aktivno bavila i strateškim razvojem hotelskih projekta, savetovanjem, edukacijama i coaching-om.

Josipa Jutt Ferlan, novoimenovana generalna direktorka hotela „DoubleTree by Hilton Zagreb“ komentarisala je svoju novu ulogu rekavši: „Radujem se novoj ulozi u nagrađivanom hotelu kao što je „DoubleTree by Hilton Zagreb“ i želim da nastavim sa puno entuzijazma s misijom brenda - pružanje pažnje, topline i brižne uslugu našim gostima. Moje iskustvo u međunarodnoj prodaji i veliko znanje o lokalnom konkurentskom tržištu zasigurno će doprineti tome da „DoubleTree by Hilton Zagreb“ i dugoročno ostane na poziciji jednog od vodećih hotela u Hrvatskoj.“



Guest menadžera, koji je nedavno osvojio vredno priznanje, Spirit of Care Award. Ova nagrada se dodeljuje jednom zaposlenom od hiljadu nominacija koje pristižu iz svih hotela „Hilton“ grupacije, a dobija je zaposleni koji se posebno istaknuo u svom radu u zajednici, brizi za ostale zaposlene i kolege i pružanju najbolje usluge gostima.

Vrhunski smeštaj, besprekorna usluga i ljubavno i profesionalno osoblje samo su jedan od razloga zašto gosti ostaju verni hotelu „DoubleTree by Hilton Zagreb“. Razlog više je i „Hhonor“ program lojalnosti, čiji članovi postaju više od gostiju - postaju članovi porodice Hilton. „Hhonor“ članovi mogu već od prvog dana da

uživaju u jednoj od brojnih pogodnosti, od besplatnih noćenja i ekskluzivnih ponuda u preko 4.440 hotela u 93 zemlje, do Digital Check In-a, revolucionarne usluge koju je „Hilton“ kao prvi hotelski lanac na svetu ponudio svojim najvernijim gostima. Digitalni Check in je aplikacija koje je lansirana u julu 2014. godine, a kojom gosti imaju neviđen izbor i kontrolu nad celim boravkom u hotelu; s mogućnošću da se prijave i izaberu svoju sobu sa digitalnih prostornih planova, odaberu sobu više kategorije ili naruče piće i hranu u sobu pre dolaska. A sve to sa svojih mobilnih uređaja, tableta ili računara. Gosti će takođe biti i u mogućnosti da se odjave iz hotela pomoću ove tehnologije.

GOSTOPRIMSTVO – tajna uspeha i dugotrajnosti

Filozofija našeg poslovanja svodi se na to da nije najbitnije imati dobru uslugu, već ponuditi gostoprimstvo – da se svaki gost koji dođe u naš hotel oseti izuzetno cenjeno i uvaženo, da bude uslužen i počašćen dobrom i kvalitetnom hranom, a nadasve toplinom. Jer, ništa ne može zameniti lep osmeh i pogled, topao stisak ruke, toplu reč i dobrodošlicu, tu energiju koju mi gostima ovde dajemo – otkriva tajnu uspešnog poslovanja hotela „Moskva“ F&B menadžer Zoran Prtenjak.

Postoji u beogradskim letnjim večerima jedno međuvreme (između 7 i 9) koje je nemoguće izdržati u kući... U to vreme dobro je sedeti u platnenim stolicama ispred hotela „Moskva“ i posmatrati uzavrelu svetinu – veliki gradski vir što guta lica sudbine... I usred matice tog neprekidnog, uzgibanog živog tkanja, koje teče od Terazija ka Slaviji, poput šačice brodolomnika na uzdignutom splavu, koji sa svih strana zapljuskuju ravnodušni talasi, nekada davno, kada sam još bio mlad, muzicirala je poslednja animir-kapela – zapisao je legendarni hroničar beogradskog duha Momo Kapor. I danas, u sličnom ambijentu čuvene letnje bašte hotela „Moskva“, gosti uživaju u istom prizoru, uz prijatne zvuke ambientalne muzike, dok ispijaju tradicionalnu kaficu ili degustiraju omiljenu tortu "Moskva šnit", koja i posle 40 godina ima isti, nedoljiv ukus. Ova kulturna bašta bila je i ostala epicentar najvažnijih gradskih zbivanja i mesto okupljanja kako umetnika, književnika, državnika, tako i običnog sveta iz zemlje i inostranstva... Upravo tu, razgovaramo sa **Zoranom Prtenjakom**, F&B menadžerom ovog hotela, svojevrsnog simbola prestonice, koji duže od jednog veka uspešno neguje svoj stil.

NEVIDLJIVA PLOČICA SA ZAHTEVOM ZA PAŽNJU

- Cela filozofija našeg poslovanja svodi se na to da nije bitno imati samo dobru uslugu, već gostima ponuditi gostoprimstvo. To je skup brojnih sitnih radnji koje mi činimo gostima da se oni osećaju prijatno, lepo i dobrodošlo. Usluga je samo tehničko iznošenje proizvoda pred gosta, a gostoprimstvo je kako se naš gost oseća dok mu iznosimo taj proizvod. Tu je velika razlika. Mi konstantno podsećamo naše osoblje da svaki čovek na ovom svetu hoda sa jednom nevidljivom pločicom, koja mu visi oko vrata, i na kojoj piše „Učini me da se osetim važnim“. Naš zadatak je da imamo dovoljno izoštren vid, kako bismo primetili koliko jako sija ta pločica – kod nekoga blješti jače i njemu treba pokloniti mnogo pažnje, a



The philosophy of our business comes down to the fact that it is not essential to have a good service, but to offer hospitality – that each guest who comes to our hotel feels very appreciated and respected, to serve him good quality food, and above all, warmth. Because, nothing can replace a nice smile and look, a warm handshake, a warm welcome, the energy that we give to our guests – reveals the secret of successful operation of the Hotel Moskva, F&B manager Zoran Prtenjak.

opet, nekome je to manje-više nebitno i njega treba pustiti da uživa u svom miru – otkriva naš sagovornik tajnu dugovečnosti i dobre reputacije hotela „Moskva“, te dodaje:



- Gostoprimstvo može da počne i pre nego što vaš gost dođe u hotel. Nedavno sam, prolazeći kroz spisak rezervacija, primetio da na jednoj rezervaciji za večeru piše „50 godina braka“. Složićete se, to je u današnje vreme velika stvar. Uzeo sam telefon gospođe koja je bila kontakt, pozvao taj broj, predstavio se, čestitao jubilej, zahvalio se što su odlučili da tako bitan moment podele sa nama i rekao joj: „Samo ponesite dobro raspoloženje, dobar apetit i budite naši gosti“. Siguran sam da sam toj gospođi dao povod da o tome priča svim svojim prijateljima. Pritom, vi na ovaj način unapređujete svoje poslovanje, jer nema boljeg marketinga za hotel, restoran, ili bilo koju organizaciju, nego kada ljudi pričaju o svom iskustvu koje su tu doživeli. Mi smo na taj način uspeali da filozofiju gосто-



OMILJENI „MOSKVA ŠNIT“ I TARTAR BIFTEK

Od šefa kuhinje **Aleksandra Đorđevića**, saznajemo da je omiljeno jelo gostiju hotela „Moskva“ tartar biftek, a od poslastica – neprevaziđeni „Moskva šnit“. Ponos hotelskog restorana je i tradicionalna mučkalica, pravljena po receptu iz 1935. godine! U restoranu hotela „Moskva“ gosti mogu degustirati izuzetno ukusna flambirana jela, čija priprema predstavlja posebnu atrakciju za posetioce ovog kulturnog zdanja u srcu prestonice.

primstva zaista postavimo na visok nivo, i da se svaki gost koji dođe u naš hotel oseti izuzetno cenjeno i uvaženo, da bude uslužen i počašćen dobrom, kvalitetnom hranom, dobrom tortom i kafom, a nadasve jednom iskrenom toplinom. Jer, ništa ne može zameniti topao osmeh i pogled, blag stisak ruke, toplu reč i dobrodošlicu, tu energiju koju mi gostima ovde dajemo – kazuje Prtenjak, koji svoje višegodišnje iskustvo, sticano u prestižnim njujorškim restoranima i hotelu, već pet godina prenosi na zaposlene u „Moskvi“.

REZULTATI HVALE VREDNI

Da ovakva poslovna filozofija donosi uspeh, potvrđuje činjenica da je hotel „Moskva“ trenutno jedan od najposećenijih u gradu!

- Popunjenost naših kapaciteta ovog leta bila je iznad 85 odsto! Ako pogledate ocene na „Booking“-u, hotel „Moskva“ ima skoro najvišu ocenu u gradu za čistoću hotela, što je mnogim gostima, složićete se, i najvažnije. Gosti se za naš hotel odlučuju kako zbog lokacije, tako i zbog samog zdanja, ali ono što je nama najdraže, to je da se naši gosti vezuju za naše osoblje i da još s vrata pitaju za „svog“ recepcionera, sobaricu, konobara... „Moskva“ je zaista dragulj među beogradskim hotelima i nalazi se pod zaštitom države. Kada dođete u ovaj hotel, tu svaki ugao „mirišće“ na istoriju, protkanu važnim ličnostima koje su ovde boravile. S druge strane, hotel „Moskva“ je istovremeno i jedan od najsavremenijih hotela u Beogradu – kompletno je renoviran pre pet godina, poseduje najmoderniju audio, video i digitalnu opremu, potpuno nove sisteme klimatizacije i protivpožarne zaštite. Vodili smo računa o svim savremenim aspektima hotelijerstva, a opet, zadržali smo tu dušu hotela, koju posle renoviranja nismo izgubili – tvrdi F&B menadžer ovog hotela, čija kafeterija, po njegovim rečima, godišnje ugosti više od 150.000 gostiju, a restoran „Čajkovski“ – više od 20.000!

- U prvih sedam meseci ove godine, procenat rasta gostiju restorana „Čajkovski“ iznosi dobrih

35% u odnosu na prethodnu godinu. Jako smo ponosni na to da, i pored velike konkurencije u vidu poznatih beogradskih restorana, jedan hotelski restoran tako dobro napreduje i da se o njemu priča u gradu, po medijima i na društvenim mrežama. Ceo naš tim je zaslužan za taj uspeh i ovakvu geometrijsku progresiju koju ostvarujemo iz godine u godinu – tvrdi Zoran Prtenjak, pod čijom je nadležnošću kompletan sektor hrane i pića ovog hotela, kao i četiri banquet sale, a odnedavno i „Moskva Bar“.

„MOSKVA BAR“ – MESTO ZA HEDONISTE

- U pitanju je prelep ambijent namenjen hedonistima – ljudima koji znaju da cene dobro piće, dobru cigaru, prijatnu atmosferu i vrhunsko gostoprimstvo. Veoma smo ponosni na „Moskva Bar“ u koji se ulazi direktno iz Balkanske ulice. Otvoren je, kako za goste hotela, tako i za naše sugrađane, u periodu od 10h ujutru do 1h posle ponoći. To je idealno mesto za ljude koji žele da se opuste posle posla, svrate na martini, čašu dobrog viskija, vrhunskog konjaka... mesto gde mogu da kupe kubansku cigaru... Mislim da je Beogradu nedostajao jedan takav bar, u kom će se održavati i tematske večeri, sa živom džez svirkom. Uveren sam da će to gosti prepoznati i da će se tu iznova vraćati, baš kao i u naš hotel, kafeteriju ili restoran. Jer, opstanak i napredovanje u ovom poslu zavise isključivo od stalnih gostiju – zaključuje naš sagovornik.

Biljana Bosnić

DI VINE

Vinski dragulj Crne Gore



Nadomak Podgorice, u tradiciji i zdravica-
ma mestu poznatom kao Rupice ko-
manske, na 70 m nadmorske visine proizvodi
se vrhunsko crveno vino - DI VINE.

Tu, na parčetu blagorodne zemlje, zaštićenom
od vetra starim stablima smokava, dunja i
krušaka, gaji se 1.500 čokota vinove loze: dve
autohtone sorte „vranca“ i „kratošije“ i dve
italijanske sorte „sangiovese“ i „marselan“.

Tokom celog dana, vinograd je okupan
suncem, a mir mu remete samo preleti ptica.
Način njegovog održavanja je tradicionalan i
ekološki: berba se obavlja ručno, u korpama
od pruća, a za vino se biraju samo najbolja
zrna.

Nakon što vino odleži šest meseci u buradima
od inoksa, drži se još pola godine u hrastovim
buradima i tek se nakon toga flašira u tamne
boce.

Rezultat tog procesa je DI VINE – vrhunsko
crveno vino sa geografskim poreklom,
intenzivne rubin boje, složene voćne arome sa
dominantnim mirisom trešnje, punog i
harmoničnog ukusa, jačine 13.6% v. Njegov
ukus i pitkost preporučuju ga podjednako uz
jela od ribe i mesa.

Dajući prednost kvalitetu u odnosu na kvan-
titet, proizvodnja ovog „božanskog nektara“
limitirana je na 1.200 buteljki. Osim vina,
ovde se proizvodi i rakija DI LOZA od zrna
„vranca“ i „kratošije“, jačine 48%, ograničene
serije, u pakovanju od 0,5 l.



In Montenegro, near Podgorica, in the place known as Rupice komanske, at 70 m above sea level is produced quality red wine with geographical indications - DI VINE, „divine nectar“ in which were found the best of two indigenous varieties of vines „vranac“ i „kratošije“ and two Italian varieties „Sangiovese“ i „Marselan“. The wine has an intense ruby color, complex fruity aromas with dominating scents of cherries, full and harmonious taste, strength 13.6% v, and is produced in a limited quantity of only 1,200 bottles. This exclusive wine was drunk in Montenegro and many European courts. The wine from the same vineyard participated back in 1907 at the Balkans Exhibition in London, and this year, in the same city, „DI VINE“ for the first time participated in the scorecard at the "Decanter World Wine Awards 2015" in the category of expensive wines and won – a bronze medal.



Vino iz ovog vinograda je još davne 1907. godine učestvovalo na Balkanskoj izložbi u Londonu, gde je crnogorsku izložbu za četiri meseca, koliko je bila otvorena, posetilo 1.285.000 ljudi, a kao dobro i visokokvalitetno vino, pilo se na crnogorskom i mnogim evropskim dvorovima.

Ove godine, u istom gradu, „DI VINE“ je prvi put učestvovalo na ocenjivačkom sajmu „Decanter World Wine Awards 2015“ i osvojilo bronзанu medalju u kategoriji skupih vina.

Vlasnica vinograda Dubravka Ivanišević smatra da je od svih medalja ipak bolja preporuka dobrih poznavalaca vina. Na pitanje: da li planira proširenje asortimana, kroz osmeh odgovara da će i ubuduće proizvoditi samo jedno i to visokokvalitetno vino, koje je trenutno moguće degustirati samo u renomiranim ugostiteljskim objektima u Crnoj Gori, a uskoro će to biti moguće i u jednoj poznatoj vinoteci u Beogradu, kao i u nekoliko prestoničkih restorana i hotela.



e-mail: di@t-com.me
Mob. tel: +382 68 313 068

Nove forme rada i radnog angažovanja u oblasti turizma

Ivana Mišković

Prof. dr Dragica Tomka

U doba postfordizma mnoge vlade širom sveta, i u turizmu, već duže vreme promovišu nove fleksibilne oblike rada. Programi za razvoj preduzetništva, podrška permanentnom celoživotnom obrazovanju, krediti za prelazak na nova radna mesta, programi razvoja kreativnih industrija i drugi, spadaju u široko polje državne intervencije.

Iz ugla radnika, postfordizam donosi nove oblike obučavanja, regrutovanja, selekcije, rada, otpuštanja, te socijalne zaštite.

SVETSKI TRENDVI U OBLASTI RADNOG ANGAŽOVANJA

Da turistički sektor zbog intenziteta zavisnosti od ljudskog faktora ima drugačiju strukturu od ostalih privrednih grana već je svima dobro poznato, kao i podatak da će do 2020. godine obezbeđivati 9.2% svih radnih mesta u svetu, odnosno da će jedan od 10.9 poslova dolaziti iz ove delatnosti. Međutim, ono što je javnosti možda manje poznato jeste da će do 2050. godine u ekonomski razvijenom svetu u potpunosti nestati pojam „stalno zaposlenog“.

No, to nije razlog da se brinemo za sudbinu svojih potomaka, budući da se pred njima već otvaraju jedna druga vrata iza kojih ih možda čeka i srećnija sudbina od one na koju danas gledaju sa podozrenjem, znajući kako je raditi za drugoga.

Ako se osvrnemo na aktuelne svetske trendove, videćemo da rad postaje sve mobilniji, elastičniji i promenljiviji, uočićemo neke nove modalitete zapošljavanja koji daju prioritet fleksibilnoj radnoj snazi. Prema istraživanjima vršenim u SAD od sredine 80-tih, svaki peti posao u toj zemlji pripada nekoj od novih formi atipičnog rada, gde radnici vode tzv. „freelance - portfolio život“. U ovoj novoj formi zapošljavanja najvažnije je šta znamo da radimo i kako smo to radili do sada, tj. koje smo rezultate postigli, a ne koju, odnosno kakvu, diplomu posedujemo. Ključni aspekt u savremenom konceptu zapošljavanja postaje pitanje ličnih kompetencija.

Preduzeća koja su u svetu giganti na polju menadžmenta talentima, među kojima su



Kokreacija, animacija, storytelling – tražene tehnike kreiranja doživljaja u turizmu

vođeće kompanije iz oblasti IT-a, oko sebe izgrađuju krugove saradnika koji se angažuju po principu *outsourcing*-a, u određenom trenutku, sa određenim zadatkom i uz adekvatan honorar, dok se firma oslobađa nepotrebnih „zaliha“ radne snage i troškova. Ovaj trend poznat je i kao „post-fordizam“, koji karakteriše prelaz na fleksibilniju organizaciju, raspršene lokacije proizvodnje (po čitavoj zemlji ili čak svetu) i pod-ugovorne odnose sa mnoštvom pojedinaca i manjih kompanija, uz čiji angažman je moguće ponuditi široku lepezu proizvoda namenjenih određenim segmentima tržišta i

dati brze odgovore na potrebe potrošača.

Zbog činjenice da moderni turisti nisu pasivni korisnici usluga, već pokazuju interesovanje za aktivnim učešćem u kreiranju sopstvenih doživljaja i tragaju za autentičnim iskustvom, od turističkih radnika očekuje se da „oslušuju“ potrebe tržišta, deluju proaktivno i odgovaraju na zahteve brže nego ikada ranije, vešto koristeći informacione tehnologije i govoreći više stranih jezika. Turistički radnici moraju poznavati psihologiju potrošača, njihove stilove ponašanja i zakone funkcionisanja procesa putovanja, kao i kreiranja paketa usluga koji će

po tipu, obimu, dužini i mestu odgovarati trenutnim potrebama turista. Štaviše, kreiranje i pružanje usluga u turizmu već postaje borba u kojoj se samo kreativnošću i kvalitetom može „savladati” najveća konkurencija, a to su turisti koji samostalno kreiraju svoje putovanje.

Kako bi se pronašao odgovor na pitanje da li postojeći sistem obrazovanja u Srbiji može da odgovori na zahteve kapricioznog postmodernističkog tržišta, na *Fakultetu za sport i turizam - Tims iz Novog Sada* sprovedeno je istraživanje sa zadatkom da se otkrije koji je trenutno dominantan, a koji nedostajući, oblik znanja i veština koje nude studijski programi namenjeni visokom obrazovanju radne snage u turizmu.

„**Kreiranje predloga politike zapošljavanja i radnog angažovanja u turizmu i komplementarnim sektorima u Vojvodini**“ naziv je još jednog u nizu projekata od nacionalnog značaja podržanog od strane Pokrajinskog sekretarijata za nauku i tehnološki razvoj na kom je bilo angažovano devet istraživača sa *Fakulteta za sport i turizam iz Novog Sada*.

ŠTA NEDOSTAJE VISOKOM OBRAZOVANJU U TURIZMU?

Detaljnijom analizom sadržaja kurikuluma devet fakulteta i tri visoke škole iz Srbije, identifikovane su, vrste kompetencija za čije sticanje su planirani programi studiranja i izdvojene su ključne kompetencije za uspešno obavljanje poslova u ovoj oblasti. Sa druge strane, iz intervju sa poslodavcima u turističkom sektoru mapirana su znanja i veštine sa kojima se mladi pojavljuju na tržištu rada.

Iako se stručno-aplikativna znanja, u manjoj ili većoj meri, stiču na svim posmatranim institucijama, poslodavci jednoglasno tvrde da diplomirani stručnjaci za menadžment u turizmu ne vladaju stručnom terminologijom, nisu im poznate osnovne administrativne procedure, a još manje zakonske regulative. Mnogi su istakli da je u velikoj većini slučajeva bilo neophodno dodatno raditi na usavršavanju poslovne komunikacije, ne samo na stranim, već i na maternjem jeziku. Međutim, ono što je takođe jedinstveni stav poslodavaca je da (ne)znanje nije najveći problem koji se javlja kod regrutacije kadrova, već je to volja za radom, motivisanost i želja za učenjem.

„*Ja verujem da je svako iz školovanja izašao uskraćen za nešto, možda za neku dozu sigurnosti, možda za neko znanje, možda za neki dodatni strani jezik. Bitno je da radnik ima volju i želju. Onda se sve nauči.*“ (iskaz jednog od sagovornika)

U praksi se pojavljuje problem kada mlade osobe sa fakultetskom diplomom, ali bez radnog iskustva, želeći odmah po diplomiranju da postanu menadžeri, odbijaju zaposlenje ukoliko im se ponudi niža pozicija (npr. konobar ili sobarica), što nije slučaj kada odu u inostranstvo. Naravno, adekvatna novčana nagrada biva dovoljno jak motiv da se lako pređe preko principa, za čije postojanje često treba kriviti i roditelje. Prema rečima poslodavca iz jednog novosadskog hotela, mladi koji se vraćaju sa *Work & Travel* programa i turističkih brodova pokazuju se kao naj-

CELOŽIVOTNO OBRAZOVANJE I STICANJE KOMPETENCIJA SU OSNOV USPEŠNOG RADA U TURIZMU

Fakultet za sport i turizam omogućava kandidatima koji su već upisani ili su završili školovanje na nekoj od visokoškolskih ustanova iz oblasti turizma ili srodnih studijskih programa (fakulteti, visoke škole, više škole) da nastave svoje studiranje na osnovnim studijama na akreditovanom studijskom programu **Menadžment i biznis u turizmu** (240 ESPB, četvorogodišnje akademske studije) i na master akademskim studijama na akreditovanom studijskom programu **Turizam i razvoj** (60 ESPB, jednogodišnje master studije).

Doktorske studije turizma su trogodišnje, sa fokusom na održivi razvoj u turizmu.

Osim na studijske programe turizma Fakultet upisuje studente i na studijske programe:

- **Fizičko vaspitanje i sport** (osnovne, master i doktorske)
- **Sportska i medicinska psihologija** (osnovne i master)



Za sve informacije o posebnim uslovima studiranja za zaposlene obratite se na kontakt adrese fakulteta.



FAKULTET ZA SPORT I TURIZAM

Fakultet za sport i turizam
Radnička 30a
21000 Novi Sad

Tel: +381 21 530 600
Fax: +381 21 530 231
info@tims.edu.rs



Interakcijom i sinergijom profesora, stuenata i stručnjaka iz prakse do primenjivih praktičnih znanja

kvalitetnija radna snaga koja je prošla odličan „dril“ i sada zna kako pravilno da vrednuje svoje znanje i iskustvo.

Kada su u pitanju obrazovni profili koji su prioritetni kod zapošljavanja u turističkim organizacijama, ističu se turizmolozi, ekonomisti i programeri. Međutim, u agenciji koja sve više prelazi na onlajn poslovanje, ističu da se kreativne osobe koje poseduju informatička znanja, veštinu lepog pisanja, koje su duhovite, kreativne i snalažljive, mogu veoma brzo i lako uključiti u rad, bez obzira da li su studirale turizam ili ne. Pored poznavanja stranih jezika i osnovnih informatičkih znanja, prednost pri zapošljavanju svakako imaju oni koji poznaju rad na sistemima za rezervaciju smeštaja, izdavanje avio karata i rad u *WordPress*-u ili nekom drugom programu za kreiranje veb sajtova. Sve više se traži pisanje blogova, putopisa i marketing na društvenim mrežama. Na pitanje u vezi sa poželjnim karakteristikama, poslodavci su istakli komunikativnost i spremnost na timski rad, ljubaznost, odgovornost, poštenje, snalažljivost i samoinicijativnost.

KUDA I KAKO DALJE?

Rezultati izneti u ovom tekstu su samo deo jednog u nizu istraživanja koja su pokazala kako je fakultetska diploma samo ulaznica, ali ne i garancija višeg nivoa opšteg obrazovanja i informisanosti, dok su lična inicijativa, rad na sebi i stalna nadogradnja, ono što za mladu osobu može biti ulaznica za uspešnu karijeru.

Činjenica da diploma iz oblasti turizma, barem u Srbiji, gubi na „težini“ i sve manje garantuje zaposlenje u struci, upućuje fakultete na implementaciju inovativnih znanja i metoda nastave. U skladu sa potrebama tržišta rada, oni mogu pružiti priliku svima koji žele da obogate svoj portfolio sticanjem kompetencija (u vidu bodova, sertifikata ili samo znanja) kroz kurseve, radionice, okrugle stolove, terenski rad, programe za podršku preduzetnicima, angažovanje na projektima i slično, i tako daju podršku prelasku na nove oblike (samo)zapošljavanja i free-lancing. S druge strane, Zakon o turizmu ili druge regulative (ako to već ne radi samo tržište) morale bi uspostaviti obavezu kontinuiranog osavremenjavanja znanja, sticanja sertifikata i licenci koje izdaju ovlašćene institucije, a koja bi morala podrazumevati kako teorijska, tako i praktična znanja i veštine koje turisti od svojih domaćina očekuju.

Kreativni, odgovorni, samostalni i snalažljivi kadrovi sa stečenim inoviranim znanjem su svakako budućnost turizma. U svetu već danas. U Srbiji već sutra!

(Rezultati istraživanja sprovedenog 2015.g. na Fakultetu za sport i turizam tims., se u kompletnoj formi mogu naći na linku <http://www.tims.edu.rs/category/projekti/>)

CEBEF

CENTAR BEOGRADSKIH FESTIVALA

Ilije Garašanina 24,
11000 Beograd
+381 11 3236 530, +381
11 3241 319
www.cebef.rs

Centar beogradskih festivala CEBEF

Delatnost: priprema, organizovanje i realizacija koncerata umetničke muzike i manifestacija u oblasti kulture od značaja za grad Beograd (FEST, BEMUS, BELEF, Beogradski festival dokumentarnog i kratkometražnog filma - BFDKF, Filmski festival u Sopotu – SOFEST), kao i drugih programa u oblasti kulture za potrebe Grada Beograda.



aurora d.o.o

AURORA doo
32240 Lučani,
Jugoslovenske armije 2/L1
tel/fax: +381 32 818 730;
+381 32 817 077

www.auroralu.co.rs; e-mail:auroralucani@gmail.com

- *Proizvodnja:* "LUTERM" termofluida za sisteme grejanja i hlađenja, auto hemije, razređivača i lazurnih premaza,
- *Trgovina organskim rastvaračima*
- *Sredstva i oprema za ekološko čišćenje i odmašćivanje po sistemu "Bio Circle"*



Bulevar Vojvode Mišića 14, hala 6, lokal 2
11000 Beograd, Srbija:

Tel/Fax:+381 11 28 36 470; Tel:+381 11 36 15 970
astrochem@astrochem.rs; www.astrochem.rs

Preduzeće AUSTROCHEM D.O.O. je osnovano 01.06.2008 i deo je grupacije TARMANN CHEMIE koja se bavi proizvodnjom i distribucijom industrijskih sredstava za čišćenje i održavanje higijene.



Beotim Sve na jednom mestu za hotele.

Beotim DOO
Sarajevska 40/23
11000 Beograd
PIB 101833424
www.beotim.net

Miele
PROFESSIONAL

Bulevar Zorana Đinđića 64a
11070 Novi Beograd
Srbija

Tel: +381 11 655 6086; Fax: +381 11 655 6085
info@miele.rs; www.miele.rs

Bavimo se uvozom, prodajom i servisiranjem profesionalnih aparata za pranje, sušenje i peglanje veša, kao i mašina za pranje sudova. MIELE profesionalne aparate karakteriše vrhunski kvalitet, dugotrajnost, pouzdanost i efikasnost.

HOTEL "HILL" izradio turističku mapu Jagodine

Hotel "Hill" sa 4 zvezdice, otvoren pre 3 godine u Turističko-sportskom centru u Jagodini, izradio je mapu turističkih mesta grada, a u centar ponude stavio je akva park.

Na mapi se nalazi putna infrastruktura Jagodine i okoline, a posebno su istaknute ulice koje vode do turističkog kompleksa koji čine Akva park, Muzej voštanih figura, izletišta "Potok" sa nedavno izgrađenim vodopadom i Zoološki vrt. Na mapi je i spomenik kneginji Milici u parku ispred Skupštine grada, Muzej naivne i marginalne umetnosti, Zavičajni muzej, škole, fakulteti.

- Mapu smo štampali kako bismo pomogli gostima hotela da lakše pronađu interesantne sadržaje, a akcenat smo stavili na turizam – rekao je glavni menadžer Saša Milojević.

Izvor: Tanjug



"MINT" – novi beogradski hotel sa 4 zvezdice



Beogradski hotel "Mint", koji nudi savršenu mešavinu savremenog stila i tradicionalne udobnosti, zvanično je kategorisan sa 4 zvezdice. Hotel "Mint" se nalazi u Kvarnerskoj ulici, na samo 650 metara od Beogradskog sajma, odmah pored autoputa E75, ušuškan dovoljno daleko od vreve i buke, na elitnoj lokaciji senjačkih brda, svega 2 km od centra grada i samo 16 km od aerodroma.

Hotel raspolaže sa 22 prostrane sobe, prirodno osvetljene, sa jedinstvenim enterijerom i savremenom opremom. Prostor restorana se lako adaptira u salu za poslovne sastanke, radionice i prezentacije za do 25 osoba.

Osoblje na recepciji je na raspolaganju gostima 24 časa i govori tri strana jezika (engleski, italijanski i ruski).

Hotel raspolaže besplatnim parkingom za 15 vozila sa 24-časovnim video nadzorom.

Na Zlatiboru POČELA IZGRADNJA GONDOLE

Postavljanjem kamena temeljca 19. avgusta, počela je izgradnja panoramske gondole, duge devet kilometara, koja će povezivati centar Zlatibora sa Tornikom.

Oprema vrednosti od skoro 10 miliona evra kupljena je sredstvima lokalne samouprave, a očekuje se da od jeseni krenu obimni poslovi na izgradnji, koji će trajati godinu dana.

Prema rečima predsednika opštine Čajetina Milana Stamatovića, celokupna investicija biće realizovana iz budžeta lokalne samouprave, a gondola će imati 55 modernih kabina, sa po 10 mesta, dok će na pola puta između Zlatibora i Tornika biti izgrađena stanica.

Gondola horizontalne dužine od 8.866 metara, opremljena sa 36 stubova žičare, biće realizovana u dve deonice i prevoziće 1.000 ljudi na sat u jednom pravcu brzinom od šest metara u sekundi. Pedeset pet dijamond kabina kojim će gondola biti opremljena omogućiće skijašima i turistima da uživaju u panoramskom razgledanju 360° prekrasnog zlatiborskog regiona.



Za ljude sa vizijom...

Prvi časopis za savremeno hotelijerstvo & turizam

SVET TURISTIČKI SVET

*... od 2002. godine
uz hotelsku & turističku industriju!*

www.turistickisvet.com

SWEET

WELLNESS & SPA

oktobar/novembar 2015
broj 4



samo opuštено...

Novosadski sajam, 10. oktobar 2015.



Organizator
Turistički Svet doo



u saradnji sa

Wellness akademijom
Peđe Filipović



i *Novosadskim sajmom*



INDIJA
"zemlja partner
Festivala"



UNIQA
"ekskluzivni partner
Festivala"

Briga o zdravlju – najveći pokretač turističkih kretanja...

Da globalno *wellness tržište* danas vredi 3,4 bilijardi američkih dolara – približno tri puta više nego svetska farmaceutska industrija, vredna milijardu dolara – činjenica je pred kojom treba ozbiljno da se zamisle svi koji se bave turizmom i delatnostima koje su njegova neophodna logistika. Naročito, imajući u vidu prognoze Svetske zdravstvene organizacije da će do 2030. godine zaštita zdravlja i briga o zdravlju postati najjača svetska industrija i jedan od najvećih pokretača turističkih kretanja, te će za nepunih petnaest godina zdravlje i turizam zajedno činiti čak 22% svetskog BDP-a!

WELLNESS ZA SVE!

Imajući te prognoze u vidu, kao i činjenicu da je preventiva pola zdravlja, a da wellness & spa centri nisu privilegija bogatih već onih koji brinu o zdravlju, *Belgin Aksoy*, inicijator Svetskog dana wellness-a, pozvala je profesionalce širom planete da se ove godine aktivno uključe u promociju wellness filozofije i kulture korišćenja wellness i SPA centara, kao sastavnog dela koncepta aktivnog, zdravog života za sve slojeve stanovništva.

Kao odgovor na ovaj poziv u Redakciji časopisa „Turistički Svet“ rodila se ideja o **Wellness & Spa Festu**: jedinstvenoj, proaktivnoj, uzbudljivoj sajamskoj manifestaciji sa mnoštvom različitih simultanih aktivnosti, jednom od najzanimljivijih po svom konceptu, sadržaju, učesnicima, porukama i efektima, koji inspiriše na pozitivne promene u odnosu prema zdravlju, životnim stavovima, životu u celini, daje inpute za postizanje energetskog balansa na fizičkom i mentalnom nivou, utiče na veću toleranciju na stres i veće zadovoljstvo sobom, sa pozitivnim implikacijama na sve sfere života i rada.

I već 10. oktobra u organizaciji **Turističkog Sveta**, **Wellness akademije Peđa Filipović** i **Novosadskog sajma**, u Kongresnom centru Novosadskog sajma, zadnjeg dana Sajma turizma, održaće se **PRVI Wellness & Spa Fest u Srbiji**, pod sloganom „**Samo opušteno...**“, koji u potpunosti odražava duh, atmosferu i, naravno, poruku Wellness & Spa Festa, koji je već u startu ima sve predispozicije da postane novi festivalski brend Srbije.

Zvanična „zemlja partner“ ovog novog festivala je – INDIJA, a pokrovitelj Ministarstvo trgovine, turizma i telekomunikacija, dok je ekskluzivni sponzor Wellness & Spa Festa – UNIQA osiguranje!

VIŠE OD KLASIČNE SAJAMSKE FORME

Više kroz praksu nego teoriju, više uz igru i rituale za opuštanje, nego uz klasične sajamske forme, priča o aktivnom, zdravom životu za sve slojeve stanovništva, biće „ispričana“ tokom šest časova zanimljivog putovanja kroz svet wellness-a, s mnoštvom sadržajnog programa kroz različite simultane aktivnosti: promocije poznatih hotelskih i banjskih wellness & spa centara, prezentacije novih proizvoda, usluga, koncepata i trendova, zanimljive radionice, vežbe sa profesionalnim trenerima, besplatne tretmane i konsultacije sa stručnjacima iz raznih oblasti čiji je lajtmotiv „zdravlje“, učešće poznatih javnih ličnosti – promotera banja i zdravog stila života, degustacije zdrave hrane i napitaka, igru i smeh kao sastavni deo koncepta zdravlja, a sve to u atmosferi koja sinergijom dekoracije, muzike, boja i mirisa daje tako potreban impuls fizičkoj i mentalnoj relaksaciji. Poseban događaj u okviru Festivala biće svečano **proglašenje prvog wellness ambasadora Srbije**, što Festivalu daje posebnu specifičnu težinu!

SNAŽNA PODRŠKA NAJJAČOJ INDUSTRIJI BUDUĆNOSTI

I kao što je *Belgin Aksoy* pozvala profesionalce širom planete da se ove godine aktivno uključe u promociju wellness filozofije i kulture korišćenja wellness i SPA centara, **Turistički Svet** vas poziva da budete aktivni učesnik uzbudljivog jednodnevnog putovanja magičnim svetom wellnessa i podržite prvi Wellness & Spa Fest u Srbiji, festival koji svojim konceptom, porukama i očekivanim efektima snažno podržava sinergiju najjačih svetskih industrija budućnosti – **brige o zdravlju i turizma!**

Samo opušteno...

Planetarna *inspiracija za* bolji život

Belgin Aksoy, rođena u jednoj od najuglednijih turskih porodica pre gotovo četiri decenije, postala je svetski poznata za samo tri godine koliko traje njen projekat života: Svetski dan wellness-a (13. jun), pokrenut s idejom da se jedan dan posveti slavljenju wellness-a i zdravog života i da se u njega aktivno uključi cela planeta. Svetski dan wellness-a obeležen je po prvi put 2012. u „Richmond Nua Wellness-Spa“, prvoj i jedinoj spa destinaciji u Turskoj, koju je takođe osnovala Belgin Aksoy, dok je ove godine Svetski dan wellness-a obeležen u 73 zemlje na pet kontinenata. U njegovoj organizaciji učestvovalo je 58 ambasadora wellness-a koji su se na poziv Belgin Aksoy aktivno uključili u promociju wellness filozofije i kulture korišćenja wellness i SPA centara, kao sastavnog dela koncepta aktivnog, zdravog života za sve slojeve stanovništva!

Onako kako inspiriše wellness profesionalce širom sveta, Belgin Aksoy je inspirisala i mene da kreiram prvi Wellness & Spa Fest u Srbiji, uverena da idemo istom stranom ulice. Kako zaista nije bilo lako doći do ove wellness ratnice, preporučujem da pročitate intervju sa Belgin Aksoy, ženom koja je bila dovoljno jaka da se izbori za sopstveno zdravlje, ali i dovoljno humana da tu borbu proširi na celu planetu, inspirišući ljude na bolji život.

GLOBAL
WELLNESS
DAY



• Poštovana gospođo Aksoy, pre svega, izražavam vam svoje iskreno divljenje zbog vaših napora da učinite kvalitativni iskorak u oblasti wellness-a na globalnom nivou, kao prava wellness ratnica. Sigurna sam da mnogi naši čitaoci, kao i ja, žele da znaju više o vama. Za početak, koja je vaša životna misija i šta je suštine vaše životne i poslovne filozofije?

- Hvala vam mnogo na lepim i motivišućim rečima. Ja sam svoj život posvetila wellness-u i kao profesionalac mnogo sam investirala u kvalitetniji život. Ipak, to za mene nije bilo dovoljno. Sanjala sam o wellness projektu koji bi mogao da se prenese na buduće generacije i promeni svet. Osećala sam da ta ideja može da prevaziđe sve granice, i inspiriše sedam milijardi ljudi koji žive na ovoj planeti i sanjaju isti san: da žive bolje.

MISLI GLOBALNO, RADI LOKALNO

• Kako i kada ste došli na ideju o Svetskom danu wellness-a (Global Wellness Day)? Šta se 13. juna proslavlja: život, zdravlje, ljubav...? Na koji način to rade poštovaoci wellness-a širom planete? Zašto je vama taj dan toliko važan?

- Pre nekoliko godina, pre nego što ću ustanoviti Svetski dan wellness-a, razmišljala sam: „Zdravlje je jedna od najvažnijih stvari u našim životima, pa kako je moguće da još uvek nemamo specijalan dan posvećen zdravom životu?“ To je bio trenutak kad je počela priča o Svetskom danu wellness-a, projektu na kojem poslednje tri godine radimo danonočno, s ciljem da doprinesemo stvaranju



zdravijeg i srećnijeg sveta. Svetski dan wellness-a prvi put je proslavljen 2012. godine u Turskoj, u „Richmond Nua Wellness“ spa centru. Od tada, Svetski dan wellness-a nastavlja da se obeležava svake godine i svake godine sa većim međunarodnim učešćem. Svetski dan wellness-a privukao je veliku pažnju ljudi iz čitavog

sveta i zahvaljujući tome dobio globalnu titulu. Svetski dan wellness-a je 2015. godine postao međunarodni i proslavljen je na 5 kontinenta, u 73 zemlje i više od 500 lokacija. Na Svetski dan wellness-a, svake godine druge subote u junu, zajedno sa našim ambasadorima upravljamo ovim konceptom aktivno, inspirišući profesionalce u wellness industriji da organizuju predavanja, takmičenja, seminare, radionice i demonstracije, stvarajući veću vidljivost svih aspekata vezanih za wellness.

Kvalitetan život je jednostavno neophodan svakom čoveku na planeti. Da bismo prevazišli globalne probleme, kao što je depresija i vodili zdravije i srećnije živote, potreban nam je inspirativan početak. Naziv takvog početka je Svetski dan wellness-a.

• Kako sam razumela, Svetski dan wellness-a je sada neka vrsta pokreta ili udruženja? Možete li nam objasniti koji su njegovi glavni ciljevi i aktivnosti? Proglašavate i wellness ambasadore... Koliko ambasadora ima do sada i ko su oni, u stvari?



Belgin Aksoy, born in one of the most respected Turkish families almost four decades ago, became world known in just three years, exactly how long lasts the project of her life: Global Wellness Day (June, 13), started with the idea that one day should be dedicated to the celebration of wellness and healthy living and to actively involve the whole planet in that project. Global Wellness Day was celebrated for the first time in 2012 in „Richmond Nua Wellness-Spa“, first and only destination spa in Turkey, which also founded Belgin Aksoy, while this year's Global Wellness was celebrated in 73 countries, on five continents. In its organization took part 58 wellness ambassadors, who have on Belgin Aksoy's call actively involved in the promotion of wellness philosophy and culture of use of wellness and spa centers, as an integral part of the concept of an active, healthy life for all segments of the population!

As she inspires wellness professionals worldwide, Belgin Aksoy has inspired me to create my first Wellness & Spa Fest u in Serbia, convinced that we go on the same side of the street. As indeed it was not easy to reach this wellness warrior, I recommend that you read the interview with Belgin Aksoy, a woman who was strong enough to fight for her own health, but also humane enough to spread the fight to the entire planet, inspiring people to a better life.

- Svetski dan wellness-a je pokret, koncept zdravog života i takođe društvena platforma koja se proslavlja širom sveta sa što je više ljudi moguće. Svi možemo da se obavežemo da pozovemo svoje prijatelje i sugrađane da postanu deo tog specijalnog dana – tako što ćemo promeniti samo jednu stvar u našim životima. Svi mi možemo da krenemo tim putem ako odlučimo da uradimo 7 jednostavnih koraka:

- 1) Da pijemo više vode
- 2) Šetamo jedan sat
- 3) Kupujemo lokalnu i organsku hranu
- 4) Prestanemo da koristimo plastične flaše
- 5) Učinimo neko dobro delo
- 6) Večeraemo sa porodicom i
- 7) Odlazimo na spavanje u 10 sati uveče!

A što se tiče ambasadora Svetskog dana wellness-a, njih ima 58 do sada i to širom planete.

MOTIVACIJA I POSVEĆENOST

• *Koliko zemalja je uključeno u vaš program? Na koji način neko može da se priključi Svetskom danu wellness-a?*

- Svetski dan wellness-a je već podržan i proslavlja se u više od 73 zemalja na pet kontinenata. Kao individualni učesnici na Svetskom

danu wellness-a, volonteri mogu da se prijave da postanu ambasadori za svoju zemlju. Mi procenjujemo prijavu pojedinaca, posebno lidere koji žele da rade volonterski u svojim zemljama. Takođe je moguće organizovati Svetski dan wellness-a u gradovima iz kojih dolaze pojedinci, što je otvoreno za javnost. Jedina stvar za kojom tragamo su motivacija i posvećenost.

• *Koja su vaša očekivanja vezana za Svetski dan wellness-a u budućnosti? Predviđanja Svetske zdravstvene organizacije (UNWHO) su veoma ozbiljna: do 2030. godine depresija će biti najveća pretnja javnom zdravlju. Šta tu može da se učini, kako može wellness da pomogne?*

- Tačno je da će, prema procenama Svetske zdravstvene organizacije, u 2030. godini depresija biti među vodećim bolestima usled smanjenog kvaliteta života i gubitka sposobnosti. Istraživanje pokazuje da je oko 6,7 odsto odrasle populacije u SAD-u i oko 11,6 odsto odraslih u Turskoj depresivno. Pored toga, milioni ljudi koji pate od depresije su ili

nedovoljno lečeni ili se uopšte ne leče. Kao rezultat, nastaje nekoliko bolesti. Depresija se često manifestuje nedostatkom sna, stresom, lošom ishranom, neaktivnošću,

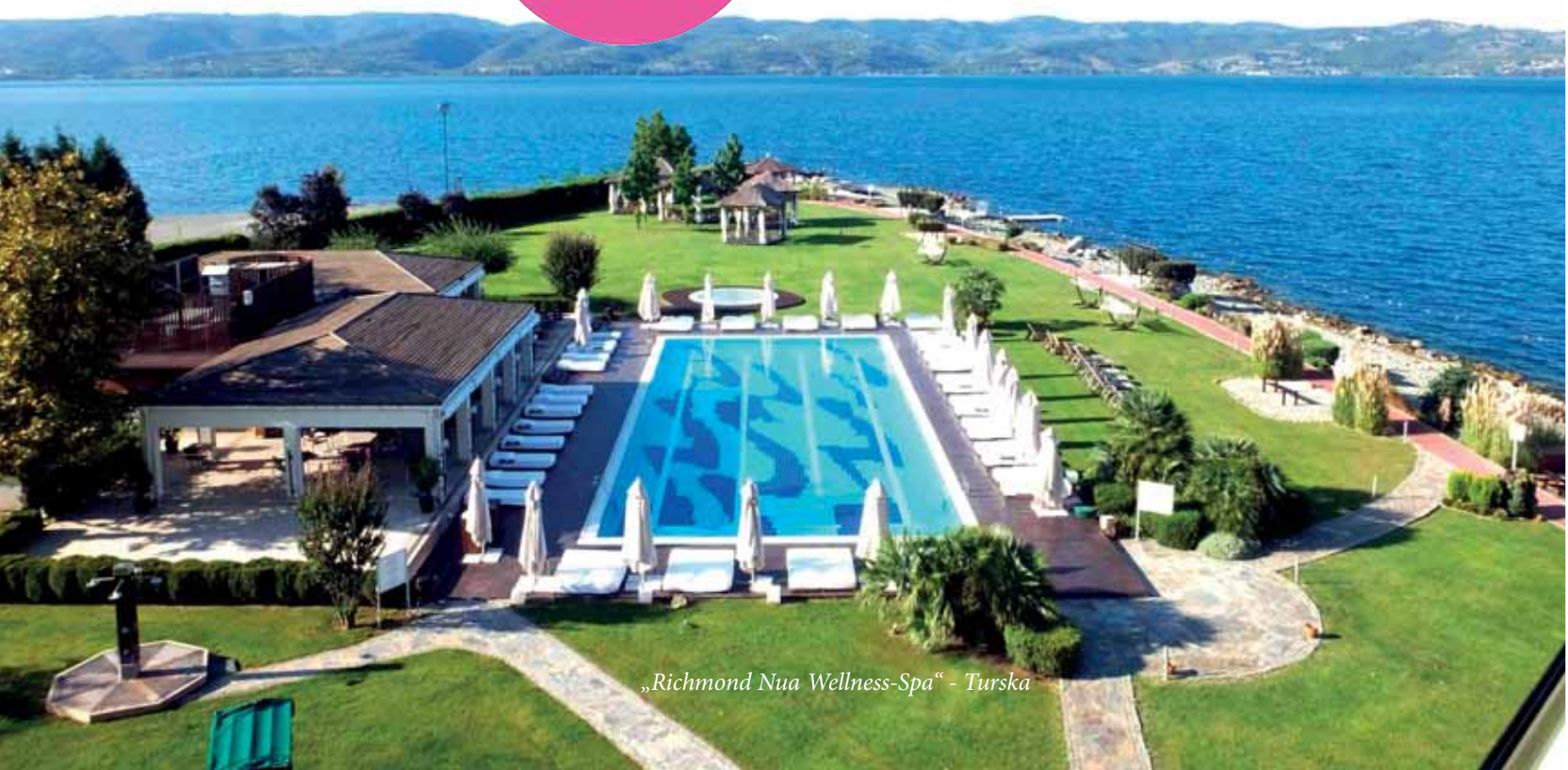
gojaznošću, srčanim problemima itd. Da bismo prevazišli ovaj problem i živeli srećne i zdrave živote, potreban nam je inspirativan početak. Naziv takvog početka je Svetski dan wellness-a. Radimo na tome da Svetski dan wellness-a bude dan koji će se slaviti na međunarodnom nivou, kako bismo širili svest o zdravom životu i da bismo bili instrument u razvoju svesti o zdravlju kod ljudi. Naš cilj na taj dan je da stvorimo svest i motivaciju kako bismo obezbedili da ljudi učine potrebne promene koje će uticati da se osećaju dobro i tokom ostalih 364 dana u godini.

KAZNA ILI BLAGOSLOV?

• *Sve što predlažete drugima i sami svakodnevno praktikujete, sa gotovo spartanskom strogoćom. Da li je to neka vrsta kazne ili blagoslova? Šta predlažete ljudima?*

- To je u potpunosti blagoslov. Da volite sebe i da se probudite svako jutro sa odlukom da ćete biti srećni bez obzira na sve... To svakako nije lako, ali je jednostavna stvar koju svi zaslužujemo. Ne samo da predlažem, već pokušavam da ohrabrim sve ljude do kojih mogu da doprem, da poštuju svoja tela, da jedu čistu hranu, dobro spavaju i svakodnevno vežbaju.

• *Naši čitaoci verovatno ne znaju da pripadate poznatoj turskoj porodici Aksoy, bogatoj i veoma uglednoj. Vi ste, između ostalog, završili visoke*



„Richmond Nua Wellness-Spa“ - Turska



„Richmond Nua Wellness-Spa“ - Turska

škole za hotelski menadžment, pa ne iznenađuje što je vaš porodični objekat „Richmond Nua Wellness-Spa“, prva spa destinacija u vašoj zemlji, upravo pod vašim vođstvom osvojila mnogo priznanja. Po čemu je posebna? Kako biste je opisali?

- Nakom završetka Fakulteta za hotelski menadžment u Švajcarskoj 1995. godine, radila sam u mnogo različitih odeljenja u hotelima. Godine 2004. smo proširili naš lanac hotela i osnovali „Richmond Nua Wellness-Spa“, prvu i jedinu spa destinaciju u Turskoj i jedan od najopremljenijih spa centra u Evropi. Smešten na obali jezera Sapanca udaljenog sat vremena vožnje od Istanbula, „Richmond Nua Wellness - Spa“ je jedini spa centar sa kompletnom uslugom u našoj zemlji. Okružen raskošnom, zelenom šumom i prelepim mirnim jezerom, svež vazduh i lepota okruženja su prva stvar koja vas pozdravlja kad dođete u rizort. To je

idealno mesto da usporite, odmorite se od brzog života i fokusirate se na zdravlje i wellness. „Richmond Nua“, sa kompletno opremljenim SPA centrom na 2.700 kvadratnih metara, i personalizovanim tretmanima koji se stalno inoviraju, dalje unapređuje koncept "spa destinacije" u Turskoj.

SREĆA JE JEDNOSTAVNA

• *Kakvi su vaši planovi za budućnost? Ove godine promovirate wellness za sve slojeve stanovništva, ne samo za bogate. Na čemu će biti fokus sledeće godine?*

- Pre 10 godina wellness je smatran luksuzom. Danas većina nas zna da svima treba osvešćenje za kvalitetniji stil života i wellbeing. Za narednih 10 godina, ljudi će znati da je naziv za takav stil života - wellness. Svi se vraćamo osnovama i učimo da cenimo tišinu unutar svojih umova. Svetlost i pozitivne

vibracije možemo preneti na druge. Preduzećemo akcije da bismo naučili da je sreća jednostavna. To je moj san za budućnost wellness filozofije. Svetski dan wellness-a će biti veoma važan instrument u osvarivanju tog cilja.

• *I konačno: da li ste srećni, gospođo Aksoy?*

- Sebe smatram veoma srećnom osobom. Ja biram da to budem. Kvalitetan život je zajednički san celog sveta. I ja sam bila u potrazi za tim snom, u borbi za zdravlje... Danas sam veoma srećna što sam zdrava, puna dobre energije i što moju viziju danas dele ljudi u više od 73 zemlje sveta, s idejom da ovaj pokret postane najveća globalna priča u kojoj je svaki učesnik ambasador svoje zemlje i - života!

Ljiljana Rebronja

Mislite na vreme o svom zdravlju

Od malena su nas učili da je zdravlje najvažnije u životu i podsećali da „zdrav čovek ima hiljadu želja, a bolestan samo jednu“. Bez zdravlja, ništa drugo nema vrednost – ni materijalne stvari koje nas okružuju, ni slava, ni bogatstvo, ni moć.

Ali, savremeni tempo života ne ostavlja nam, nažalost, previše vremena za posetu lekaru i brigu o zdravlju. Često mislimo da smo u najboljim godinama i „zdravi kao dren“, sve dok nam telo ne pošalje jasne signale da nešto nije u redu. Slabo brinemo o svom zdravlju, ne odlazimo kod lekara, ne bavimo se fizičkom aktivnošću, ne vodimo računa o ishrani, malo spavamo, a o osiguranju bilo koje vrste ni ne razmišljamo dok smo mladi... Sve dok ne bude kasno.

Priznaćete, na pomen bilo koje vrste osiguranja, većina bi nezainteresovano odmahнула glavom ili slegnula ramenima u neznanju, bez ikakve želje da se čuje nešto više. Iako je u našoj kulturi osiguranje prisutno decenijama unazad, nije bilo razvijeno toliko vidova osiguranja koliko ih danas ima.

Kada dođete u određene godine, shvatite da je „vrag odneo šalu“ i da se sve više vaših prijatelja žali na bolove u kičmi i kolenima, sve više ih je ukočeno, a anemiju i ostale „usputne“ stvari da i ne pominjemo. Poseta lekaru najčešće je noćna mora, jer su beskrajni redovi i pune čekaonice ono sa čim se svakodnevno susrećemo, pa se poseta

privatnim ordinacijama nameće kao najlogičnije rešenje. A onda sledi preračunavanje i popularno „zatvaranje finansijskih konstrukcija“ – zubar, vađenje krvi...

I tako, umesto planiranja putovanja, sa prijateljima razgovarate o zdravstvenom osigu-

ranju. Kada razmišljate o osiguranju, shvatite da onoliko koliko morate da verujete svom lekaru kome ste poverili svoje zdravlje i život, toliko morate da imate poverenja i u kuću kojoj ste poverili svoje zdravstveno osiguranje. Zapitate se šta vam je najvažnije i šta želite da



Private health insurance MedUNIQA enables to its users treatments in more than 570 top private and public health institutions in Serbia, and with maximum efficiency, comfort and affordability. MedUNIQA includes three packages: Vital Start, Vital Elegant and Vital Elite. Clients can use the MedUNIQA contact center that is available 24 hours a day, and also there was founded the UNIQA VITAL club within which are numerous fitness and recreational centers and wellness hotels that users of MedUNIQA insurance can use with certain discounts and benefits.

dobijete od svog privatnog zdravstvenog osiguranja. Sigurno nam je važno da izbegnemo gužvu i da ne moramo dragocene sate da provodimo u čekanju, već da pregled jednostavno zakažemo (ali ne za tri meseca) i da, kada dođemo, budemo primljeni u dogovorenom terminu, kod izabranog, ljubaznog lekara.

LEČENJE U VIŠE OD 570 NAJBOLJIH ZDRAVSTVENIH USTANOVA U ZEMLJI

Upravo zato, UNIQA osiguranje je akcenat stavilo na zdravlje svakog od nas i kroz MedUNIQA privatno zdravstveno osiguranje korisnicima omogućila lečenje u više od 570 najboljih privatnih i državnih zdravstvenih ustanova u zemlji i to uz maksimalnu efikasnost, komfor i pristupačnu cenu. Sve ustanove organizovane su tako da klijent mora biti primljen u najkraćem roku, a najkasnije u roku od tri dana od dana kada se javi i da ne sme da čeka duže od 15 minuta od zakazanog termina.

Osim toga, u okviru MedUNIQA privatnog zdravstvenog osiguranja obezbeđeno je i pokriće svih troškova lečenja, bez participacija i dodatnog plaćanja za dijagnostiku. Da ne govorimo i posebnom tretmanu, komfornim bolničkim sobama i ljubaznom osoblju koje vam posvećuje punu pažnju u toku lečenja, kako profesionalnu, tako i onu ljudsku. Klijenti maju svoj godišnji budžet koji mogu da potroše na lečenje tokom godine i on se kreće od 1.000 do čak 100.000 evra, u zavisnosti koji paket osiguranja izaberu. Ukoliko neko želi da izabere opciju lečenja u inostranstvu i to može, s tim da limit za lečenje iznosi do neverovatnih 2 miliona evra!

Prednosti koje pruža dobrovoljno zdravstveno osiguranje jeste i mogućnost da se zaključie i dopunska osiguranja koja nam obezbeđuju dodatnu zdravstvenu zaštitu i pokrića za sistematske preglede, fizikalnu terapiju, oftalmološke, stomatološke usluga i lekove koji je prepisao ovlašćeni lekar.

Za one koji razmišljaju o proširenju porodice, a uplatili su dobrovoljno zdravstveno osiguranje, pokriveni su svi troškovi vezani za praćenje trudnoće, kao i troškovi porođaja - apartman, epiduralna anestezija, prisustvo odabranog lekara, itd.

Implementacijom ovog sistema privatnog zdravstvenog osiguranja UNIQA je, pored Austrije, već lider i na tržištu Srbije.

MEDUNIQA PAKETI

Prednosti dobrovoljnog zdravstvenog osiguranja su: dostupnost dežurnog lekara 24 časa dnevno - bez straha od nepredviđenih situacija, izbor prave ustanove i lekara - bez



MEDUNIQA MOBILNI CENTAR ZA BRIGU O ZDRAVLJU

MedUNIQA mobilni centar za brigu o zdravlju opremljen je najsavremenijom opremom za brze i detaljne preventivne preglede, koji obuhvataju EKG, ultrazvuk, spirometriju, analize krvi, merenje krvnog pritiska, pregled oftalmologa, kao i preglede interniste i dermatoskopski pregled mladeža.

MedUNIQA kamion je dugačak 16,5 m, širok 6,5 metara i težak 35 tona, futurističkog je izgleda i opremljen vrhunskom opremom. Ovo remek delo nemačkog dizajnera Luidija Kolanija, vlasništvo kompanije UNIQA, otvara se sa obe strane, čime nastaje jedinstvena mobilna poliklinika, veličine 60 metara kvadratnih.

rizika od neodgovarajućeg lečenja, ušteda vremena - bez odlaganja pregleda i bez pomeranja poslovnih i privatnih obaveza, pokriće svih troškova lečenja - bez participacija i dodatnog plaćanja za dijagnostiku, kao i poseban tretman u toku lečenja - komforne bolničke sobe i ljubazno osoblje. Privatno zdravstveno osiguranje - MedUNIQA, obuhvata tri paketa:

Vital Start - pokriva troškove vanbolničkog lečenja - usluge lekara opšte prakse i lekara specijalista, svu potrebnu dijagnostiku, laboratorijske analize i druge troškove vanbolničkog lečenja.

Vital Elegant - pokriva troškove vanbolničkog i bolničkog lečenja - usluge lekara opšte prakse i lekara specijalista, svu potrebnu dijagnostiku, hirurške intervencije i boravak u bolnici, a sve to do iznosa od 10.000 evra godišnje.

Vital Elite - pokriva troškove vanbolničkog i bolničkog lečenja do iznosa od 100.000 evra godišnje. Uz ovaj paket moguće je zaključiti pokriće za bolničko lečenje u najboljim klinikama na teritoriji Evrope sa godišnjim limitom do 2.000.000 evra.

Klijentima je na raspolaganju i MedUNIQA kontakt centar koji je dostupan 24 časa dnevno, svaki dan u godini. Zadatak lekara MedUNIQA kontakta centra je da pruže potrebne medicinske savete, da posavetuju klijente prilikom izbora zdravstvene ustanove, kao i da u ime klijenta zakažu termin u izabranoj ustanovi.

I to nije sve. Znamo da redovno vežbanje smanjuje stres i napetost i omogućava nam da lakše izađemo na kraj sa dnevnim obavezama i događajima. Znamo i da je sport jedan od najvažnijih činilaca zdravog života. Kao dodatni benefit svim klijentima, osnovan je i UNIQA VITAL klub u okviru kog se nalaze brojni fitness i rekreativni centri i wellness hoteli, koje korisnici MedUNIQA osiguranja mogu da koriste uz određene popuste i pogodnosti.

I svako bi na kraju posle ovakvog teksta očekivao visoku cenu, ovoga puta to će izostati. Sume su različite i vrlo su prihvatljive, počev od 10 evra, a zavise od godina i odabranih paketa osiguranja, i pristupačne su svima.

JOGA za zdrav život i samousavršavanje



Joga je metod kojim se povećava nivo svesnosti, produbljuje razumevanje i time stiče osnova za upravljanje unutrašnjim potencijalima. Zato jogu sve više praktikuju poslovni ljudi koji žele da steknu veću toleranciju na stres, da nauče veštine brzog, kreativnog odlučivanja, da usvoje dodatne veštine upravljanja timskim radom i upravljanja organizacionom kulturom.

Ove godine je u svetu, a i u Srbiji, po prvi put obeležen Dan joge, na osnovu odluke Ujedinjenih nacija da se 21. jun proglasi Međunarodnim danom joge. Upravo taj globalni događaj je pravi povod i za razgovor sa **prof. dr Predragom Nikićem**, univerzitet-skim profesorom, predsednikom Joga saveza Srbije, koji je postdoktorske studije završio u Indiji na Univerzitetu Patanjđali u Haridvaru, proučavajući temu Joga inteligencije. On je, takođe, član Predsedništva Evropske joga federacije i Saveta Svetske joga federacije, mentor novim generacijama instruktora joge i joga energoterapeuta. Jednom rečju, prava

ličnost za razgovor o ovoj drevnoj metodi samousavršavanja - staroj čak 4.500 godina, koja je široko prihvaćena i praktikuje se u čitavom svetu.

• *Odakle ljubav prema jogi?*

- Pri prvom susretu sa jogom u ranom detinjstvu oduševio me njen pristup. Joga je orijentisana na čoveka (individu) i načine kako čovek sagledava i odnosi se prema pojavnom svetu. Joga u centar interesovanja stavlja „mokšu“ (slobodu pojedinca). Slobodnog pojedinca obuzima osećanje „ispunjenosti“ i sreće, jer mišljenje i ponašanje proizilazi iz ostvarenog mira, radosti i harmonije.

ŠIROKA PRIMENA

• Gde je danas mesto jogi?

- Joga možemo definisati metodom samousavršavanja kojom se dostiže samorealizacija oslobođanjem od svojih „uslovljenosti“ (vezivanja) i pogrešnih identifikacija. Joga je metod kojim se povećava nivo svesnosti, produbljuje razumevanje i time stiče osnova za upravljanje unutrašnjim potencijalima. Danas se joga izučava u visokoškolskim ustanovama. Korisna primena joga istražuje se u mnogobrojnim naučnim poljima. Efekte praktikovanja joga izučavaju naučni radnici medicinske, sportske, psihološke struke... Upotreba joga je široko rasprostranjena. Vežbaju je starija lica, jer usporava proces starenja, tj. povećava fleksibilnost i pokretljivost. Joga je korisna i u radu sa osetljivim kategorijama, ali i u omladinskom radu. Joga praktikuju poslovni ljudi koji žele da steknu veću toleranciju na stres, da nauče veštine brzog, kreativnog odlučivanja, da usvoje dodatne veštine upravljanja timskim radom i upravljanja organizacionom kulturom. U 43 različite organizacije širom Srbije instruktori/ke Joga saveza Srbije sprovode program „joga u organizacijama“ (korporativna joga). Jogu upotrebljavaju fizioterapeuti u radu sa klijentima. Sve češće joga se praktikuje sa umetnicima i sportistima. Lični časovi joga instruktora sa umetnicima povećavaju nivo kreativnosti i inspiracije. Umetnici uče tehnike disanja koje im obezbeđuju lakoću u umetničkom izrazu.

Godine unazad obeležile su korišćenje joga u različitim sportovima. Instruktorke Joga saveza Srbije vodile su časove joga fudbalerima „Crvene Zvezde“ u okviru njihovih priprema, a potom i fudbalerima „Partizana“, pojedinim reprezentativcima odbojkaškog tima, kao i u okviru pojedinačnih priprema tenisera, igrača golfa, šaha...

ZAKONI I ENERGETERAPIJA

• Kako zakon tretira jogu u Srbiji?

- Zakonski okvir u kom se odvijaju aktivnosti joga u Srbiji uređen je od strane Ministarstva zdravlja i Ministarstva omladine i sporta. Od strane Ministarstva zdravlja joga se uređuje Zakonom o zdravstvenoj zaštiti i Pravilnikom o bližim uslovima, načinu i postupku obavljanja metoda i postupaka tradicionalne medicine. Od strane Ministarstva omladine i sporta joga aktivnosti se uređuju Zakonom o sportu i drugim podzakonskim aktima.

Joga savez Srbije je prošle godine nagrađen za kvalitet obuke instruktora joga. U Joga savezu Srbije sprovodi se program edukacije instruktora joga uz odobrenje nadležnog Ministarstva RS, kao i akreditacione komisije Evropske joga federacije. Prošle godine Joga savez Srbije dobio je pohvalnicu od Evropske joga federacije za visok kvalitet sprovođenja programa



This year for the first time was celebrated the Day of Yoga, based on the decision of the United Nations to declare June 21 as the International Day of Yoga. On this occasion, we talked with PhD Predrag Nikić, university professor and president of the Yoga Federation of Serbia. Post-doctoral studies he completed in India at the University of Patanjali in Haridwar studying the topic of Yoga intelligence. Today, he is a member of the presidency of the European Yoga Federation and the Council of the World Federation of Yoga, a mentor to new generations of yoga instructors and yoga energy therapists.



stručnog osposobljavanja instruktora joga. Naši instruktori joga rade širom sveta, jer je naša diploma prepoznata i priznata.

• U čemu je suština joga energeterapije?

- Prošle godine je Joga savez Srbije akreditovao i program obuke za joga terapeute – energeterapeute pred akreditacionom komisijom Evropske joga federacije. Prva generacija polaznika je završila školovanje po ovom programu. Joga energeterapeutski rad bazira se na poznavanju energetske prirode čoveka, energetskih tokova i kretnji, energetskih centara i pravilnostima njihovog normalnog funkcionisanja i načinima harmonizacije kada su tokovi poremećeni. Na naučnoj konferenciji o joga terapiji na kojoj sam učestvovao u Indiji (Mangalor), prezentovani su rezultati naučnih istraživanja efekata joga terapije – energeterapije, ukazujući na sve veći doprinos praktikovanja joga, kao i na potencijale koji se kriju u joga energeterapiji, imajući u vidu njen preventivni značaj kao deo tradicionalne medicine.

AKTIVAN ODMOR UZ JOGU

• Instruktori/ke Joga saveza Srbije u saradnji sa hotelima širom Srbije već godinama upotpunjuju hotelsku uslugu, vodeći časove joga turistima. Kakva su iskustva u saradnji sa hotelima?

- Kvalitetan smeštaj i dobra kuhinja više nisu dovoljni za potpuni odmor. Turisti očekuju više od toga. Očekuju sadržaje koji su korisni i zabavni.



PROGRAM OBUKE ZA INSTRUKTORE JOGE

Joga savez Srbije, kao nacionalni granski savez, uz odobrenje nadležnog Ministarstva sprovodi program obuke za zvanje instruktor/ka joga (240 sati) i prvi u Srbiji sprovodi akreditovan program obuke za joga terapiju – energoterapiju. Više informacija: www.yogasavezsrbije.com

Joga je nezaobilazan sadržaj svih velikih lanaca hotela, širom sveta. Međutim, svi hoteli se ne mogu pohvaliti kvalitetom, jer su do skoro časove joga u hotelima vodila nestručna (priučena) lica. Zbog velikog broja pritužbi na kvalitet takvih časova, Evropska joga federacija donela je Odluku kojom se svim hotelijerskim organizacijama preporučuje da angažuju isključivo stručna lica u oblasti joga (instruktore joga sa diplomom 240 časova), koji su prošli edukaciju u akreditovanoj ustanovi za to (kod nas obuku vrši Joga savez Srbije). U Srbiji je zakonodavac takođe propisao uslove kojim se samo osobama koje su prošle program stručnog osposobljavanja (240 časova) i stekle zvanje „instruktor joga“ dozvoljava da se bave joga strukom. Isto važi i za joga terapijski – energoterapijski rad. Instruktori joga koji su stekli osnovnu edukaciju od 240 časova, a žele da se bave jogom kao vidom tradicionalne medicine, prolaze pri Joga savezu Srbije dopunsku obuku za joga terapeute – energoterapeute. Tim vidom tradicionalne medicine mogu da se bave samo osobe sa sertifikatom i licencom.

Tri godine unazad hotelski lanci sve više angažuju i stručnjake u oblasti joga terapije – energoterapije. Korisnici turističkih usluga sve više uviđaju značaj njenog efekata, pa je potražnja hotela za joga energoterapeutima sve veća.

Anketa koja je sprovedena u hotelskim ustanovama Austrije otkrila je da i do 94% turista želi aktivan odmor, dok njih 68% želi aktivan odmor uz časove joga (od čega je 93% ženskog pola, različitih uzrasnih dobi). Razloge velike zainteresovanosti za jogu treba tražiti u načelima na kojima ova 4.500 godina stara disciplina samorazvoja počiva, ali i na zdravstvenim efektima koji se ostvaruju njenim praktikovanjem. Prvo načelo odnosi se na pristup koji joga preporučuje i glasi: „Sve vežbe i tehnike joga izvoditi u granicama prijatnosti“. Ovaj pristup polako oživljava u svim životnim aktivnostima praktičara. Mekani (umereniji) pristup svom telu, očekivanjima od sebe i okruženja (života) čini nas

umerenim u svemu (u mislima, govornom izražavanju i ponašanju). S toga je sa lakoćom praktikuju deca, srednjoškolci, studenti, ali i starija lica. Drugo hiljadugodišnje načelo joga glasi: „Svakodnevno postiši svoj maksimum i budi zadovoljan postignutim“. Ovo načelo joga nas uči da svakodnevna praksa pomera naše dnevne maksimume. Ono što juče nismo mogli da postignemo, sutra sa većom lakoćom dostižemo. Joga nam preporučuje da postignuće samo sebi nije cilj. Joga nas uči kako da svaku svoju aktivnost okupamo zadovoljstvom.

PERFORMANSI, FESTIVALI I TELEVIZIJA

• *Pantimo vas po velikim joga performansima. Šta njima poručujete?*

- Joga performansi su u Srbiji svojevrsni kulturni fenomen. Praktičari joga iz svih krajeva Srbije i drugih zemalja okupljaju se jednom godišnje na centralnim trgovima u radosti, prenoseći poruku dobrote. Poruka da je dobrota dar onima koji je čine, šalje se već treću godinu za redom u Beogradu i Novom Sadu. Prve

godine iz ulice Kneza Mihaila, druge godine sa Trga Republike, treće godine sa platoa ispred Doma narodne skuštine RS. Bezbroj ljubitelja joga oklupljeni u miru, radosti i ljubavi izvodili su joga serijal „Pozdrav Suncu“. Tridesetominutni program obogatili su i predstavnice „Art joga Similiris“ revijalnog sastava Joga saveza Srbije.

Slala se poruka da se za trenutak izađe iz užurbanosti koje svakodnevne obaveze nameću sa pitanjem „Šta sada dobro mogu da uradim (za sebe, za ukućane, za prijatelje)?“. Da se za trenutak izađe iz pasivnog posmatranja tuđih života i pomisli „ja imam pravo sebe da nagradim dobrim delom“.

• *Joga savez Srbije organizuje i festivale joga...*

- Šest godina za redom, na beogradskoj Adi, Joga savez organizuje „Međunarodni festival joga“ koji okuplja škole iz različitih zemalja u duhu poštovanja različitosti. Festival je od prošle godine upisan u registar međunarodno priznatih festivala joga. Od pre tri godine, naš „Festival joga“ se odvija pod direktnim pokroviteljstvom Evropske joga federacije. Ove godine sproveden je i „Prvi Art joga festival“ koji je okupio učesnike ovog trenutno najpopularnijeg stila joga.

• *U Srbiji postoji i naučno društvo koje izučava efekte praktikovanja joga.*

- Međunarodno naučno društvo za interdisciplinarna istraživanja u oblasti joga okuplja najveće autoritete joga iz čitavog sveta. Svake godine, društvo izdaje međunarodni naučni časopis o jogi „Smisao“ u kojem se publikuju rezultati sprovedenih naučnih istraživanja u oblasti joga.

• *Već nekoliko godina postoji i Joga TV...*

- Joga televizija je internet portal koji ima malu novinarsku redakciju koja se trenutno bavi dokumentovanjem svih naših događaja, intervjuisanjem gostiju (učesnika) naših naučnih konferencija o jogi i festivala joga.

Intervju vodila:
Milica Zorić



Pionir

NOVO!

IMAŠ LI PETLJU
ZA SKOK?



PROTEINSKO
ENERGETSKI
BAROVI!

www.pionir.rs

TAI ČI ČUAN i ČI KUNG za savršen sklad

*Gradim svoj dom pored ljudskih domova
Pa ipak podalje od buke konja i kola.
Hteli bi da znate kako je to moguće?
Samotničko srce stvara tišinu oko sebe.
Berem hrizanteme pored zelene ograde.
Zatim dugo posmatram udaljene brežuljke.
Vazduh u brdima je svež predveče,
Ptice se iz planine vraćaju u parovima.
Duboko značenje leži u svemu tome:
Pa ipak, kad želimo da ga izrazimo, reči nam
nedostaju.
(Tao Tsi-en 392-427. g. posle Hrista)*



Prva asocijacija i najčešći odgovor kad nekoga upitate šta je Tai či čuan je: „Tai či, pa to je ono što Kinezi vežbaju po parkovima, a video sam i u nekom filmu“. A šta je zaista Tai či čuan, odnosno Tai či? Prvo da objasnimo sam pojam, samu reč i kineska slova, ideograme, a zatim i još po nešto...

ŠTA JE TAI ČI I TAI ČI ČUAN?

TAI ČI je pojam iz kineske filozofije i znači „najviša konačnost“ odnosno „beskonačnost“, „vrhunac“, „savršenstvo“; treći ideogram **ČUAN** znači „pesnica“, „kretanje“, „vežba“. Doslovno, prevod ovih ideograma **TAI ČI ČUAN** (pravilno se izgovara: **TAJ ĐI ČUEN**) bio bi

„vrhunska, konačna, savršena pesnica“, tj. „savršena vežba“. No, kako svaki prevod sa kineskog jezika skriva u sebi i velike zamke, ovakvo prevođenje je samo informativno.

Grafički simbol za Tai či je prepoznatljivi znak **JIN-JANG** – krug podeljen krivom linijom, kao latinčno slovo "S", u dva ribolika polja: crno polje sa belim kružićem u sredini i belo polje sa crnim kružićem u sredini. Ovo je originalni simbol za Tai či.

Tai či čuan je kompleksna disciplina, veština duha i tela koja primarno uključuje tri oblasti, tri aspekta: **zdravstveni, meditativni i borilački**. Mada Tai či čuan spada u **WU SHU**

(vu šu) – kineske borilačke veštine, mnoge moderne škole u Kini i u celom svetu, fokusiraju se na neborilački – zdravstveni i meditativni aspekt. Samo tradicionalne škole pokrivaju sva tri aspekta veštine.

A ŠTA JE ČI KUNG?

ČI KUNG (ČI GONG, CI GUN, QI GONG i sl...) sve su to različiti nazivi za jedan od najstarijih sistema psihofizičke samoregulacije. Nastao je u Kini u vreme legendarnog Žutog cara (2700. g. pre naše ere). **ČI** (ili **ČI**) ideogram je **univerzalna energija**, životna snaga koja ispunjava čoveka, sva živa bića i kosmos. **KUNG** je skraćenica od "KUNG





FU" i znači **umeće, majstorstvo, veština** stečena u slobodnom vremenu.

Či kung je umeće da se poveća i primenjuje životna energija, što se postiže tokom vremena vežbanjem i istrajnošću. Za nekog ko je spretan, vešt majstor, ne samo u borilačkim veštinama, već u bilo čemu (npr. u spremanju hrane), Kinezi kažu da je kungfu.

Či kung je sigurno jedan od najstarijih sistema psihofizičke samoregulacije, ozdravljenja i jačanja organizma. Osnovna svrha praktikovanja Či kunga je postizanje unutrašnje harmonije, zdravlja i dugovečnosti.

MORALNI PRINCIPI TAOISTIČKE FILOZOFIJE

Tokom vekova, razvile su se hiljade različitih Či kung vežbi, stvoren je veliki Či kung sistem sastavljen od više pravaca – škola. Postoji danas, npr. taoistički Či kung, medicinski (terapeutski) Či kung, Či kung borilačkih veština, itd. U širem značenju, i Tai či čuan je vrsta Či kunga.

Svaka od ovih škola iz svog ugla posmatra, razvija i obogaćuje Či kung sistem. I pored određenih različitosti, sve škole Či kunga imaju zajedničku osnovu, zajedničke istorijske korene koji dosežu u dubine proteklih vekova.

Kao crvena nit provlače se **moralni principi i ideje taoističke filozofije**: poštenje, ljubaznost prema svemu i svakome, strpljivost, pomaganje siromašnima, odanost i ukazivanje poštovanja dece prema roditeljima, učiteljima i starijima. Jedinstvo (posmatranje i uvažavanje) i harmonija sa prirodom, oplemenjivanje životne energije; postizanje i očuvanje zdravlja, dugovečnost (besmrtnost).

Treba naglasiti da su principi fleksibilnosti, suptilnosti, pažnje-svesnosti, mira, ravnoteže i stabilnosti ugrađeni u temelje i svakodnevnu praksu Tai či čuan veštine, bilo da se radi o vežbanju radi održavanja dobrog zdravlja ili o odbrani i napadu, dakle, borilačkoj veštini. Čak i imena mnogih pokreta u Tai či čuanu ukazuju na taoistički uticaj: „Beli ždral širi krila“, „Zmija puži“, „Uhvati vrapčev rep“, „Ruke u oblacima“, „Zagrlj tigre i vrati se u planinu“, i još mnogi drugi.

KOJE SU KORISTI OD VEŽBANJA ZA SAVREMENOG ČOVEKA?

Vaše sledeće pitanje je, verovatno, zašto baš da vežbam Tai či čuan i Či kung? Kakve su koristi od toga?

Tai či čuan (Či kung) donosi mnogo pozitivnih promena u telu i psihi čoveka. Redovnim i pravilnim vežbanjem uspostavlja se sklad svesti,



Tai Chi Chuan is a complex discipline, skill of mind and body, which primarily involves three areas, three aspects: health, meditation and martial arts. On the other hand, Chi Kung is an ability to increase the active life energy, which can be achieved over time, by exercise and perseverance.

energije i tela, uklanja se stres i psihički zamor, blagotvorno deluje na kardio-vaskularni sistem (umiruje srce, reguliše pritisak i cirkulaciju krvi i limfe), harmonizuje rad žlezda sa unutrašnjim lučenjem (endokrini sistem), jačaju se tetive, zglobovi i ceo mišićno-skeletni sistem – kičma postaje snažnija, pravilno držanje tela se postiže, što direktno utiče na funkcije i bolji rad svih unutrašnjih organa; poboljšava se disanje i jača imunitet, itd.

KO, KAKO I GDE MOŽE VEŽBATI TAI ČI I ČI KUNG?

Bilo bi pogrešno misliti da su Tai či i Či kung neke ekskluzivne veštine namenjene samo naročitim ljudima. Naprotiv, u Kini, Rusiji, Americi, širom Evrope i celog sveta, milioni muškaraca i žena, svih slojeva društva, svih uzrasta i stanja fizičke forme, u slobodno vreme, u parkovima na otvorenom i svuda, upražnjavaju ove divne veštine duha i tela.



Vežbe se izvode **u duhu umerenosti**, sa ciljem učenja kako se osloboditi od napetosti, očuvanja zdravlja, uklanjanja stresa i umora. Koriste se u Kini čak i u bolnicama za lečenje nekih bolesti, i u školama za poboljšanje zdravlja mladih.

Praktikovanje Tai či čuana i Či kunga nema štetnog dejstva niti ograničenja što se tiče uzrasta, pola i zdravstvenog stanja. Tai či čuanom i Či kungom se mogu baviti svi: zdravi i bolesni, mladi i stari, muškarci i žene. Tai či čuan i Či kung se uče i organizovano vežbaju u klubovima i sportskim udruženjima.

U Srbiju su ove veštine dospale preko istočnjačkih borilačkih veština Kung fu, karate, i drugih... Organizovano podučavanje ovih veština u našoj zemlji krenulo je u sekcijama za Tai či pri Kung fu i sličnim klubovima u Beogradu i Novom Sadu.

Zvanično prvi i najstariji registrovani Tai či čuan klub u Srbiji osnovan je 1994. godine u Novom Sadu. Osnivač kluba i prvi učitelj bio je Kinez dr Sun Džen Đun iz Pekinga. U znak zahvalnosti, klub je dobio ime „SUN“ po prvom učitelju i osnivaču. Klub „SUN“ (Sportsko udruženje za tai či čuan) proslavilo je prošle godine dve decenije rada i postojanja. Izvornu veštinu Tai či čuana i Či kung danas u klubu podučavaju učitelji Dragan i Nada Petrović, sa svojim saradnicima, koji vas pozivaju da im se pridružite i uverite se da „ko redovno vežba Tai či čuan postaje savitljiv kao dete, zdrav kao drvoseča i miran kao mudrac“.

Dragan Petrović,
učitelj Tai či čuana i Či kunga

SNAGA i ENERGIJA

Kundalini joga Yogi Bhajana je direktna i savršena praksa koja je u saglasnosti sa životom običnog porodičnog čoveka i koja jako brzo deluje. Kundalini joga nam daje snagu i energiju da se ostvarimo u svakodnevnom životu. Novi nivo osvešćenosti, nadahnuće i zdravlje koje mi crpimo iz naše prakse dozvoljava nam da živimo punim plućima. Šta je u stvari kundalini energija? To je vaš stvaralački potencijal.

Kundalini joga dovodi endokrini sistem u ravnotežu, jača nervni sistem. Ona radi sa sedam čakri, nimbom i aumom, radi direktno sa energijom i princip je vrlo jednostavan – ili vi upravljate energijom ili ona vama. Kundalini



***Danica Cvetković** je KRI sertifikovani učitelj kundalini joge (Kundalini Research Institute, USA). U Rishikeshu, u Indiji, završila je KRI Teacher Treaning, kao i dva modula drugog nivoa i jedan modul trećeg nivoa obuke za KY učitelja. Radila je kao asistent na kursu za učitelje kundalini joge u Rusiji i Indiji. Učesnik je brojnih seminara kundalini joge u Rusiji, Francuskoj, Italiji i Indiji. Završila je prvi deo obuke za iskustvo lečenja preko Kundalini joge, kao i za Reiki Usui.

joga vas može naučiti umetnosti upravljanja svojom energijom i dostizanju balansa.

Kundalini krija je dobro odabran skup pokreta, zvuka, pranajame, mudre, vežbi koncentracije i meditacije, koje automatski usmeravaju energije tela i duše ka dostizanju sposobnosti efektivnog rešavanja širokog spektra zadataka savremenog čoveka. Nazivi kompleksa krija govore sami za sebe: “čišćenje limfnog sistema”; “pobeda depresije”; “oslobađanje od gneva”, itd. Tako raznovrsni kompleksi kundalini jogu čine uistinu unikatnom metodom. Provereni redosled tehnika unutar strukture svake krije, onako kako nam je preneo Yogi Bhajan, daje nam postojano i predvidljivo kretanje unapred, i optimizira osnovne funkcije tela i svesti ka brzom i sigurnom ličnom rastu i isceljenju.

Tradicija Kundalini joge ne razmatra meditaciju odvojeno od asana ili joge. Meditacija je nerazdvojni deo prakse. Vežbanje krija dovodi telo i dušu u stanje u kojem se duboka meditacija lako dostiže. Krija radi tako brzo i efektivno zahvaljujući svojoj potpunosti, balansu i energiji.

Snaga kundalini joge leži neposredno u opitu, iskustvu. Ona ide pravo u srce i širi našu svesnost, sa ciljem otvaranja vrata blagodeti i spoznaje istine. Vi dolazite do poimanja vašeg življenja u odnosu sa Univerzumom i spoznajete ko ste i ko ste uvek bili, i to vas dovodi ka

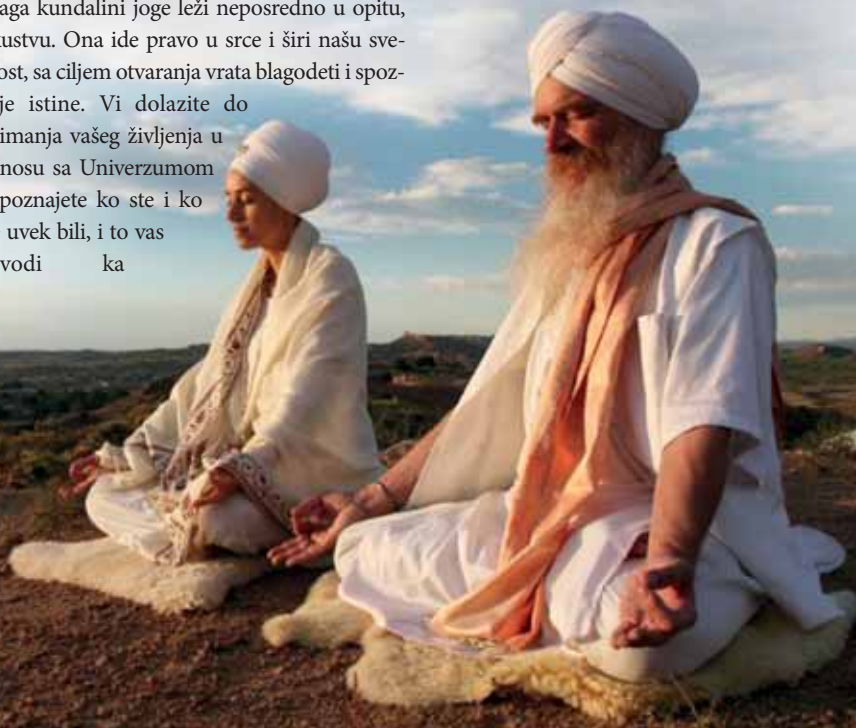


Kundalini yoga Yogi Bhajan is a direct and perfect practice which is in conformity with the life of an ordinary family man and has a very fast effect. Kundalini yoga gives us the strength and energy to accomplish ourselves in everyday life. It leads the endocrine system in balance and strengthens the nervous system.

praktičnom iskustvu doživljavanja beskonačnosti.

Kundalini joga je disciplina koja objedinjuje snagu svesnosti i potencijala čoveka. To je deo radža joge. Nekada je nazivana naukom zmijske snage, Kundalini šakti. U simboličkim istokima, zmija predstavlja energiju, suštinu, osvešćenost, obnavljanje i igru duha. Časovi kundalini joge su dinamični spoj asana, pranajama, mantri, muzike i meditacije. Na njima učite kako da dostignete umetnost relaksacije, samoisceljenja i duhovnog rasta. Balansiranje tela i uma vas vodi ka spoznaji kristalne čistoće vaše duše. Da biste to dostigli, ne morate imati nikakvih prethodnih iskustava u jogi.

Danica Cvetković*





Kraljevi čardaci



Hotel Izvor



Apartmani Biser



Hotel Royal Spa

Wellness & SPA u Srbiji

SVET

WELLNESS & SPA

Wellness & SPA in Serbia



Hotel Mona Zlatibor



Hotel Moskva



SB Merkur



Hotel Life Design





011-3534330

www.lifedesignhotel.rs



www.hotelmoskva.rs



www.squarenine.rs



www.a-hotel-izvor.com



Hotel Premier Aqua, Martina Klasica 16, Banja Vrdnik, Fruška gora,
tel:022 21 55 333 ; 063 566 357; www.hotelprimieraqua.com,
repcija@hotelpremier.rs



+381 21 487 7444

www.prezidenthotel.com





SOLARIS
RESORT

Vrnjačka Banja www.solarisresort.com

036/426-500; 51-000-30



HOTEL SLOBODA

www.a-hotel-sloboda.com



HOTEL ZLATIBOR

www.monazlatibor.com



Solemio
HOTEL

www.hotelsolemio.rs



RUSANDA
MELENCI

www.banjarusanda.rs



BANJA JUNAKOVIC

www.banja-junakovic.rs



www.royalspa.rs



www.kraljevicardaci.com



www.ribarskabanja.rs



www.vrnjicspa.rs



Institut Niška Banja



www.radonnb.co.rs www.sensenb.co.rs



www.biser-apartmani.com

Brod za putovanje unutar sebe – **ALPHASPHERE** ISKUSTVO

Venecijanski umetnik Sha. otkrio je novo multisenzorno iskustvo zasnovano na najnovijim terapijskim otkrićima u energetskoj medicine. „AlphaSphere DELUXE“, umetnički holistički prostor svoj debi imao je u hotelu „Madinat Jumeirah Dubai“.

Prema rečima umetnika prostor koji poboljšava percepciju ljudi fokusiranjem na čula radi postizanja duboke relaksacije, dizajniran je kao iskustvo u kome korisnik može osetiti povećanu i simulatanu svest o bojama, zvukovima, svetlosti, vibracijama, dodiru, temperaturi i mirisu.

Četiri različita 25-minutna programa ređaju se od uravnoteženog i smirujućeg „Plavog“ programa do „Narandžastog“ namenjenog revitalizovanju i podizanju energije. Specijalna verzija koja je prikazana na slici namenjena je za grupnu terapiju, ali češća je verzija za parove ili jednu osobu.

Sha. opisuje „AlphaSphere DELUXE“ kao „svemirski brod za putovanje unutar sebe“ a za sebe kaže da je kreator umetničkih prostora koji povezuju naša čula kako bi na novi način videli, čuli, mirisali, dodirivali i osećali.

www.sha-art.com



Air Malta nudi **spa iskustva** tokom svojih letova



„Air Malta“ u partnerstvu sa „Myoka Spa“ centrom nudi besplatna spa iskustva tokom letova sa i do londonskog „Gatwick aerodroma“. Kao deo inicijative, dva terapeuta iz „Myoka Spa“ pružaju dobrodošlicu putnicima davajući im uzorke proizvoda, a kasnije

tokom leta nude besplatne masaže ruku, stopala i vrata. Putnici takođe dobijaju vaučer u vrednosti od 20 evra koji mogu da iskoriste u bilo kom „Myoka Spa“ centru na Malti. Iz kompanije „Air Malta“ kažu da je ova inicijativa imala veliki uspeh, a izazvala je i veliko interesovanje na društvenim mrežama, ali kako još navode, to je tek početak serije sličnih projekata koje će „Air Malta“ pokrenuti u bliskoj budućnosti.

Six Senses Laamu pokreće wellness programe za decu

Rizort „Six Senses Laamu“ na Maldivima na jesen uvodi seriju wellness časova i inicijativa, dostupnih svakodnevno u „Den“ dečijem klubu tog rizorta. Aktivnosti će uključivati časove osnova joge, tai chi-a i uvoda u meditaciju. Porodicama će biti na raspolaganju i privatni časovi joge, a eksperti za ishranu pomagaće deci da naprave zdrave obroke i sveže sokove. U spa centru „Six Senses Spa Laamu“ već su u ponudi tretmani namenjeni deci, koji uključuju masaže glave, rame, ruku i nogu.



WELLNESS – najveći čuvar zdravlja

Pre dvadeset godina, spa industrija bila je samostalna, izdvojena delatnost i uglavnom je nudila tretmane koji su spadali u domen estetike, kao što su masaže, tretmani lica i noktiju. Isti slučaj je bio i sa fitness-om i medicinskim intervencijama (botoks, fileri...). Wellness kao koncept nije bio poznat. Tokom godina, pojavila se potreba da se pod jednim „krovom“ nađu ove delatnosti, koje, fokusirane na zajedničke ciljeve održavanja zdravlja i wellbeing-a pojedinaca, jedna drugu dopunjavaju. Tako je nastao wellness koncept, koji neprekidno raste i dalje se razvija.

Stručnjaci koji se bave trendovima wellness industrije predviđaju da će u narednih 30 godina najveća pažnja biti usmerena na zdravstvenu preventivu i edukaciju, kao i na potrebu za timskim radom lekara, terapeuta, fitness trenera i drugih profesionalaca u sistemu zdravstvene zaštite.

PREVENTIVA I EDUKACIJA NA PRVOM MESTU

Veliki troškovi zdravstvene zaštite utiće na skretanje fokusa sa lečenja bolesti na preventivu. Fitness i wellness industrija imaće najviše mogućnosti da budu deo ove promene koja treba da donese uštede u novcu i da sačuva živote ljudi. U toku je prekretnica ka prevenciji posebno u vidu povećanja svesti o važnosti bavljenja fizičkim aktivnostima, koje

dovode i do unapređenja kvaliteta života. Koncept „*vežbanje je lek*“ osmišljen je da unapredi dobrostanje ljudi kroz redovno bavljenje fizičkim aktivnostima prepisanim od strane lekara. U ovom konceptu, koji čini trougao sastavljen od fizijatar, doktora i fitness trenera, „lek“ za nekoga ko ima srčane probleme bio bi svakodnevna šetnja i redukovana ishrana, a na primer, za osobe koje su pod stresom izlečenje bi se nalazilo u meditaciji, vežbama disanja, jogi i *tai chi* vežbama.

Fitness profesionalci dobiće novu ulogu zdravstvenih savetnika, koji će držati ljude izvan bolnica, tako što će ih često kontaktirati i interesovati se o tome da li se klijenti pravilno hrane, da li su šetali, itd. Na taj način će ovi profesionalci, pored postavljanja zadataka svojim klijentima, brinuti i o njihovom izvršavanju. Ta njihova uloga biće neophodna, jer je dokazano da samo 15 odsto ljudi može samostalno da se oslobodi starih loših navika. Kasnije, kako ljudi počinju da se bolje osećaju, to postaje glavni motivator da rade na sebi predanije i sa većom voljom. Pored ličnih trenera, smernice će se nalaziti i na pogodnim personalizovanim aplikacijama za mobilne telefone. U narednim godinama, Internet će ponuditi besplatne servise i informacije koje će pomoći ljudima da vežbaju, što je naročito dobra vest za one koji ne mogu

sebi da priušte fitness trenere, savetnike i teretane.

Zdravstvene organizacije, medicinske institucije i druge kompanije imaće inovativan pristup u pomaganju ljudima da ostanu zdravi. Ljude treba edukovati o tome kako da promene svoje



navike i nauče da izaberu zdrav život, a spa centri će u tom smislu imati mogućnost da integrišu wellness ponude. Naravno,

ne mogu svi da priušte redovne odlaske u spa centre ili kod odgovarajućih konsultanata, pa će biti potrebno da se ponude besplatni resursi, kao što su online programi, na kojima će fitness i drugi profesionalci deliti savete i informacije.

PERSONALIZOVANA MEDICINA I TEHNOLOGIJA

Nove tehnologije će omogućiti doktorima specijalistima genetske medicine da analiziraju genetske portrete ljudi u kojima je zapisano šta nam prija, a čega treba da se čuvamo. Doktori će na osnovu tih rezultata moći individualno da savetuju pacijente o ishrani, fizičkim aktivnostima i drugim životnim navikama, kao i o faktorima koji mogu naškoditi njihovom zdravlju. Reč je o preventivnoj ulozi lekara, a ne samo lečilišnoj. Koliko su genetska istraživanja važna za prevenciju,



pokazali su i rezultati istraživanja da osoba koja ne puši i čiji roditelji takođe ne puše ima veće šanse da oboli od raka pluća, ako su to činile dve generacije unazad u porodici! Isto je i sa gojaznošću.

Uređaji kao što su pametni telefoni ili tableti upotpuniće funkciju veb-sajtova i baze podataka u beleženju dijeta i programa vežbanja, edukovaće ljude da ostanu u formi i neguju svoje zdravlje. Spa i wellness industrija imaće mogućnost da koristi tehnologiju kako bi razvila dalje veze između klijenata u



Twenty years ago the industry that we now see as the wellness industry was divided into spa, fitness and medical procedures. The Spa Industry was predominantly a stand-alone operation, offering mainly aesthetic treatments. Spa industry today is a significant part of the wellness. Accelerating advances in medicine and technology will also radically change the industry in the next 30 years, with clients focus shifting toward health and wellness strategies, and main trends will be prevention, education, personalized medicine and supporting technology.

budućnosti. Očekuje se i pojava novih aparata koji će pratiti navike vezane za ishranu: šta jedemo, kako jedemo i koliko često. To će omogućiti doktorima i timu fokusiranom na prevenciju da savetuju ljude kako bi mogli da promene svoje navike u ishrani ili da promene navike kada je u pitanju vežbanje.

Priredila: **Marija Obradović**

SAVREMENA POTREBA:

Stvaranje zdrave radne kulture

Da se premalo pažnje posvećuje projektovanju i opremanju radnog prostora, koji je neraskidivo povezan sa ljudskom produktivnošću – činjenica je oko koje su se složili eksperti na nedavno održanom 7. okruglom stolu Svetskog Wellness Instituta (GWI) na Menhetnu.

Jedan od učesnika, Alfredo Karvahal iz kompanije “Delos” je zapazio da čak i velike kompanije svoje zaposlene “drže” u tzv. nezdravim prostorijama.

- Očekujemo da će u narednoj deceniji doći do promene u izgradnji i projektovanju radnih mesta, sa neophodnim fokusom na prirodnom osvetljenju, zdravom vazduhu, privatnosti i udobnosti radnika, kao i na fleksibilnom dizajnu radnog okruženja. To podrazumeva aktivniju vezu sa prirodom, ljudskom biologijom i okruženjem – naglasio je Karvahal.

Potreba da se dizajnira zdraviji radni prostor i stavi veći fokus na zdravo okruženje – jedan je od deset načina da se pomogne promenljivim potrebama radne snage koja “sagoreva” od upotrebe savremenih tehnologija.

Lideri u oblasti medicine složili su se na ovom skupu da će kompanije takođe morati da redefinišu produktivnost i da rade na prekidanju veze zaposlenog sa poslom nakon radnog vremena, što je danas skoro nemoguće zahvaljujući “pametnim” telefonima, čime su zaposleni postali dostupni 24 sata.

- Rušenje granice između posla i privatnog života ima širok uticaj na fizičko i mentalno zdravlje zaposlenih širom sveta – tvrdi direktor kompanije “Staywell” Pol Teri.

Međutim, učesnici su se složili da treba istaći i pozitivne strane tehnologije. Na primer, online podučavanje i brojne mobilne aplikacije, kao i drugi oblici tehnologije, omogućavaju zaposlenima da dopru do medicinskog osoblja i pre nego što se razbole, ili da pozovu pomoć čak i kad rade na najnepristupačnijim mestima.

Istaknuto je i da se zdravstveni izazovi i wellness resursi u velikoj meri razlikuju širom sveta, te da ne postoji jedan univerzalno primenljiv program, nego ih treba prilagoditi datim okolnostima.

U obzir treba uzeti i generacijske razlike zaposlenih. Na primer, tzv. “milenijum generacija” očekuje mnogo više fleksibilnosti na radnom mestu i podrazumeva ispunjenje svih zdravstvenih i wellness uslova, dok stariji zaposleni više zahtevaju mogućnost rada od kuće. To sve govori u prilog tezi da treba revidirati univerzalni wellness koncept na radnom mestu.

Dok je do sada koncept wellness-a na radnom mestu mahom bio fokusiran na fizičko zdravlje, učesnici okruglog stola predviđaju da će ubuduće akcentat biti na inovativnim strategijama za očuvanje mentalnog zdravlja zaposlenih, kreiranjem holističkog pristupa za očuvanje zdravlja na radnom mestu.

Zaključak sa ovog skupa bio je da kompanije moraju ozbiljno da se posvete stvaranju zdrave radne kulture. Budućnost wellness-a na radnom mestu takođe je tema ovogodišnjeg istraživanja Svetskog Wellness Instituta, koje će biti prezentovano na Svetskom Wellness Samitu u novembru u Meksiko Sittiju.



Too little attention has been paid to designing workspaces that are conducive to human wellbeing and productivity, according to the experts attending the seventh Global Wellness Institute (GWI) round table in Manhattan, US.

U “Izvoru” NOVI izvor zadovoljstva

Hotel “Izvor”, luksuzan rizort smješten u samoj Bukovičkoj banji, nakon uspješne letnje sezone uveliko se priprema za jesen, koju dočekuje sa brojnim novinama, pre svega u Spa & Wellness centru, koje će sasvim sigurno obradovati stalne klijente ali i nove goste koji žele da osete sve čari ovog atraktivnog wellness-a.

Gosti hotela “Izvor” uskoro će moći da se uvere u lekovito dejstvo **slane sobe** ili **slane pećine**, prostorijske čiji su zidovi obloženi panelima od himalajske soli. Himalajska so je nastala pre više od 250 miliona godina isušivanjem prastarih mora. Sadrži u sebi sunčevu svetlost i 84 vrste minerala i prirodnih jedinjenja i kao takva ima veliki uticaj na organizam čoveka. Ona je najzdraviji izvor veštačkog osvetljenja i pravi je izbor za one koji imaju tegoba sa disajnim putevima, sezonskom alergijom, depresijom, astmom i hroničnim umorom.

Druga novina su **tepidarijumi** na galeriji zatvorenog bazena, koji će svojom blagom toplinom da opuste čitavo telo i mišiće, naročito pre i posle korišćenja masažnih bazena, finske saune i parnog kupatila.

U novoj sezoni, svi gosti našeg hotela moći će da probaju i nove tretmane za telo na bazi algi, koji zbog visoke koncentracije joda dokazano pomažu u procesima detoksikacije i sagorevanju masnog tkiva, kao i poboljšanju opšteg stanja organizma. Ovi tretmani se rade u specijalnoj Vichy sobi, u kojoj se nalazi krevet od mermerne ploče zagrejane na 37°C sa mlaznicama, tako da klijent ne treba da ustaje da se tušira, a ujedno dobija i hidro i ručnu masažu.

Kada je reč o našoj standardnoj ponudi, treba istaći da naš hotel ima sopstveni izvor prirodne mineralne vode, temperature od 30°C do 38°C, koja popunjava svih 10 bazena, kao i to da gosti našeg SPA&Wellness centra mogu uživati u opuštajućim masažama koje garantuju osveženje i podmlađivanje, kao i u turskoj banji, relaks sobi, parnom kupatilu, bio sauni, ruskoj banji, finskoj suvoj sauni i veselim tuševima sa zvučnim i svetlosnim efektima.

Ljubiteljima aktivnog odmora na raspolaganju je fitness centar, opremljen najsavremenijom „Platinum Edition“ opremom, kao i profesionalna kuglana sa 6 staza, stolovi za bilijar i stoni tenis, te multifunkcionalni sportski tereni.


Našim najmlađim gostima na raspolaganju je mnoštvo igara edukativnog karaktera, kao što su: Školica kuvanja, Pravljenje koktela, kao i takmičarskih u koje spadaju razni poligoni, turniri u basketu, stonom tenisu i kuglanju. Deca koja borave u našem hotelu provode dosta vremena na čistom vazduhu, u aktivnostima kao što su: šetnja parkom Bukovičke banje, Puštanje zmajeva i jahanje. U ponudi je i popularna Vožnja čamcima i druge igre u bazenu, kao što su vaterpolo, odbojka u vodi i Izroni predmet. Rade se mnoge kreativne radionice, kao što je vajanje, bojenje i kolaži, a večeri su rezervisane za Karaoke, Talenat show i naravno Mini Disco. U planu su i neka nova iznenađenja za najmlađe, kao i uvođenje Korektivne gimnastike, pa će kroz igru deca raditi korisne vežbe, pre svega za kičmu i držanje.

Katarina Milivojević,
Spa & Recreation Manager – Hotel „Izvor“



★★★★★
HOTEL IZVOR
Arandelovac



 Hotel Izvor, a luxury resort located in the Bukovička spa, after a successful summer season prepares for the autumn with numerous innovations, especially in the Spa & Wellness center, which will surely delight regular and new guests who want to experience the magic of this attractive wellness. One of the main innovations is the Salt room, which is among the oldest forms of air treatment, while other innovations are Tepidariums on the gallery of indoor swimming pool. In the new season, all guests of Hotel Izvor will be able to try new treatments for the body based on algae, which due to the high concentration of iodine are proven to help in detoxification processes and the burning of body fat, as well as improving the general condition of the body.



Moja lična misija: Širenje *wellness* kulture!

Glumica Milena Vasić, poznata kao "dama bez blama", po istoimenoj TV šou emisiji, ili lepa Rada iz mjuzikla Cigani lete ka nebu, iako tek zagazila u trideset osmu, ostvarila je mnoštvo značajnih uloga, dajući svojim autentičnim glumačkim izrazom lični pečat i predstavama i vremenu. Atelje 212, Pozorište na Terazijama, Pozorištance Puž i Jugoslovensko dramsko pozorište u kojem igra glavne uloge: Koštanu, Zlatokosu, Aju, Elviru, Evicu... samo su deo njenog pozorišnog opusa, koji u korak prate i TV uloge u sad već kulturnim serijalima: Jesen stiže, dunjo moja, Bela lađa, Ono naše što nekad bejaše... Ipak, kako sama ističe, uspeh na daskama koje život znače, verovatno ne bi bio toliko ispunjavajući da njenu karijeru ne podržava srećna porodična priča u kojoj ona i njen suprug reditelj Jug Radivojević, okruženi decom, stvaraju svoju ličnu istoriju.

Kako je za sve to sasvim sigurno potrebna dobra kondicija, mnogo zdrave životne energije, ali i redovna relaksacija - "dama bez blama" najčešće uživa u blagodetima poznatih wellness centara, priznajući u ekskluzivnom razgovoru na tu temu za Turistički svet, da je u ovoj vrsti hedonizma, što bi se reklo: svoj na svome, u skladu sa sloganom: Samo opušteno..., koji to možda najbolje i objašnjava.

● *Još od davnina ljudi su u termalnoj vodi tražili lek i za duh i za telo. Popularnost wellness & spa centara bukvalno stolicima ne prestaje. Šta ih po vama čini tako popularnim?*

- Popularni su zato što su dobri. Ja se samo nadam da će ljudi shvatiti zbog čega su oni važni i šta sve voda može da učini za čoveka. Samo voda pruža osećaj potpune opuštenosti. Poznato je da je sat i po ili dva, koliko provedete u spa centru, kvalitetnije nego dva sata sna. Pola sata masaže prilikom koje kao da utonete u polusan, nešto između sna i jave, efektivnije je za zdravlje i mnogo bolje nego da ležite kod kuće ispred televizora. Nažalost, mnogi misle da je to luksuz, ali pokušajte da izračunate koliko vremena posvećujete sebi i koliko izdvajate za sebe. Presudan momenat za moje potpuno prihvatanje wellness filozofije bio je trenutak kada sam izračunala koliko dajem svojoj deci za vanškolske aktivnosti. Iskreno, pitala sam se: ko je ovde dete a ko roditelj?

HEDONISTA U DUŠI

● *U čemu najviše uživate u wellness-u?*

- Volim tursko kupatilo, vlažnu saunu i naravno plivanje. U stvari, volim sve ono što podrazumeva spa u zatvorenom centru: temperaturu, zvuk, mirise... Prepuštam se potpuno i uživam svim čulima, kao i moj suprug. Zato najviše i volim da sa njim uživam u blagodatima wellness-a. Godine koje smo uložili u istraživanje turističkih destinacija, a naročito wellness-a, učinile su nas vrlo kompetentnim kada su u pitanju wellness & spa centri. Naš omiljeni spa centar su Terme Olimia. To je jedno fantastično mesto, gde je sve podređeno relaksaciji i - uživanju. Imaju sjajne bazene, a najlepše od svega je što rade do 24 h!

● *Pamtite li gde ste izgubili dah od lepote?*

- Da. I danas pamtim jedno naše putovanje po Italiji, koje je trajalo dvadeset dana, a čiji vrhunac je bio u Bolonji. Kao što to često biva u životu, počelo je katastrofično, a završilo se – transom od oduševljenja! Naime, kada smo stigli u naš hotel u Bolonji, na recepciji su nam saopštili da je, nažalost, soba izdata, ali da ne brinemo! Penjemo se razočarani na osmi sprat. Otvaraju se vrata sobe, a onda: kakvo iznenađenje! Predivna dnevna soba, zatim jedna velika soba, kupatilo sa još jednim parnim kupatilom... Ogromna terasa sa čakuzijem i ležaljka... Bila sam u potpunom transu! Toliko sam bila oduševljena da sam odmah poslala poruke svojim prijateljima. A njihov odgovor na moje oduševljenje je bio prosta konstatacija: Miki, zaslužila si!

EDUKACIJA JE, IPAK, NAJVAŽNIJA

● *Zaslužili ste naravno, jer vaš posao je veoma stresan i naparan. Ali, koliko se često glumci zaista opuštaju u wellness-u?*

- Ahhhh...Glumci? Ne mnogo. Čovek stalno misli da nema vremena i kako je to neka velika akcija. Meni se dešavalo da odem na gostovanje u neki hotel sa fantastičnim spa centrom, a da moje kolege i ne odaju da to vide. Radije odlaze u šoping nego u spa. Hoteli danas nude divne stvari, potrebno je samo da se čovek malo otvori. Naravno da postoje stvari koje su skupe, ali ima i mnogo toga pristupačnog. U inostranstvu su i kultura i navike ljudi drugačije. Čim dođe vikend ide se na izlet, more, osmišljava se piknik. U našim spa centrima gotovo da je redovna pojava da u sauni i turskom kupatilu svi sede u mokrim kupaćim kostimima, što je nedopustivo! Zna se kako se ulazi u grejno telo. Go! Zato ja stalno ističem neophodnost edukacije stanovništva u svemu, pa i kada je u pitanju korišćenje wellness i spa usluga. I negde, kao neko kome je zdrav stil života postao sastavni deo ličnog stila, svoju misiju vidim u širenju kulture wellness-a.



Actress Milena Vasić, known as "the lady without embarrassment" after the eponymous TV show, or pretty Rada from the musical "Cigani lete ka nebu", although only waded into thirty-eight years of age, she has made a number of important roles, giving the authentic expression and personal touch to theater shows and time. Atelje 212, Pozorište na Terazijama, Pozorištanca Puž and Jugoslovensko dramsko pozorište in which she plays the main roles: Koštana, Zlatokosa, Aja, Elvira, Evica... are only part of her theatrical works, with additional of TV roles in famous series : Jesen stiže, dunjo moja, Bela lađa, Ono naše što nekad bejaše... However, as she points out, the success of her work probably would not be so fulfilling if she wasn't supported by her happy family story in which she and her husband, film director Jug Radivojević, surrounded by children, create their own personal history.

As for all this certainly is needed a good stamina, a lot of healthy life energy, and regular relaxation - "lady without embarrassment," most often enjoys the benefits of wellness centers, acknowledging in an exclusive interview on that subject for Turistički svet, that in this type of hedonism, that is to say: she is on her own turf, in accordance with the slogan: Just relax ... that perhaps explains it in the best way.

● *Kad smo već kod zdravog stila života, kakav je vaš koncept ishrane?*

- Svakako, trudim se da se zdravo hranim, kao i čitava moja porodica. Moja ishrana je vrlo jednostavna. Praktikujem jak doručak i ručak sa što više proteina, mesa i salate. Verujem da čovek treba da jede sve što mu prija da bi zadovoljio neku svoju potrebu. Potrebno je samo da se namirnice konzumiraju u određeno doba dana. Mi svi kod kuće jedemo čokoladu i voće, ali od 16h do 18 sati, jer istraživanja pokazuju da tada organizam najbolje luči šećer.

SRBIJA JE BAJKOVITA!

● *Naći balans u svemu, pa i u ishrani, model je koji obećava najveće benefite na duge staze. Turizam, pak, nudi toliko maštovitih izazova na svakoj destinaciji, toliko različitih mogućnosti za praktikovanje zdravog života... Kako vi vidite Srbiju?*

- Jedan od načina za relaksaciju je praktikovanje joge, koja je sada vrlo popularna. Ja radim jogu, ali bih se uvek radije odlučila za šetnju. Srbija ima toliko predivnih predela za pešačenje, gde možeš da se nadišeš čistog vazduha ali i nagledaš divnih boja. Srbija je bajkovita! Ne zna se da li je lepša u proleće ili u jesen kad ozlati. Kao zemlja imamo predispozicije za sve sportove na svežem vazduhu. Srbija je prava vazдушna banja! U mnogim delovima zemlje, pored ostalog, postoje specifične ruže vetrova, kojih nema ili ima vrlo retko na drugim mestima. Iskreno, sigurna sam da nismo ni svesni koliko toga lepog, neobičnog i, pre svega, zdravog – još uvek imamo. Na to nas, nažalost, najčešće podsete stranci ili postajemo svesni toga tek kad se odnekud vratimo kući.

● *Šta je trenutno vaš najvažniji projekat?*

- Moj najvažniji projekat je sin Lav, koji je rođen pre sedam meseci. Mnogo je teško. Sad uvodimo hranu, otkrivamo nove ukuse i stvaramo navike, a to su važni životni koraci, i za mamu i za dete. Posle projekta "hrana", čeka nas projekat "prvi koraci". To su vrlo važni projekti i iziskuju puno koncentracije, ali, pre svega, mnogo ljubavi.

Što se tiče profesije, pozorište će malo da sačeka. Sada uživamo kod kuće, sviramo klavir i pevamo... Trudimo se da živimo ovaj trenutak i to potpuno posvećeno, pomalo hedonistički, ali svakako u skladu s prirodom...

● *Vaša poruka onima koji vas vole?*

- Samo opušteno...

Otvara se SPA & Wellness centar hotela "Sloboda" u Šapcu



In Hotel Sloboda is expected the opening of attractive SPA & Wellness centre, with numerous attractions and possibilities for membership. There will be: Cardio fitness, Spa zone (Finnish sauna, salt room and steam bath), circular pool (diameter of 12 meters and a depth of 1.40 m) and two tepidariums under the staff's supervision. Within the Wellness there are also a Jacuzzi, showers and two dressing rooms, and there will certainly be offered a variety of massages and treatments for relaxation and rejuvenation.



www.a-hotel-sloboda.com



La jedinštveni doživljaj Slobode!

Hotel "Sloboda", reprezentativno hotelsko zdanje koje se nalazi u samom centru Šapca, postalo je za kratko vreme sastavni deo života Šapčana i stecište poslovne i intelektualne elite. Upravo zato, predstojeće otvaranje atraktivnog SPA & Wellness centra u ovom hotelu biće još jedan razlog više da svoje vreme provedu u "Slobodi" na kvalitetan i zanimljiv način.

Stoga svima koji sebi žele da priušte dobru rekreaciju i vrhunsku relaksaciju u Wellness ambijentu, preporučujemo članstvo za neki od Wellness i Fitness programa u ovom centru, u čijim brojnim sadržajima će sigurno uživati. Gostima će biti na raspolaganju: korišćenje kardiofitnesa, Spa zone (finska sauna, slana soba i parno kupatilo), bazena kružnog oblika (prečnika 12 metara i dubine 1,40 m) i dva tepidarijuma uz nadzor osoblja.

U okviru Wellness-a je i đakuzi, tuševi i dve svlačionice, a neizostavan deo ponude će svakako biti i raznovrsne masaže i tretmani za opuštanje i podmlađivanje.

Za korišćenje usluga Spa & Wellness centra biće ponuđena mesečna (1,3,6 mes), godišnja, celodnevna i poludnevna članstva, kao i nekoliko Wellness paketa koji će obuhvatati različite kombinacije svih ponuda ovog centra. Porodice će imati razne pogodnosti i popuste na veći broj masaža.

Vatra, zemlja, voda i vazduh - osnovni su elementi prirode onakve kakvu vidimo i čiju elementarnu snagu teško možemo da kontrolišemo. Ali, koristeći njene elemente, moguće je stvarati svoje okruženje i formirati ga prema sebi. Upravo zahvaljujući poznavanju načina rada sa prirodnim materijalima, vrhunskoj opremi i iskusnom, kreativnom timu saradnika sa izuzetnim tehničkim i radnim sposobnostima, **Alex Engineering&Construction** je, nakon uspešno završenog projekta Spa & Wellness centra u hotelu "Izvor" u Arandjelovcu 2011. godine, angažovan da osmisli i realizuje zanimljiv i po mnogo čemu autentičan koncept spa sadržaja koji će ove jeseni biti sastavni deo enterijera hotela "Sloboda" u Šapcu, u okviru pet osnovnih delova spa koncepta – tretmani, prostorije za odmor, saune, bazeni, fitness.

U SKLADU S PRIRODOM I VISOKIM SPA STANDARDIMA
Prateći osnovne elemente prirode, poštujući zakonitosti i visoke standarde spa centara, kreiran je koncept Spa & Wellness centra hotela "Sloboda" – program za jedinstveni osećaj relaksacije, poboljšanja zdravstvenog stanja, harmonije i potpune čulne transformacije.

Za relaksaciju i odmor formirana je **Slana relax soba**, čiji enterijer doprinosi utisku koji izaziva posmatranje zalaska Sunca, zahvaljujući zidovima koji su formirani od slanih himalajskih cigli sa dekorativnom rasvetom u pozadini. Toplotu prostorije će regulisati peć sa vulkanskim kamenjem. U udobnim ležaljka, kroz veliki stakleni front, gosti će imati pogled na veličanstveni bazen.

Poboljšanje opšteg zdravstvenog stanja pružiće kombinovana **Hammam/Lacoonium/Steam Bath** prostorija sa različitim temperaturnim režimom rada i nivoom vlažnosti vazduha, a orijentalna kombinacija kamena i mozaika sa fascinantnom rasvetom, odvešće korisnike u neko drugo doba.

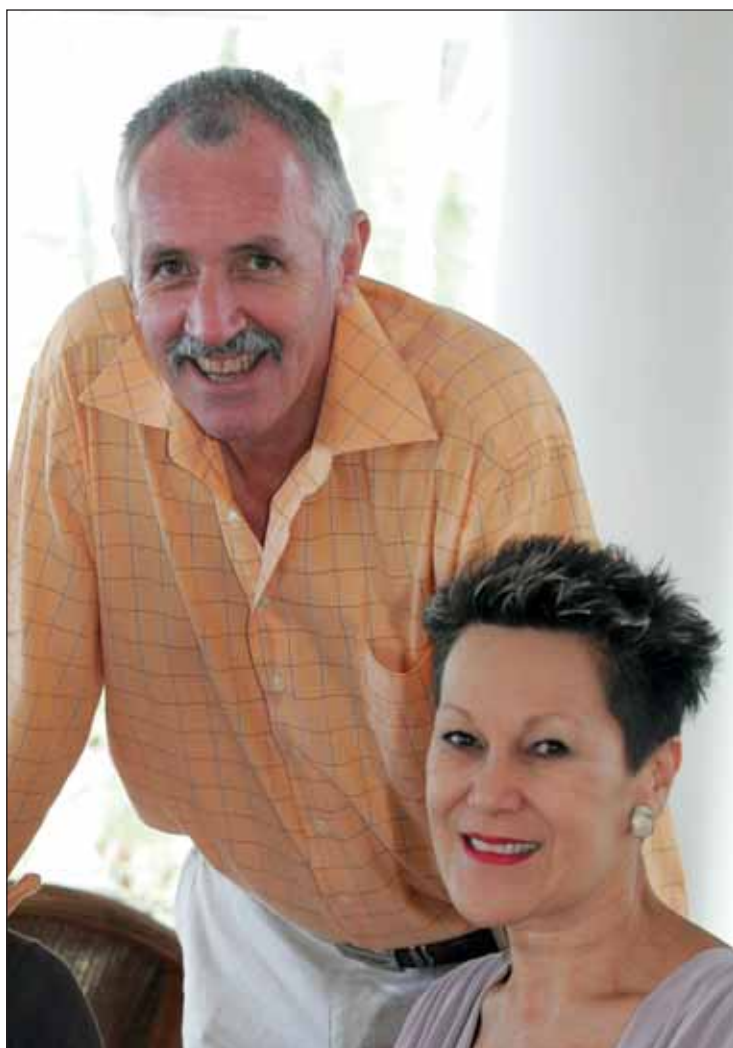
Za snažnu detoksikaciju organizma, korisnici će imati priliku da uživaju u kombinovanoj **Finskoj/Bio/Infracrvenoj sauni**, uz predivan miris drveta Hemlock i nežne tonove esencijalnih ulja. Osvetljen zid slanih himalajskih cigli u ovom prostoru pružiće još udobniji osećaj toplote.

Doživljaj Slobode!

Alex E&C tim
www.alexcompany.rs
www.alexec.rs



In Hotel Sloboda is expected the opening of attractive SPA & Wellness centre, with numerous attractions and possibilities for membership. There will be: Cardio fitness, Spa zone (Finnish sauna, salt room and steam bath), circular pool (diameter of 12 meters and a depth of 1.40 m) and two tepidariums under the staff's supervision. Within the Wellness there are also a Jacuzzi, showers and two dressing rooms, and there will certainly be offered a variety massages and treatments for relaxation and rejuvenation.



Magija zdravlja, wellness-a i relaksacije

„Exclusive Spas Group“ jedna je od najboljih svjetskih spa kompanija, sa mnogo uglednih nagrada. Pomalo već navikli na priznanja vlasnici **Carol i Jeff Fleming** jedno priznanje s ponosom ističu: Condé Nast Traveller Spa Awards UK za najbolji spa u regionu Australije i Južnog Pacifika, koji su dobili u prvoj godini poslovanja. Ono što je impresivno je da se već 8 godina zaredom njihov „Q1 Spa“ ne skida sa liste 10 najboljih spa centara u regionu Australije i Južnog Pacifika! Kako je to moguće ostvariti i koja je formula ili magija uspeha - otkrivaju ekskluzivno za „Turistički Svet“ Carol i Jeff Fleming, ponosni vlasnici Exclusive Spas Group.

Retko se sreće par koji je savršen primer romantičnog braka, koji pored toga i radi zajedno posao u kome su oboje veoma uspešni. *Carol i Jeff Fleming* upoznali su se na Novom Zelandu, verili u Južnoj Africi, venčali u Grčkoj, a zatim preselili u Australiju. Zajedno su više puta proputovali svet, radili u hotelima na menadžerskim pozicijama, a sada upravljaju međunarodno uspešnom spa kompanijom „Exclusive Spas Group“, u čijem sastavu se nalaze „Peppers Spa“ – *Palm Cove* (spa prestonica Australije), gizdavi međunarodno priznat „Q1 Spa“ u „Q1 rizortu“ – *Gold Coast* (u najvišoj stambenoj zgradi na svetu) i „Peppers Spa“ – *Port Douglas* (broj 1 tropska destinacija u Australiji). Žive na mestu gde se kišna šuma susreće sa morem – na plaži *Wonga*, nedaleko od mesta *Port Douglas* u Australiji.

UNIKATNI SPA KONCEPT

Uživanje u životu, osećaj zahvalnosti za sve što imaju, uživanje u malim stvarima i poštovanje prema drugim ljudima su zaštit-

ni znaci filozofije porodice Fleming i većeg dela njihovog poslovnog uspeha.

Otvoreni um i ponašanje bez imalo uplitanja ega odredilo je njihov poslovni uspeh. Veštine razvijene tokom godina rada u hotelskoj industriji mogle su da se primene na bilo koju uslužnu delatnost. Ovaj par je prepoznao potrebu za vrhunskim spa centrom pa su nakon godina vrednog rada došli do savršenog formata i ostvarili rezultate o kojima su sanjali.

Carol ističe da njihov spa koncept nije vezan za lepotu, već za zdravlje i wellness. U svojoj suštini spa ima terapeutski i lekovit učinak, a oni su tome dodali i delić duhovnosti i mrvicu spiritualnosti, pa njihov spa centar nije nalik ni jednom drugom i to je stvorilo magiju koja im je donela uspeh.

JEDAN OD 10 NAJBOLJIH U SVETU!

- Mi našim spa projektima pristupamo sa mnogo strasti, što su i drugi prepoznali i prepustili nam upravljanje još šest spa centara.

Pored toga radimo i kao konsultanti u ovoj industriji, a Jeff je bio član odbora Australijske spa asocijacije – ASPA. Ubrzo smo postali uključeni u razvoj skoro svih vodećih svetskih spa centara u Australiji. Kada ste jednom izašli



Carol and Jeff Fleming have found the perfect life balance. The couple own and operate the multi international award winning Exclusive Spas at Peppers Beach Club at Palm Cove, Q1 Spa at Q1 Resort on the Gold Coast and Peppers Spa at the Beach Club in Port Douglas. Enjoying life, being grateful for all they have, taking pleasure in the small things and appreciating other people are the hallmarks of the Fleming's philosophy and a major part of their business success. The Exclusive Spas Group have won the coveted Conde Nast Traveller Spa Awards UK, the number one Spa Australasia, South Pacific Region and was voted among the Top Ten Best Spas of the World.

na svetsku pozornicu i osvojili globalna priznanja, ništa manje nije prihvatljivo. Bio je naporan posao to postići, ali smo uživali, jer oboje verujemo da nagrade dolaze kada mnogo dajete, a mi smo primili mnogo nagrada - kaže Carol. Nagrada jeste bilo mnogo, ali najznačajnija nagrada koju je osvojio „Exclusive Spas Group“ je priznanje *Conde Nast Traveller Spa Awards UK* za najbolji spa u regionu Australije i Južnog Pacifika, a izglasan je i među 10 najboljih spa centara na svetu! „Q1 Spa“ se našao među 10 najboljih spa centara u regionu Australije i Južnog Pacifika na listi *Conde' Nast Traveller*-a već u prvoj godini poslovanja, na kojoj opstaje već 8 godina! Kako su sve to postigli?

Terapeuti su ključ i tajna celokupnog poslovnog uspeha. Oni su profesionalci koji imaju terapeutske i lečilišne veštine, ali i znanje da razumeju fiziologiju i psihologiju. Zapošljavaju samo visokokvalifikovane terapeute, a zatim ih obučavaju po svojim standardima.



EKSKLUZIVNO: CAROL I JEFF FLEMING, VLASNICI AUSTRALIJSKE KOMPANIJE EXCLUSIVE SPAS GROUP,
JEDNE OD NAJBOLJIH SVETSKIH SPA KOMPANIJA



- Oni moraju da dele našu filozofiju i osećaju strast prema poslu, jer je spa tretman u nekom od „Exclusive Spa“ objekata terapeutsko i holističko iskustvo, sa daškom spiritualnosti. Njihova posvećenost profesiji, težnja ka izuzetnosti i sposobnost da sve to „uviju“ tako da kroz negu prenose na goste – to je ono što nas izdvaja - ističe Carol.

MESTO GDE SE OSEĆA TIŠINA

Gradovi u kojim se nalaze ovi spa centri postali su prepoznatljivi kao jedne od najboljih tropskih spa destinacija u Australiji, u kojima će gosti lagano „nestati sa radara“ u magiji zdravlja, wellness-a i relaksacije. Svaki od ova tri centra nudi svojstvenu izvanrednu i raznoliku ponudu tretmana i nalaze se u regiji koja se može nazvati spa rajem na zemlji. Odmor na ovim lokacijama neće samo uticati na to da se gosti opuste već daju i mogućnost da se obnovi



harmonija, povrati energija i mladost uma, tela i duha.

Spa centri namenjeni muškarcima i ženama nude Vichy tuševe, prostorije za hidroterapiju, bazene sa hladnom vodom, tople kade, *fragrant Geisha* kade, otvorene mediteranske bašte, aromatična parna kupatila, usluge masaže... Očaravajuće, mirne, intimne i spiritualne sobe za tretmane dekorisane u simbolima zemlje odišu šarmom i harmonijom, a soba za relaksaciju nudi biljne čajeve, tropska pića i čak neka penušava vina i laganu hranu.

Ovi spa centri razlikuju se po proizvodima koje koriste. Neki koriste jedinstvene lokalne australijske biljke i voće, neki koriste proizvode inspirisane drevnim sastojcima koji su koristili Aboridžini, a neki klasične evropske i azijske proizvode. Fuzija drevnih

terapija, sa kulturama iz tropskih kišnih šuma i grebena sa krajnjeg istoka predstavljena je u čudesnim pilinzima tela sa solju iz pustinja, maskama od lekovitog blata i morske mahovine pune minerala, pakovanjima od morke trave ili pustinjske zemlje.

Međunarodno priznata masaža drevnim aboridžinskim tehnikama crpi energiju, vibracije i spiritualnost iz okruženih kišnih šuma i okeana, što će kod klijenata povratiti tok energije u organizmu i uspostaviti harmoniju tela, uma i duha.

Ovde se događa magija, ovde vreme nema svoje mesto, ovde se mir spušta u celokupno biće... oseća se tišina.

Privedila:
Marija Obradović

Mesto gde ste posvećeni samo sebi



Spa centar "Aroma Spa Retreat" je potpuno izdvojeno, pravo rajsko mesto u sklopu hotela "Sanur Beach" na Baliju. Smešten u tradicionalnim balinežanskim kućicama, okružen privatnim vrtovima i sa sopstvenom plažom, ovaj centar svojim posetiocima omogućava savršenu udobnost. Uz spokoj okeanskog vetrića i zvuke talasa koji se razbijaju o obalu, na ovom mestu, koje je u potpunosti posvećeno gostu, moguće je doživeti kompletnu relaksaciju.

Pre nego što su pokrenule "Aroma Spa Retreat", sestre **Delma** i **Sonya Davies** maštale su o mestu na kojem bi se neko brinuo o njima i njihovim potrebama, mestu na kom bi mogle da se posvete samo sebi. Jer, obe imaju decu sa zdravstvenim problemima i obe su iskusile iscrpljenost usled prevelike brige o njima. Često su i oko sebe vidale ljude sa sličnim problemima: previše posvećene, koji mnogo rade, nemaju vremena za sebe, koji pate od umora, jer stalno daju podršku drugima.

KAKO BITI DRUGAČIJI?

Počele su sa istraživanjem: šta je to drugačije što bi njih dve mogle da donesu na tržište? Postojalo je mnogo spa centara i zdravstvenih rizorta, ali ni jedan u to vreme nije nudio uslugu dnevnog spa iskustva, sa programima relaksacije, regeneracije i podmlađivanja. Sonya je uz Delminu pomoć krenula da razvija program za regeneraciju tela posle autoimunih bolesti. Sestre su odlučile da principe koje su naučile iz ovog istraživanja primene i





Aroma Spa Retreat is a secluded paradise within the hotel Sanur Beach in Bali. Settled in a traditional Balinese houses, surrounded by private gardens and with private beach, this property offers its guests a perfect comfort. With a serenity of ocean breeze and sounds of waves breaking on the shore, at this place entirely dedicated to the guests, it is possible to experience complete relaxation.



na spa koncept. Izabrale su Bali – ostrvo bogova i mesto duboke spiritualnosti, bogato tradicijom zdravstvenih i spa centra, sa terapeutima čiji je dodir jedinstven i lekovit.

DOBAR GLAS DALEKO SE ČUJE

Kada su otvorile spa centar, vesti o jedinstvenim programima, dobro obučenom osoblju i visokim standardima čistoće koja se u "Aroma Spa Retreat"-u rigorozno održava, počele su da se šire. A "Aroma Spa Retreat" je četiri godine zaredom dobijao "Trip Advisor" nagrade za izvrsnost i tako postao jedini spa centar na Baliju koji je uzastopno nagrađivan od dana kad se otvorio, što je znatno uticalo na njegovu reputaciju. "Aroma Spa Retreat" je zatim polako počeo da obučava osoblje drugih spa rizorta, čak i iz inostranstva, a treninzi su, u zavisnosti od programa, trajali od šest nedelja do jedne godine.

"ODMOR NA ODMORU"

S obzirom da ovaj spa centar posluje na egzotičnoj destinaciji, klijenti "Aroma Spa Retreat"-a su najčešće ljudi koji provode svoj odmor na Baliju. Kako je spa iskustvo deo odmora, zaštitni znak "Aroma Spa Retreat"-a je celodnevni tretman koji traje osam sati i nosi naziv "Odmor na odmoru".

Dolaskom u ovaj spa centar, posetioci proglašavaju "vreme za sebe", provodeći ga bez porodice i prijatelja, kako bi se u potpunosti posvetili sebi. Na spa centru je odgovornost da im ponudi iskustvo koje će unaprediti njihov osećaj wellbeing-a, kao i nivo opuštenosti.

UŽIVANJE ZA SVA ČULA

"Aroma Spa Retreat" ima prirodan i holistički pristup lepoti. Njegov moto je "osetljivost na dodir", koji potiče od verovanja da dodir ima lekovita i podmlađujuća svojstva. Osoblje ovog spa centra se specijalno obučava za jedinstvene "Aroma Spa" tretmane. Okruženje stimuliše telo obezbeđujući da ono postane receptivno i da može da apsorbuje puni efekat zdravlja i lepote tretmana.

Lokacija ovog spa centra poziva na relaksaciju svojim zvukovima i prizorima plaže ušuškane na kraju spa poseda. "Aroma Spa Retreat" je i melem za oči, jer čim u njega kročite, nailazite na cvetne zavese i divan dekor koji daje osećaj spokoja. Krećući se po

SAVETI ZA PROFESIONALCE

Sa dvadesetogodišnjim iskustvom u spa i wellness industriji, Delma i Sonya Davies srećne su što mogu da podele svoje znanje o poslovanju u spa centru i uopšteno u spa i wellness industriji. One smatraju da menadžeri spa centara moraju da uzmu u obzir sledeća očekivanja klijenata: prostor, tretmane, proizvode, opremu i trening osoblja.

Prostor. Spa centar može da bude smešten u najlepšoj prirodnoj sredini ili u najelitnijem prostoru neke prestonice, ali najvažnije za jedan spa centar je njegova unutrašnjost, tj. ambijent. Klijent mora da oseti da o njemu brinu, te bi enterijer trebalo da bude toplo, tiho i zaštitničko okruženje. Dekoracije i sadržaji treba da podupiru teoriju da gost uživa u vremenu izvan svog užurbanog života, u kome će biti negovan i pažen.

Tretmani. Spa centar je profesionalna organizacija, pa stoga tretmani moraju biti u pravom smislu reči tretmani, a ne čista upotreba proizvoda. Tretmane treba istražiti, pa čak i snimiti njihov proces, kako bi se obuka zaposlenih i usluživanje klijenata moglo nadgledati i ocenjivati. Tu leži jedna od najvećih slabosti mnogih spa centara. Jedna od odlika "Aroma Spa Retreat"-a je da se tretmani svakodnevno snimaju i ocenjuju, a svaki novi terapeut mora da prođe šest nedelja tretninga.

Proizvodi. Na tržištu postoji mnogo specifičnih spa proizvoda, ali mnogi ne preduzimaju obuku za njihovu adekvatnu primenu. Takođe, klijenti imaju više znanja o aditivima i konzervansima u mnogim profesionalnim proizvodima, koji se koriste radi produženja roka ispravnosti, ali u isto vreme mogu imati loš uticaj na zdravlje korisnika. Klijenti se danas raspituju o proizvodima i njihovim sastojcima, a imaju i očekivanja da ti proizvodi budu organski i prirodni. Zato je važno da spa centar ponudi najkvalitetnije proizvode koji se mogu naći na tržištu i da ih koristi po uputstvima proizvođača.

Opema. Ukoliko spa centar ima slabu opremu, to može ugroziti iskustvo klijenta. Tretmani mogu biti izvedeni profesionalno, ali ukoliko krevet nije udoban, ili oprema nije u potpunosti ispravna, iskustvo klijenta biće degradirano. Opremu treba redovno proveravati i servisirati. Ponekad nam se može učiniti da je aparat ispravan, ali da bi se izbegla mogućnost da klijent na svojoj koži oseti da nešto ne radi, treba redovno proveravati opremu i iz ugla gosta.

Obuka osoblja. Osoblje je ogledalo poslovanja. Zaposleni su u ličnom kontaktu sa klijentima i stoga su u bliskoj vezi sa profitabilnošću. Ukoliko nisu obučeni, neće znati šta se od njih očekuje i neće moći da održe standarde. Standardne procedure poslovanja ili način na koji treba tretirati klijente treba razvijati i ocenjivati sa svih aspekata poslovanja. Menadžeri ne mogu sve sami da obavljaju, zato je važno obučiti osoblje da upravlja svojim radnim mestom i interakcijom sa klijentima. Osoblje treba da razume sve zadatke, od pozdravljanja gostiju, preko sprovođenja tretmana, pa do ocenjivanja iskustva klijenata. Na taj način kontrolišete kakvo će iskustvo imati vaš klijent.



celom kompleksu, spazićete luksuzne sobe za tretmane za parove ili pojedince, koje su neverovatno čiste i u kojima se izuzetna pažnja posvećuje detaljima.

"Aroma Spa Retreat" je mesto koje klijentima nudi vreme za sebe, za ugađanje, osveženje, rekonekciju, za lečenje, punjenje "baterija" i opuštanje. Ukratko – mesto koje pruža užitek za sva čula...

Privedila: Marija Obradović

Kraljevski odmor

Odmori koji su vam zaista potrebni kako biste pobjegli od svoje dnevne rutine su tu da vas podmlade i daju vam novu energiju za predstojeće izazove. Spa centri su prava mesta za takve odmore, a mi vam ovoga puta predstavljamo 10 najluksuznijih spa centara širom sveta poznatih po svojim skupocenim i luksuznim tretmanima. Očekujte udaljene destinacije, senzualne tretmane, savršenu uslugu dostojnu kraljeva... Novac vam možda ne može kupiti sreću, ali vam može platiti savršeno luksuzni spa tretman, što je dovoljno blizu.

10. „SHANTIGIRI SPA“ U RIZORTU

„SCHLOSS ELMAU RETREAT“, BAVARSKÉ ALPI

Luksuzni tretman – Physio Floating masaža – cena 100 dolara

Ušuškan na sunčanom brdu sa spektakularnim pogledom na Veterštajn planinu i Feršebah potok, „Schloss Elmau“ odmaralište ja pravi raj za ljubitelje spa centara kojima nudi wellness iskustvo u kompletu sa sobama za relaksaciju, saunama, čajdžinicama i hladnim bazenima. Ovde postoje najrazličitiji tretmani, a najviše se izdvaja „Physio Floating“ masaža u trajanju od 45 minuta, koja se odigrava u bazenu sa vodom ugrejanom do 35 stepeni. Vi plutate u bazenu sa jastukom ispod glave i plutajućom polugom ispod vaših kolena, dok vas terapeut masira i otklanja tenziju u celom telu. Tretman se završava masažom leđa i vrata. Posebna draž ovog tretmana je bestežinsko stanje koja terapeutu daje mogućnost trodimenzionalne rotacije na kičmi i glavnim zglobovima.



We present you world's top 10 luxury spa centres with their costly and unique treatments: Shantigiri Spa in Schloss Elmau Retreat, Bavarian Alps (Physio Floating massage), Alexandria in Four Seasons Hotel San Stefano, Egypt (Cleopatra treatment), Emirates Palace Spa in Emirates Palace Hotel, Abu Dhabi (Palace massage), Spa Botánico in Dorado Beach Ritz-Carlton Reserve, Puerto Rico (Hammock massage), Spa centre in Trump Soho, New York (diamond dust treatment), Akasha Holistic Wellbeing Centre in Café Royal Hotel, London (Sodashi Crystalus massage), One&Only Spa in One&Only Hayman Island, Great Barrier Reef (Ocean Dreaming), Spa in Mandarin Oriental Hotel, New York (jade face treatment), Ishtar Spa by Resense in Kempinski Ishtar Hotel Dead Sea, Jordan (Bathing Ku) and Bulgari Spa in Bulgari Hotel & Residences, London (Cellular Exclusive Lift concept).



9. „ALEXANDRIA“ U HOTELU

„FOUR SEASONS SAN STEFANO“, EGIPAT

Luksuzni tretman – Kleopara tretman – cena 160 dolara

Ovaj nagrađivani spa centar sa četrnaest soba za tretmane, dva apartmana za parove, saunama i ložama sa hidromasažnim kadama, je egzotično mesto za beg od turobnog svakodnevnog života. On se oslanja na bogatu istoriju regije u kojoj se nalazi sa ciljem kreiranja luksuznih tretmana koji će se pobrinuti za vaše telo i duh. Pre 2.000 godina, Antonije i Kleopatra proveli su zimu u Aleksandriji. Njena legendarna lepota bila je inspiracija za mnoge priče i spa tretmane. Tretman koji je po njoj dobio ime predstavlja čistu dekadenciju. Tokom ovog tretmana koristi se egipatsko mleko, od kog se uz dodavanje meda, pravi kupka. Nakon luksuzne mlečne kupke sledi masaža u trajanju od 50 minuta.



8. „EMIRATES PALACE SPA“ U HOTELU „EMIRATES PALACE“, ABU DABI

Luksuzni tretman – Palace masaža – cena 215 dolara

Sa listom sastojaka koja sadrži između ostalog zlato, dijamanate i kavijar, ovaj spa centar svim svojim gostima nudi posve kraljevski tretman. Antičke tradicije poput marokanskog hamama ovde su kombinovane sa modernom tehnologijom nege kože i personalizovanom uslugom. Najpoznatiji tretman je „Palace“ masaža, koja se sastoji od tri različite vrste masaža. Prva masaža se izvodi zlatnim uljem kako bi korisnik povratio harmoniju, druga masaža sa uljem od dijamanata namenjena je sakupljanju nove energije i vitalnosti, a treća - masaža kavijarom služi za čistu relaksaciju.

7. „SPA BOTÁNICO“ U RIZORTU „DORADO BEACH RITZ-CARLTON RESERVE“, PORTORIKO

Luksuzni tretman – Hammock masaža – cena 225 dolara

Smešten usred bašte ananasa, „Spa Botánico“ je pravi tropski raj. Tretmani u kućama na drveću, otvoreni tuševi i bazeni su tu da vam pruže najbolji mogući osećaj. Najbolji deo letnjeg odmora je uživanje u ležaljki, u hladovini tropskog bilja. „Spa Botánico“ je ovu tradiciju pretvorio u unikatni spa tretman u trajanju od 60 minuta. Dok se ljuljate u udobnim ležaljka, dobijate i ritmičnu masažu fokusnih tačaka na leđima, rukama i nogama. Uz zvuke vetra i okeana, šta vam je još potrebno za opuštanje?



6. SPA CENTAR U „TRUMP SOHO-U“, NJUJORK

Luksuzni tretman – tretman dijamantskim prahom – cena 275 dolara

U ovom spa centru nalazi se jedini hamam u gradu, a pored toga spa vam nudi prostrane otvorene i zatvorene sobe za tretmane, lože i tri spa apartmana. Jedan od tretmana koji jednostavno morate isprobati je 60-minutni tretman dijamantskim prahom koji čisti vaše telo, smanjuje tenziju i eliminiše efekte elektromagnetnog zagađenja. Baršunasta formula blata sa dijamantskim prahom nanosi se na celo telo, uz temeljnu masažu mekanim magnetnim rukavicama koje lagano podižu čestice prašine i ostavljaju kožu čistom i hidriranom.



5. „AKASHA HOLISTIC WELLBEING CENTER“ U HOTELU „CAFÉ ROYAL“, LONDON

Luksuzni tretman – masaža Sodashi Crystalus – cena 280 dolara

Opisano kao urbano odmaralište, ponuda ovog spa centra fokusirana je na holistički pristup wellbeing-u, i njihovi tretmani imaju za cilj da promoviraju zdravlje, sreću i ispunjenost, dok poboljšavaju vaš lični balans. Spa centar koristi preparate australijanskog brenda „Sodashi“ za koji se smatra da ima jedan od najčistijih asortimana u svetu. „Sodashi Crystalus“ masaža traje devedeset minuta, a koristi se staro australijansko lekovito kamenje i kristali sa ciljem uticanja na um, telo i duh, donoseći totalnu harmoniju. Nakon ovog tretmana osećaćete se opušteno, uravnoteženo i podmlađeno.



4. „ONE&ONLY SPA“ U RIZORTU „ONE&ONLY HAYMAN ISLAND“, VELIKI KORALNI GREBEN, PACIFIK

Luksuzni tretman – Ocean Dreaming – cena 315 dolara

Smešten u srcu Velikog koralnog grebena, okružen besprekornim, kristalno čistim vodama, „One & Only“ spa centar je beg od čitavog sveta, skriveno mesto koje vam daje priliku da se odmorite i napunite svoje baterije, a nudi širok asortiman tretmana, među kojima je i „Ocean Dreaming“. Sprovodi se u plavim vodama mora, gde plutate okruženi tropskim ribicama, dok vam terapeut pruža umirujuću masažu koja odgovara baš vašem tipu tela. Uz ovu masažu koriste se topla botanička ulja, koja vas u kombinaciji sa talasima umiruju i daju priliku da zaboravite na sve što vas muči.



3. SPA CENTAR U „MANDARIN ORIENTAL“ HOTELU, NJUJORK

Luksuzni tretman – tretman lica žadom – cena 365 dolara

Smešten na 35.spratu „Mandarin Oriental“ hotela, ovaj spa kreira okruženje koje umiruje um i očarava vaša čula. Tretman lica koji je posebno izdvojen je neinvazivni anti-aging tretman lica kamenom žada, koji koristi patentirani kamen za detoksikaciju, učvršćivanje i podizanje kože lica za zdraviji i mlađi izgled. Sve počinje eksfolijacijom puderastim perlama, a potom sledi serija masaža odnosno manipulacija kamenom žada. Ove masaže dizajnirane su tako da vežbaju mišiće lica i vrše limfnu drenažu. Na kraju se na lice nanosi maska, koja hrani i hidrira kožu, dok gosti uživaju u masaži ruku i nogu. Ovaj tretman traje 80 minuta.

2. „ISHTAR SPA BY RESENSE“ U HOTELU „KEMPINSKI ISHTAR DEAD SEA“, JORDAN

Luksuzni tretman – Bathing Kur – cena 430 dolara

Mrtvo more je odavno poznato po svojim lekovitim svojstvima i kao jedna od najboljih lekovitih destinacija. „Ishtar spa“ centar koristi najbolje od svoje lokacije, nudeći luksuzne tretmane i personalizovanu uslugu. Ovo je najveći spa centar u regionu, a sadrži šest otvorenih individualnih prostora za tretman ili relaksaciju, hidro usluge sa parnom sobom, saunom i hidromasažnim kadama, tepidarium, „Dead Sea“ bazen i najveći hidro-bazen u Mrtvom moru. „Bathing Kur“ usluga sastoji se od različitih tretmana, uključujući toplu i hladnu kupku, čišćenje i masažu solima iz Mrtvog mora i blatom, kao i tretman u sauni, a završava se spavanjem u prostoriji gde možete zaboraviti na sve vaše brige i isključiti svoj mozak. Tretman traje tri sata.



1. „BULGARI SPA“ U RIZORTU „BULGARI HOTEL & RESIDENCES“, LONDON

Luksuzni tretman – Cellular Exclusive Lift koncept – cena 1.415 dolara

Jedan od najvećih spa centara u centralnom Londonu, „Bulgari spa“ nudi besprekoran asortiman usluga i tretmana gostima hotela, ali i programe članstva za ljude koji nisu gosti hotela, a žele da uživaju u njihovim spa tretmanima. Najpoznatiji u ponudi je švajcarski tretman lica „Cellular Exclusive Lift“, koji kozmetikom luksuznih i skupocenih brendova prekida starenje kože na više nivoa – on poboljšava čvrstinu kože, dok promovira obnovu ćelija. Nakon 80 minuta, bore su izglađene, a koža je vidljivo podignuta.

WELLNESS ACADEMY

WA

PF

PEĐA FILIPOVIĆ

Karađorđeva 49/II-3, Beograd

011 2620 802, 063 7704 255

www.pedja-filipovic.net

wellnessakademijapf@gmail.com

Sve blagodeti šumskog wellnessa

Zamislite novu granu medicine koja vas može naučiti da budete aktivniji, relaksiraniji, da kontrolirate stres i da smanjite rizik od karcinoma i drugih bolesti koje su posledica nezdravih životnih stilova, i to sve kroz boravak u šumi. Ova nova grana medicine zove se "šumska medicina". Ona uključuje u svoja istraživanja uticaj boravka u šumi na ljudsko zdravlje i predstavlja interdisciplinarnu nauku koja obuhvata elemente alternativne medicine, medicine bazirane na uticajima životne okoline i preventivne medicine.

Shinrin yoku – kupanje u šumskom vazduhu je element tradicije zdravih životnih stilova Japana. U Koreji se ova procedura naziva *Sanlimyok*; u Finskoj je praktikuju, ali nemaju tradicionalni naziv; u Irskoj se zove *Boladh na Síoga* ili kupanje u dahu šumske vile. Termin "Forest medicine" – „Šumska medicina“, uveden je u Japanu 2006. godine, naredne godine i u Engleskoj, a od 2009. godine na Medicinskom fakultetu Univerziteta Harvard održava se letnja škola "Forest medicine".

"Shinrin yoku trip" ili putovanje radi kupanja u šumskom vazduhu se koristi u Japanu od 1981. godine i predstavlja standardnu zdravstveno-preventivnu proceduru koja se sprovodi u 48 označenih regija. Uključivanje programa kupanja u šumskom vazduhu u zdrave životne stilove prvi put je izvedeno na predlog Agencije za šume Japana 1982. godine i prvi skup posvećen ovoj metodi održan je u Nagano prefekturi na severozapadu Japana.

Šume prekrivaju 67% površine Japana, pa je ova metoda sa lakoćom dobila veliku popularnost. Od 1981. pa do danas, kupanje u šumskom vazduhu postaje svetski trend. Na „SPA finder“-u, vodećem sajtu za praćenje trendova u SPA i Wellness industriji, „Forest bathing“ (kupanje u šumskom vazduhu) zauzelo je prvo mesto među trendovima za 2015. godinu.

EFEKTI KUPANJA U ŠUMSKOM VAZDUHU NA ZDRAVLJE ČOVEKA

Kupanje u šumskom vazduhu, kao osnovni program šumske medicine, pripada oblasti komplementarne medicine, aromaterapije i predstavlja preventivne i pomoćne terapijske metode izlaganja aromatičnim molekulima drveća šume fitoncidima koji imaju višestruko pozitivan uticaj na zdravlje ljudi i kvalitet života.

Ljudi mogu da uživaju tokom boravka u šumi preko stimulacije svih pet čula: u mirisu šume, zelenoj boji biljaka, šumu vodopada i pevanju ptica, konzumaciji šumskih plodova i grljenju drveća.

Tokom 2004-2006. sproveden je veliki program Ministarstva za poljoprivredu i šumarstvo Japana, koji je pokazao značajne pozitivne efekte boravka u šumi na ljudsko zdravlje, primenom metoda zasnovanih na dokazima. Ustanovljeno je dejstvo na mentalno zdravlje i kontrolisanje stresa. Kupanje u šumskom vazduhu redukuje prefrontalnu aktivnost mozga, smanjuje krvni pritisak i daje efekat relaksacije. Povećava se aktivnost ćelija ubica i ekspresija antikancerskih proteina uključujući perforin, granzime A/B i granulizine. Ovi efekti mogu perzistirati i do 30 dana nakon boravka u šumi.

ŠTA JE ŠUMSKA MEDICINA?

To je medicina koja proučava efekte boravka u šumi na ljudsko zdravlje. Šumska medicina, pored blagodeti za zdravlje koje nudi boravak u šumi, proučava i moguća neželjena dejstva šume na zdravlje i mogućnost da se rizici od ovih dejstava smanje na minimum.

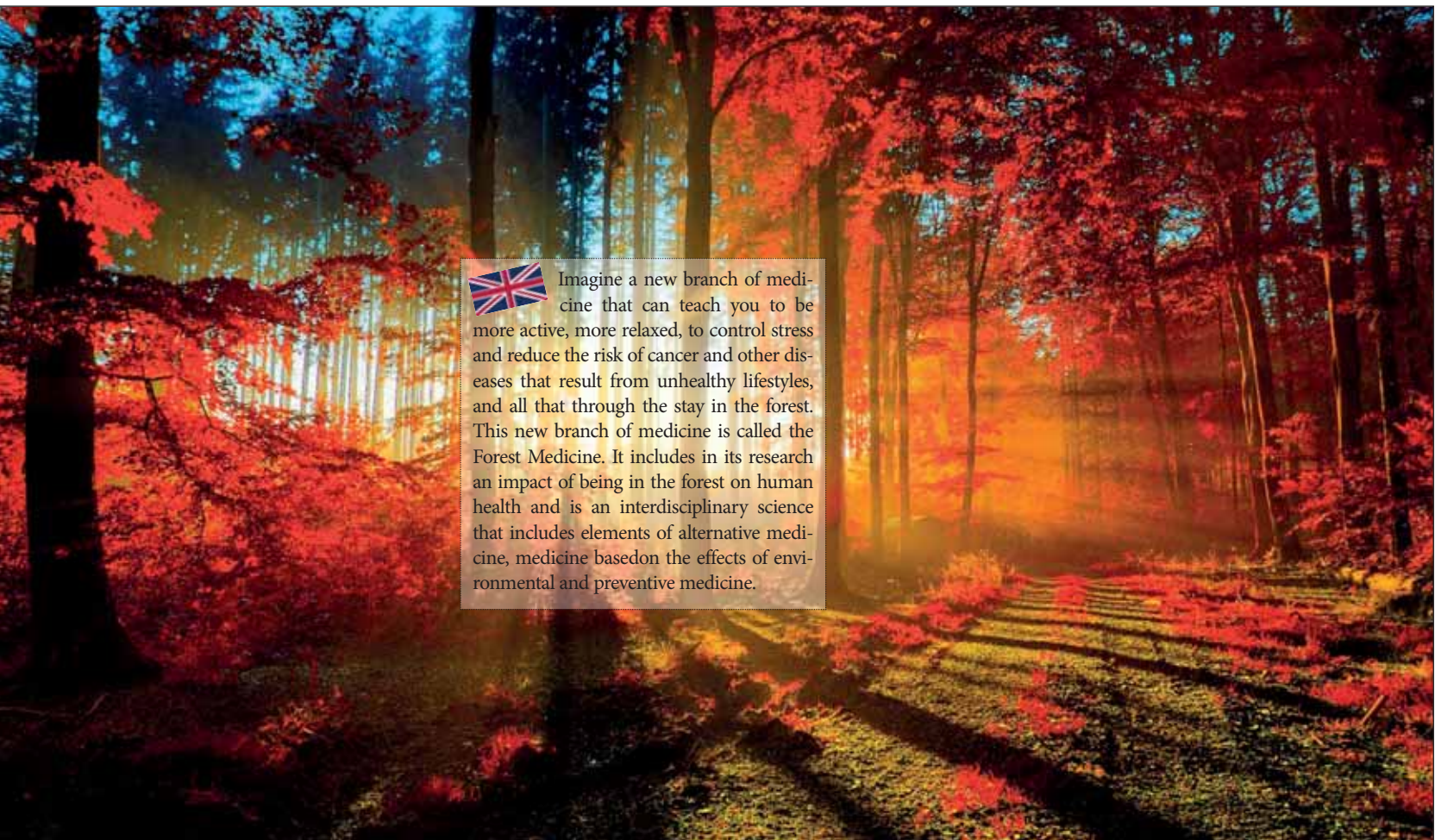
Godine 2007. stvoreno je Internacionalno udruženje za istraživanje efekata šume na zdravlje ljudi (IUFRO), a 2011. Internacionalna organizacija šumske medicine (INFOM), koji objedinjuju napore svetskih stručnjaka za maksimalno iskorišćavanje efekata boravka u šumi na zdravlje ljudi i kvalitetan život u holističkom smislu.



Kolevka programa šumske medicine nesumnjivo je Japan, a programi javnog zdravlja kroz korišćenje zdravstvenih efekata boravka u šumi, u velikoj meri su popularni i u Kini i Južnoj Koreji. Među zemljama Evrope, šumska medicina postala je značajna karika u programima očuvanja javnog zdravlja u Finskoj, Norveškoj, Severnoj Irskoj i Škotskoj.

Na Balkanu, među prvima, programe šumske medicine u oblastima zdravstvenog turizma i javnog zdravlja prepoznao je R&D tim Medikal SPA Asocijacije Srbije, koji je predstavio na Kongresu zdravstvenog turizma u Antaliji 2012. godine kupanje u šumskom vazduhu kao jedan od rituala Balkan SPA koncepta.





Imagine a new branch of medicine that can teach you to be more active, more relaxed, to control stress and reduce the risk of cancer and other diseases that result from unhealthy lifestyles, and all that through the stay in the forest. This new branch of medicine is called the Forest Medicine. It includes in its research an impact of being in the forest on human health and is an interdisciplinary science that includes elements of alternative medicine, medicine based on the effects of environmental and preventive medicine.

ŠUMSKI HAMAMI SRBIJE

Za razliku od šuma Japana, koje su tamne i sa malo sunca, šume Balkana su najvećim delom svetle i sunčevi zraci kroz krošnje drveća padaju na tlo, na sličan način kao što sunčevi zraci prolaze kroz otvore („slonove oči“) na krovovima autentičnih hamama i osvetljavaju hararet, centralno mesto programa koji se praktikuju u hamamu.

Prof. Zeki Karagule, predsednik Svetskog udruženja banja, uočio je ovu analogiju i predložio termin „Šumski hamami“ za kupanje u šumskom vazduhu balkanskih šuma. Razrada ideje aktiviranja programa šumske medicine u šumskim hamamima Srbije je pokrenula istraživanje na temu: „Šumski hamami Srbije kao medikal SPA koncept“.

Kroz povezivanje sa ekspertima iz zemlje i regiona, napravljen je, po ugledu na program



Studenti šumarskih fakulteta u šumskom hamamu stoletnih hrastova Debele Gore Obedska bara

Letnje škole šumske medicine sa Univerziteta Harvard, program edukacije terapeuta-vodiča za zdravstveno-turističke programe kroz šume Srbije i Balkana.

PROGRAMI OBUHVATAJU:

A) Šetnju (upoznavanje sa elementima iz prirodnog okruženja, biljkama, drvećem, šumskim plodovima, gljivama, pticama, insektima, izvorima vode, šumskim životinjama, orijentacijom u šumi, zanimljivim mestima, legendama),

B) Vežbe za zdravlje (disanje, smeh, ples, yoga, Qi gong, Tai Chi),

C) Meditaciju (stimulacija svih pet čula u šumi, vizuelizacija, muzikoterapija, fienoterapija, hromoterapija, helioterapija, aromaterapija, kupanje u gongu, tihovanje, refleksologija, su yok, samomasaza, terapija kućnim ljubimcem),

D) Branč u šumi (konzumiranje branč paketa pripremljenog pre polaska u šetnju),

E) DIY radionice – priprema materijala. Upoznavanje sa ECOSHIKI programom i mogućnostima njegove primene za šetnju kroz šumu, fotosafari, skupljanje gljiva, lekovitog bilja, šumskih plodova, lišća za pravljenje slika, zidnih novina, „bird watching“, škole kuvanja, pravljenje biljnih jastučića za „pinda sweda“ masažu, masaža zvučnim činijama, „Balkan buda bar“ ples...

F) Povezivanje sa kulturom i tradicijom područja i običajima lokalnih stanovnika.

Celodnevni program obuhvata: 4 sata u šumi, staza dužine 5 km. Poludnevni program: 2 sata u šumi, staza dužine 2,5 km. Vikend program: 3 dana i 2 noći boravka u šumi i šumskom okruženju.

Stručni tim „Medikal SPA asocijacije Srbije“ (MSPAAS) priprema priručnik teorijske nastave za obuku zdravstveno-turističkih vodiča za programe šumske medicine, a planira se i organizovanje godišnjeg seminara iz oblasti šumske medicine na kome će biti predstavljeni inovativni programi uz učešće eminentnih svetskih eksperata iz ove oblasti. U planu je i organizovanje regionalnog centra šumske medicine na Balkanu, koji bi okupljao zainteresovane kadrove sa područja balkanskih zemalja.

ŠUMSKI SMEŠTAJ SA 5+ ZVEZDICA

Smeštajni kapaciteti u oblasti eko turizma, „carbon neutral“ i šumskog medicinskog turizma

imaju drugačije karakteristike od klasičnih turističkih smeštajnih objekata. Upravo to je suština slogana „Šumski hamami Srbije sa 5+ zvezdica“.

Oni koji nemaju hotele i autostrade sa pet zvezdica, i nemaju razvijenu industriju, imaju bar jednu komparativnu prednost – prirodne lepote i šume sa 5 zvezdica. Kad se jednom te zvezdice izgube, teško ih je, ili čak nemoguće vratiti.

Šume (šumski hamami) sa 5+ zvezdica predstavljaju komparativnu prednost zdravstvenog turizma Srbije, mogućnost za razvoj održivog, „carbon neutral“, eko turizma koji predstavlja jednu od najperspektivnijih modernih grana turizma. Održivi turizam, pored programa za očuvanje biodiverziteta, vodi računa i o

turizma baziranog na programima šumske medicine.

NEDOSTATAK SVESTI O ZNAČAJU BORAVKA U ŠUMI

S druge strane, istraživanja obavljena u okviru projekta „Balkan wellbeing“ pokazala su da samo 38% anketiranih u Srbiji smatra da je boravak u šumi značajan za njihovo zdravlje, a 36% za njihov kvalitet života, sreću i „wellbeing“. To je statistički značajno niže u odnosu na podake dobijene za region Balkana u celini (59%), gde je anketirano 11.000 ispitanika iz 11 zemalja Balkana.

Smatramo da je jedan od osnovnih problema postojanja raskoraka između bogatstva prirodnih resursa i njihove neiskorišćenosti, nedostatak svesti o zdravstvenom značaju boravka u



ekonomskom prosperitetu destinacije, otvaranju novih radnih mesta, ostvarivanju većeg poreskog prihoda i više sredstava za dalje poboljšanje kvaliteta života u regionu.

Srbija predstavlja 2,1% površine Evrope, a u njoj se nalazi 39% vaskularne flore, 74% ptica, 15% balkanskih endemskih vrsta, 59 lokalnih endemskih vrsta, te u odnosu na biodiverzitet predstavlja jednu od vodećih evropskih zemalja. U Srbiji se nalazi 43% svih živih vrsta Evrope i 29% njene površine prekriveno je šumom.

Na osnovu ovih podataka možemo zaključiti da naša zemlja ima značajan potencijal za razvoj zdravstvenog, medicinskog i wellness

šumi kod građana Srbije. Rešavanje ovog problema vidimo u budućim programima edukacije o zdravstvenom značaju boravka u šumi, počev od najranijih organizovanih grupa u predškolskim ustanovama, nižim i višim razredima osnovnih škola, srednjim školama i fakultetima, kao i u aktivnostima programa celoživotnog učenja.

Povezivanje projekata unapređenja zdravstvenog turizma i javnog zdravlja, baziranih na programima šumske medicine je osnovni zadatak budućeg Centra za razvoj zdravstvenog turizma, baziranog na programima šumske medicine.

Prim dr Gorana Isailović
Medikal SPA asocijacija Srbije

Atraktivan dizajn kvalitet plus!



Brojni investitori i vlasnici hotela smatraju da je kvalitetan i ukusno dizajniran spa centar prostor koji će njihovom hotelu podići kvalitet. To se poklapa i sa propisima o kategorizaciji hotela - Spa centri sa bazenima su obavezan deo sadržaja visokokategorisanih hotela, dok u skromnije rangiranim hotelima, donose dodatne bodove u postupku kategorizacije.

UZ POŠTOVANJE RACIONALNOSTI I - KLIJENTA

Spa centri u hotelima mogu imati različite pozicije, oblike, sadržaje, ali i njihova veličina može varirati. Ne postoje jasno definisani standardi ili regulativa koji bi ovo određivali, već je prepušteno investitoru ili menadžerima hotela da to osmisle, podrazumeva se uz stručnu pomoć dizajnera i inženjera. Spa centri se mogu planirati na bilo kojoj poziciji u hotelu, s obzirom na to da im nije potrebno direktno dnevno osvetljenje ili prirodno provetranje. Nije retkost da se pozicioniraju u podzemne etaže objekta, naročito u gradskim hotelima, gde objekti zau-

zimaju malu površinu zemljišta, i razvijaju se u visinu, odnosno u "dubinu". Dodatni razlog da se spa centar organizuje na najnižim etažama objekta je i racionalnost - težina vode u bazenu i hidromasažnim kadama dodatno opterećuje konstrukciju objekta ukoliko se nalaze na višim etažama.

Veliku pažnju treba posvetiti planiranju instalacija ovakvih prostora, kako bi pravilno funkcionisali, a naročito instalacijama provetranja, izvlačenja vlage, grejanja i hlađenja, s obzirom na specifičnost prostora spa centra i obilno prisustvo vode i vlage. Svaki

nedostatak u funkcionisanju ovih sistema značajno utiče na kvalitet korišćenja spa centra. Sledeći korak je dizajniranje besprekornog enterijera. Elementima enterijera, gde nezamenljivu ulogu igra rasveta, zamenjujemo nedostatak prirodnog svetla, pogled i prirodno okruženje. Klijent u ovom prostoru treba da se oseća prijatno, opušteno, možda čak i izolovano u odnosu na spoljni svet, ali nipošto zatvoreno, sputano. Dizajneri se, veoma često služe elementima enterijera kao što su ogledala i postavljanje veštačkog zelenila, kako bi se prostor vizuelno "povećao" i postao "prirodniji".

Bez obzira na navedene dizajnerske trikove, mora se voditi računa o stvarnoj veličini i kapacitetu hotelskih spa centara, što se posebno odnosi na prostor bazena, sauna i hidromasažnih kada. Poželjno je da bar dve strane bazena budu slobodne za prilaz, kao i da se veličina bazena i broj hidromasažnih kada proračuna na srednju ili, čak maksimalnu popunjenog kapaciteta u hotelima.

Ukoliko želimo spa centar koji će impresionirati pogledom koji se iz njega pruža, ili ambijentom u sred kog se nalazi, svakako vredi zauzeti poslednje etaže hotela ili slobodne površine na terenu i organizovati sadržaje bazena, sauna, soba za masažu. Kod hotela, kojima su spa centri deo osnovne ponude, poželjno je da prostorno budu i predimenzionisani.

LUKSUZ PODRAZUMEVA DODATNE SADRŽAJE I ATRAKCIJE

Osnovni sadržaj spa centra čine: razne vrste sauna, hidromasažne kade, slana soba, tursko kupatilo, bazen, sobe za masaže, saloni lepote. Luksuzniji spa centri mogu sadržati i brojne dodatne sadržaje i atrakcije, kao i tematske elemente vezane posebno za određen hotel ili područje.

Proizvođači opreme koja se ugrađuje u spa centre preporučuju određene prostorne standarde, i završnu materijalizaciju ovih prostora



koje bi dizajneri trebalo da ispoštuju. Takođe se nude i tipska rešenja za manje zahtevne korisnike.

Jedan od primera raznovrsne ponude materijala su materijali za obradu podvodne površine bazena. Osim što se zahteva da hidroizolacija bude vrhunska i besprekorna, nude se brojne varijante završnih obrada, od premaza specijal-

nim bojama, najjeftinijeg rešenja, do specijalno dizajniranih visokokvalitetnih bazenskih mozaika.

Deo enterijera koji može ostaviti utisak u okviru ovog prostora je svakako plafon sa rasvetom, gde se, takođe mora voditi računa o tehničkim karakteristikama materijala koji se ugrađuju, s obzirom na visok sadržaj vlage, pare ili hlora.



VEMEX PROJEKT DOO BEOGRAD

PROJEKTOVANJE, ARHITEKTONSKI DIZAJN, KONSALTING, INŽENJERING, PROSTORNO PLANIRANJE I ISTRAŽIVANJE

Đure Daničića br.4, Stari Grad, Beograd

Tel: 011 322 49 51

www.vemexproject.com



Ukoliko se koristi neadekvatan, obično jeftiniji materijal, može doći do brzog propadanja u agresivnoj sredini, i čak otpadanja i urušavanja što negativno utiče na bezbednost korisnika. I za ovu poziciju proizvođači materijala nude brojna rešenja, od vodo-vlagootpornih ploča za spuštene plafone do barisol plafona koji mogu biti i specijalno dizajnirani po zahtevu klijenta. Proizvođači rasvete, takođe daju preporuke koje se svetiljke mogu ugrađivati u ove prostore.

Podovi prilaznih površina i hodnika, kao i svlačionica su sa dizajnerskog, ali i bezbed-

nosnog aspekta veoma važni. Obavezno je da su visoko protivklizni.

Najčešći i najzahvalniji materijal je kvalitetna granitna keramika. U luksuznijoj varijanti može se ugraditi prirodni kamen ili drvo, i to vrste koje su pogodne za ugradnju u specifičnoj sredini. Neki tipovi kamena i drveta se mogu ugraditi uz potrebno premazivanje preporučenim sredstvima za zaštitu.

UTISKU NAJVIŠE DOPRINOSI – DEKORACIJA

Dekoracija zidova i aksesoari su od većeg značaja u delovima spa centra kao što su recep-



Spas in hotels may have different positions, forms, content. They are usually positioned in the underground floor of the object because of rationality – weight of water in the pool and hot tubs is an additional burden for the construction if they are on the higher floors. Part of interior that can make an impression in this area is certainly ceiling with lighting, where it also has to be taken into account the technical characteristics of materials due to the high moisture content, vapor or chlorine. Choosing accessories can also affect the impression of the space. Mainly in these areas are used various types of candles and candlesticks, framed pictures and photographs themed lamps, stone informal sculptures, pebbles, screens of various design ...



cija, sobe za masažu i saloni lepote. Posebno treba obratiti pažnju na izbor aksesoara, čime se znatno može uticati na utisak o prostoru. Većinom se u ovim zonama koriste sveće i razni tipovi svećnjaka, uramljene tematske slike i fotografije i lampe. Kamene neformalne skulpture, površine pod oblicima, paravani različitog dizajna mogu biti od značaja u opremanju ovih prostorija.

Nevezano za tip ili kategoriju hotela i spa centra koji se u okviru njega nalazi, određeni standardi se moraju poštovati u smislu pravilne organizacije, pravilno izabrane opreme i materijala. „Ukusan“ dizajn ovaj prostor podiže na viši nivo i doprinosi nivou i kvalitetu usluge koja se korisniku pruža.

dia. Ivana Banović Đorđević

Blagodeti mora u službi zdravlja i lepote

U modernom shvatanju talasoterapije, tu se podrazumeva lekovito delovanje morske vode, algi, morskog mulja i kozmetičkih proizvoda koji su napravljeni u najvećem procentu od sirovina koje potiču iz mora. Centri u kojima se primenjuju ovakve terapijske metode nazivaju se Talaso centri i obično se nalaze pored mora. To su, zapravo, Spa centri koji koriste morsku vodu i ostale resurse mora u svrhe poboljšanja zdravlja. Mogu biti medicinski i rekreativni. Najveći Talaso centar u svetu je „St. Malo“ centar u Francuskoj, na obali Atlantskog okeana.

U jedan tretman talasoterapije, po pravilu, mogu biti uključene različite kupke u morskoj vodi, ili tuševi sa morskom vodom (uz primenu različitih oblika hidromasaže, ručne masaže), i različita pakovanja algama ili morskim muljem uz primenu proizvoda sa sirovinama iz mora.

Trajanje tretmana talasoterapije zavisi od primenjenih terapijskih metoda. Moramo znati da

se uopšte delotvornost nekog tretmana vodom, pa i morskom, postiže tek nakon dužeg delovanja. Ukoliko je u tretman uključeno više terapijskih metoda, više kupki, tuševa, pakovanja, onda taj proces zaista traje. Isto tako, da bi se postigao dobar efekat delovanja talasoterapijskih tretmana, njihov broj mora da bude veliki i da se ponavlja svaki dan.

Ambijentalna temperatura u talaso centrima zavisi od tretmana koji se odvijaju, ali je to obično prijatna sobna temperatura. U talaso centrima nisu dozvoljene saune, niti neki spa elementi sa previše vlage i toplote, kao što su različita parna kupatila. Ukoliko su potrebne neke inhalacione terapije, onda se to vrši uz pomoć različitih ihalacionih aparatura koje koriste morsku vodu.

TALASO CENTAR DALEKO OD MORA

Talasoterapija je veoma korisna, ali ne mogu svi ljudi boraviti na moru, pa i kada borave, to je relativno kratak period tokom godine. Da li je



moгуće koristiti blagodeti talasoterapije i u mestima udaljenim od mora?

Ovo je vrlo teško postići, naročito ako je talaso centar, odnosno grad, daleko od mora. Talaso

Naziv talasoterapija nastao je od grčkih reči „talasso“ - more i „therapia“ - lečiti. U bukvalnom prevodu, to znači lečiti uz pomoć mora.



Najveći Talaso centar u svetu: „St. Malo“ u Francuskoj



Under Thalasso therapy are meant healing effects of seawater, algae, mud and cosmetic products that are made in the highest percentage of raw materials that come from the sea. The centers in which are applied these therapeutic methods are called Thalasso centers, usually located near the sea. These are, in fact, Spas that use sea water and other sea resources for the purpose of improving health. Thalasso centers can be medical or recreational. The largest Thalasso center in the world is St. Malo in France, on the coast of the Atlantic Ocean.

centar u okviru grada koji je udaljen od mora može da ima samo ograničen broj metoda talasoterapije, ali to ne znači da ne može da ih ima. Morski ambijent se može postići postavljanjem veštačkog primorskog rastinja, manjih kupki u koje se stavlja dehidrirana morska voda, koja u dodiru sa običnom vodom daje morsku; ovakvi centri moraju da imaju adekvatnu hidromasažu i, naravno, pakovanja od algi i morskog mulja. Zatim, mora imati i kozmetičke preparate koji su proizvedeni uglavnom od sirovina iz mora:

- ekstrakte algi kao što su: *Ulva lactuca*, *Padina pavonica*, *Pelvetia canaliculata*, *Agarum cribosum*, *Laminaria Chlorella vulgaris*, *Chlorella pyrenoidosa* itd.
- ekstrakte morskih životinja kao što su: morski kolagen, hitosan, astaxanthin, kavijar, sedef...
- morsku vodu sa svojim sastojcima (morski plankton, mineralni sastojci i dr).

BLAGOTVORNA DEJSTVA NA LJUDSKI ORGANIZAM

Primenom talasoterapije mogu se uspešno rešavati, pre svega, problemi hronične gojaznosti, lečenje svih vrsta celulita, stanje akutnog stresa, insomnija. Talasoterapija, takođe, pomaže u lečenju nekih koštano-zglobnih oboljenja, a njena velika i veoma uspešna primena je u kozmetici. Kozmetički talaso proizvodi se koriste u anti-aging-u, za hidrataciju i regeneraciju kože i tkiva.

U kozmetici uglavnom ne postoji ograničenje primene talaso preparata i paleta primene je veoma široka. Talasoterapija je jedna od najprimenjivijih metoda lečenja, veoma rado korišćena kroz istoriju, i veoma je mali procenat slučajeva gde se ona isključuje. Ipak, gde god postoji kondraindikacija primene morske vode, ne treba primeniti ni talasoterapiju, a ti su

slučajevi veoma retki. Obično problemi nastaju u kombinaciji morske vode sa suncem, što je isključeno u centrima za talasoterapiju. Treba imati na umu i da hoteli uz morsku obalu, koji koriste morsku vodu za svoje spa centre, ne moraju biti i medicinski centri za talasoterapiju. U svakom slučaju, talasoterapija u bilo kom obliku, bilo korišćena u medicinske, ili samo u kozmetičke svrhe, ima blagotvorno delovanje na ljudski organizam i treba je koristiti kad god je to moguće.

TERAPIJE UZ LEKARSKI NADZOR

U velikim talaso centrima obavezna je pomoć stručnog osoblja, štaviše, neke terapijske elemente pacijent ne može sam da primeni – *vichy* shower, škotski top, podvodne masaže, knajp za ruke, noge, pakovanje algama, morskim muljem, itd. Ali, svakako da je moguće samostalno sebi priuštiti ležanje u kućnoj kadi, napunjenoj vodom prijatne temperature uz dodatak morske soli.

U talaso centrima gde se primenjuju strogo ciljani tretmani, kao što su npr. tretmani za lečenje prekomerne debljine ili celulita, obavezan je i dijetetski režim ishrane, i to ne samo po završetku tretmana, već i tokom talasoterapije. U najvećem centru za talasoterapiju, „St. Malo“, tretmani traju dve ili tri nedelje, pacijenti su smešteni u centru, sve vreme su pod nadzorom lekara i tokom tretmana svaki pacijent ima propisani dijetetski režim na osnovu problema koji se tretiraju. Produžetak odgovarajućeg dijetetskog režima se preporučuje i u kućnim uslovima.

Dr Vera Zec,

direktor Aquatonale Beauty Academy





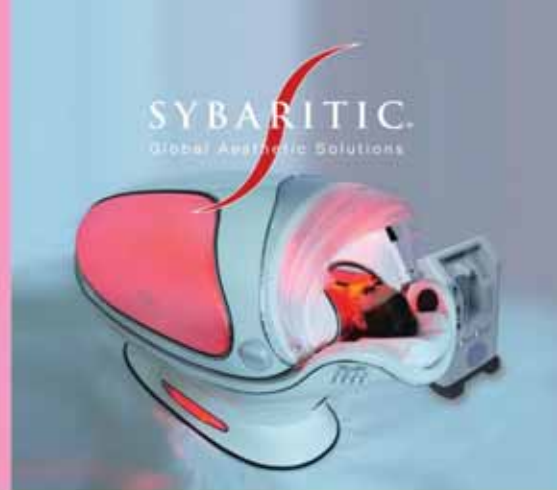
Dermalife

PREMIUM HYDROSPA CAPSULES

AlphaLED
LIGHT-SPA™

**WEIGHT LOSS / DETOXIFICATION
FITNESS ANTI-AGING
AESTHETICS FACE
BODY CARE**

Made in USA



SYBARITIC.
Global Aesthetic Solutions



wellsystem™

TALASOTERAPIJA - ciljne grupe
MEDICAL - terapija i prevencija
WELLNESS - relaksacija za dušu i telo
FITNES - relaksacijom do top forme
KOMPANIJE - relaksacija u pauzi za ručak

**KOMBINOVANI TRETMAN KLASIČNE
MASAŽE I TOPLLOTNE TERAPIJE**

Made in Germany




SUDA

**APARATI I NAMEŠTAJ ZA
WELLNESS TRETMANE
LICA I TELA**



**IONTO
COMED**



alisun
look good. feel better

Made in Germany
**SOLARIJUMI I KOLAGEN APARATI
POSLEDNJE GENERACIJE**



Made in Holland



Milentija Popovića br. 9
(SAVA CENTAR)
II sprat/11070 Novi Beograd
Tel: 011-3016-230 Fax: 011-2140-689

www.vox-trade.com

Najbolje čuvana spa tajna

Praksa da se telo prvo zagreje u sauni, a zatim uskoči pod hladan tuš ili čak sneg možda je stara koliko i vatra, ali prva civilizacija koja je institucionalizovala naizmenično kupanje u hladnoj i toploj vodi bili su Rimljani. Njihova kupatila igrala su važnu ulogu ne samo u javnom zdravlju i higijeni već i društvenom životu, ali najveća razlika između kupanja hladnom i toplom vodom nekada i danas jeste to što mi znamo zašto je to dobro za nas i kako te benefite na najbolji mogući način koristiti.

Ovo opuštajuće spa iskustvo delotvorno deluje na širok spektar bolesti uzrokovanih stresom, dok prirodno uspostavlja balans nervnog sistema. Naizmenično izlaganje hladnoj i toploj vodi širi i skuplja krvne sudove kao pumpa, podstičući cirkulaciju i oslobađajući toksine iz tela kroz širenje i skupljanje pora. Dokazano je da se na taj način opuštaju mišići, poboljšava fleksibilnost i varenje, podiže tonus kože, snižava krvni pritisak, podižu metabolički procesi, a mobilišu se i bela krvna zrnca što doprinosi jačanju imuniteta.

KAKO SE PRAVILNO KORISTI SAUNA?

1. Započnite sa tuširanjem da biste uklonili ulje, losione ili bilo kakve nečistoće na koži.
2. Uđite u parno kupatilo ili saunu i provedite tamo od 5 do 20 minuta. Već od samog početka vaše telo će početi sa određenim procesima kako bi održalo svoju temperaturu: krvni sudovi će se proširiti, otkucaji srca će se ubrzati i počecete da se znojite. Tipično ubrzanje pulsa je sa standardnih 60 do 70 otkucaja u minuti na 110 ili 120 otkucaja. Iskusni spa poklonici mogu

ostati malo duže na toplom, pa se njihov puls može podići do 140 ili 150 otkucaja. Bilo da ste iskusni u korišćenju saune ili ne, važno je da slušate svoje telo i budete oprezni da ne bi došlo do pregrejavanja.

3. Odmah nakon izlaska iz saune uđite u hladan bazen ili pod tuš od 10 do 60 sekundi i vaši krvni sudovi će se skupiti. Izadite i osušite se.

4. Odmorite se na nekom ležaju. Sačekajte dok se puls i temperatura tela ne stabilizuju i vratite u normalu. Za puni terapijski efekat preporučuje se minimum 10 minuta relaksacije.

5. Ponovite drugi, treći i četvrti korak još dva puta (moguće je da se svaki sledeći put telo brže zagreje, pa smanjite vreme boravka u sauni ili parnom kupatilu).

JOŠ NEKOLIKO SAVETA

Ne pokušavajte da se rehidrirate pijući hladnu vodu, već vodu na sobnoj temperaturi, a ne preporučuje se ni konzumiranje alkohola nakon tretmana, jer može imati štetan uticaj na organizam. Jedite voće da biste nadomestili gubitak minerala tokom znojenja.



The practice of heating the body in a sauna or sweat lodge and then jumping into a cold bath addresses a wide range of stress-related disorders while naturally promoting the balancing of our autonomic nervous system. The practice has been shown to smooth sore muscles, promotes flexibility, improves skin tone, improves digestion, lower blood pressure, elevates metabolic activity, mobilizes white blood cells for enhanced immunity and of course provides deep, restorative relaxation.

Toplo - hladna kombinacija se preporučuje pre i posle masaža i drugih spa tretmana, ali postoji i izuzeci, kao na primer nakon ručne limfne drenaže i aromaterapije.

Kod kuće simulirajte ovo iskustvo tako što ćete jutarnje tuširanje završiti hladnim mlazom vode, pa ćete svoj dan započeti sveži i vitalni.

Upozorenje: *Ukoliko imate visok pritisak, neko srčano oboljenje ili drugu zdravstvenu tegobu, konsultujte lekara pre nego što počnete sa odlascima u saunu.*

Privedila: **Marija Obradović**

Imuni sistem planete

Posljednjih 20-ak godina naučna istraživanja u oblasti psihologije i psihoneuroimunologije nepobitno su ukazala na značajno delovanje eteričnih ulja na smanjenje stresa, kao i na direktne veze smanjenja stresa i povećanja imuniteta.

„Eterična ulja i aromaterapija su imuni sistem planete“, tvrdi doktor Penoel, francuski lekar i aromaterapeut. To je čini se

koje korisniku istovremeno i prija. Na taj način terapija stresa, napetosti ili zdravstvenih poteškoća, postaje ugodan i željeni doživljaj za korisnika. Eterična ulja jedan su od čistih proizvoda prirode a stvaraju ih lekovite biljke, kao esenciju svoje lekovitosti. Koriste se od pamтивека za opuštanje i rešavanje najčešćih zdravstvenih problema.

„AROMARA“ PROIZVODI - ČISTA PRIRODA U SLUŽBI ZDRAVLJA

Firma „Aromara“ je pionir aromaterapije u Hrvatskoj. U odabir i namenu Aromara proizvoda uloženo je puno ljubavi, stručnosti i visoki standardi kvaliteta. Pristupačnim cenama, čari i blagodatni eteričnih i biljnih ulja dostupna su svima: znatiželjnicima, maserima, profesionalnim aromaterapeutima, te zaljubljenicima u ulja za negu tela i onima koji će to tek postati.

Aromara pruža prirodna i efikasna rešenja za najčešće zdravstvene probleme. Nezaobilazan je partner u prevenciji bolesti i poboljšanju zdravlja na prirodan način, kao i u nezi tela. U Aromarinom asortimanu proizvoda pronaći ćete sinergijske spojeve s potvrđenim farmakološkim delovanjem, čista eterična ulja vrhunskog kvaliteta, mešavine eteričnih ulja, hladno ceđena biljna ulja, liniju za negu tela i masažu, te hidrolate i maslance.

- Misija „Aromara“ d.o.o. je širenje znanja o mogućnostima kreiranja sopstvenog zdravlja, kao i da stvaranjem vrhunskih prirodnih i efikasnih proizvoda budemo u funkciji ambasadora zdravlja – ističe osnivač i vlasnik firme **Mara Doljak**, MSPPharm, dodajući da je zdrava planeta na kojoj žive porodice i pojedinci koji razumeju mehanizme zdravlja i žive podržavajući svoje zdravlje i zdravlje zajednice koristeći prirodne izvore – vizija s kojom se budi i leže, potpuno posvećena zdravlju planete od 1991. godine kada je osnovala firmu, s željom da se bavi isključivo čistom prirodom.

www.aromara.hr

najegzaktnija definicija aromaterapije i ilustracija njene moći. Doktor Valnet, francuski lekar i aromaterapeut pomagao je ranjenicima na frontovima za vreme 2. svetskog rata. U nedostatku lekova, doktor Valnet je koristio eterična ulja. Uverivši se u njihovu ogromnu delotvornost, zalagao se da informacije o značaju aromaterapije dopru do svakog čoveka.

Lepota aromaterapije je i u tome što se uvek može odabrati efikasno eterično ulje

U današnje vreme srećni smo što je hiljadugodišnje iskustvo naših predaka potvrđeno bezbrojnim egzaktnim zdravstvenim istraživanjima. Zbog svoje neškodljivosti i lakoće upotrebe sve češće su deo svakog domaćinstva i svake osvešćene porodice. Majka koja jednom reši kašalj ili neku drugu bolest svog deteta pomoću eteričnih ulja, više ne poseže za antibioticima, a dete je srećno što svako veče može zaspati okruženo mirisima lavande, bora i smilja.

STATEX
STATEX

Tekstil
za hotelske zvezde



office@statex.rs
www.statex.rs

Preporučljivo, ali oprezno ...

Trudnoća može biti veoma stresno vreme, kada se telo susreće sa različitim promenama i tegobama, pa su spa tretmani odličan način da se trudnice opuste i pripreme za napor i nedostatak sna koji im sledi nakon porođaja. Ono što bi i terapeuti i buduće mame trebalo da znaju je da nisu svi tretmani i usluge koje nude spa centri bezbedni i preporučljivi za žene u najosetljivijem periodu života.

Šta je tako drugačije u spa iskustvu tokom trudnoće? Za početak, treba izbegavati preterano zagrevanje jer se pokazalo da može izazvati komplikacije pri porođaju. Stoga, vruće kupke, saune i parna kupatila ne bi smela da se koriste. Takođe je potreban dodatni oprez kada su masaže u pitanju jer pritiskanje određenih tačaka na telu može izazvati kontrakcije i dovesti do prevremenog porođaja. Svakako se preporučuje plivanje, kao i uživanje u jakuzi kadama sa vodenim masažerima usmerenim na otekline noge. Ženska stopala u toku trudnoće, usled povećanja težine i opuštanja ligamenata mogu da se uvećaju i za jedan broj cipela. Iako dolazi do tih problema,

žene nastavljaju da nose staru obuću, a kako trudnoća napreduje sve je manja mogućnost da žena dohvati svoja stopala i izmasira ih sama. Ponuda opuštajućih masaža i tretmana stopala će svakako biti odličan magnet za privlačenje ovog tipa klijenata.

BEZBEDNE MASAŽE

Tokom masaže, stomak buduće mame sme samo lagano da se masira, dok mnoge žene neće ni dozvoliti da im se masira taj deo tela. Kako je rizik od pobačaja najveći u toku prva tri meseca trudnoće, većina spa centara neće primiti žene u tom periodu, jer niko ne želi da snosi odgovornost.

Postoje i debate o tome koliko su esencijalna ulja bezbedna za korišćenje na trudnicama, ali većina stručnjaka se slaže da su određena ulja sasvim bezbedna ako je buduća mama zdrava, trudnoća napreduje dobro, a ulja razblažena. Esencijalna ulja za koja se smatra da su bezbedna za trudnice nakon trećeg meseca trudnoće uključuju ulja od tamjana, nemačke kamilice, bergamota, đumbira, nerolije, pačulija i „ylang ylang-a“. Među esencijalnim uljima koja se ne smeju koristiti tokom trudnoće su ulja od breze, bosiljka, kampfora, metvice, zimzelenog bilja i pelina.

Žene koje su u drugom stanju duže od 16 nedelja ne smeju da leže ravno na leđima jer težina bebe može da pritisne arteriju koja snabdeva bebu hranljivim sastojcima, a očigledno je da ne mogu ni da leže na stomaku, tako da krevet za masažu mora da se prilagodi njihovim potrebama.

Električni kreveti mogu da izdignu ramena da bi se obezbedio nesmetni protok krvi u stomak, a pojednini spa centri koriste i specijalno dizajnirane jastuke koji omogućavaju trudnicama da leže licem okrenutim prema podu sa praznim prostorom u srednini u koji se smešta stomak. Ti jastuci dolaze u više komada tako da se mogu postaviti u različite položaje i prilagoditi raznim veličinama stomaka. Najčešće rešenje jeste da žena legne na bok, ali ako je krevet previše tvrd, ovaj položaj može biti neudoban. Problem može biti rešen setom podupirača uz pomoć kojih će trudnicama biti prijatno u određenim položajima.





Spa treatments are a great way for pregnant women to relax and prepare themselves for the tough times and sleepless nights ahead, but treatments must be modified to be safe. Therapists should reassure mothers-to-be, firstly by not offering them inappropriate treatments and secondly by explaining how and why they are adapting the treatment with the pregnancy in mind. So it is important for the therapist to make them feel that they are in good hands.

SAMOPOUZDANJE I POVERENJE

Dobra informisanost kako klijenata tako i osoblja ključna je za osećaj sigurnosti budućih mama i poverenje koje pružaju terapeutima. Kako su trudnice svesne činjenice da postoji mnogo toga što se mora izbegavati u trudnoći, a često nisu sigurne šta je ispravno, a šta nije, mogu se osetiti nesigurno tokom masaže ili nekog tretmana, jer sumnjaju da će to na neki način da smeta bebi. Zato je važno da terapeuti učini sve da se one oseće sigurno. Ako trudna mušterija uđe u spa centar, a osoblje joj ponudi da isproba novu saunu, neku masažu gde je potrebno da leži na leđima, ona će se svakako zabrinuti da to osoblje nije dovoljno kompetentno. Dobra

praksa je da odmah po dolasku osoblje obavesti klijenta koje su usluge, tretmani i proizvodi bezbedni za njih, ali i da objasne na koji način će neke od tremana prilagoditi njihovim potrebama.

I sami terapeuti u početku mogu biti nervozni jer znaju koliko je ozbiljan rad sa trudnicama. Zato je samopouzdanje terapeuta ključ za ulivanju osećaja sigurnosti klijentima. Detaljnom obukom i redovnom praksom dolazi i sigurnost u sebe, pa će lakše i uveriti buduće mame da znaju šta treba i sme da se radi.

Osim tretmana i opreme, trudnicama treba prilagoditi i ostale sadržaje spa centra, kao na primer bade mantile, koji ženama u podmakloj trudnoći mogu biti mali ili papuče koje isto tako mogu biti tesne za umorna otekla stopala.

Dame koje su navikle da odlaze u neki spa centra želeće to da nastave i u trudnoći, ali mnogi manji spa centri izbegavaju da usluže trudnice, čime šalju lošu sliku o sebi drugim klijentima da njihovo osoblje možda nije dovoljno kompetentno. Ako postoje uslovi i ako je osoblje obučeno za klijente koji očekuju bebu, to će podići rejting spa centra i kod drugih potencijalnih klijenata.

Priredila: Marija Obradović

RAZLIČITE VRSTE JOGE

Osim kundalini joga, u svetu se praktikuju i druge različite vrste joga, od kojih navodimo samo one najpoznatije:

Hatha joga je u našoj zemlji najpoznatija. To je najrasprostranjeniji vid joga koji prvenstveno radi na aspektima fizičkog tela, razvija gipkost tela i strpljenje. Na časovima hatha joga rade se asane (položaji tela) i pranajame (disanje).

Aštanga joga je sistem joga koji dinamično povezuje inače statične klasične joga položaje, asane. Aštanga/Vinjasa je vrlo zahtevan sistem i to je „joga snage“ koja se vežba brzo i vezano u nizu. Disciplina osam stupnjeva koje je opisao Patandjali.

Karma joga je joga služenja, joga delovanja, ispunjavanje obaveza bez vezanosti sa rezultatima i bez nagrade, prihvatanje svega kako jeste.

Bakti joga je put predanosti Bogu, prihvatanje obaveza, apsolutno davanje sebe ljubavi ka Beskonačnom kao svom voljenom. Put verujućih u većini svetskih religija i jeste bhakti joga.

Gjan joga – gjan znači znanje, ili tačnije unutrašnje znanje potkrepljeno iskustvom. To je put intelektualne diferencijacije, jasnog znanja, nezamućenog uticajem podsvesti, put intelektualne i intuitivne realizacije Božanstvenog.

Radža joga ili "kraljevski put" se smatra jogom meditacije. U radža jogi je glavno učenje o psihičkim centrima i razvijanju volje i mentalnih sposobnosti kao nosioca moćne duhovne energije.

Mantra joga koristi zvuk za prelaz ka transcendentnom.

Laja joga je sjedinjavanje konačne sa beskonačnom svesti. I u laja i u mantra jogi svest se širi pomoću ritma, disanja, zvuka i mantri.

Jantra joga podrazumeva koncentrisanje na geometrijske oblike – jantre.

Nad joga je joga zvuka.

D. Cvetković

Zvučna masaža

Popularna antistresna i relaksirajuća metoda masaže zvukom, uz upotrebu tibetanskih zvučnih činija i gongova, po metodi Petera Hessa, biće u pravom smislu doživljaj za pamćenje za sve posetioce prvog **Wellness & Spa Festa** u Srbiji i Međunarodnog sajma turizma u Novom Sadu. Metodu će predstaviti **prof. Silvana Leskovar***, ovlašćena praktičarka zvučne masaže, rukovodilac zagrebačke Akademije Peter Hess, sa svojom saradnicom Mirjanom Maksimović.

Sve više ljudi pati od stresa i u potrazi je za načinima koji mogu da pomognu da se opuste, da odmore svoje telo, duh i dušu. Zvučna masaža prema Peteru Hesu je delotvorna metoda koja se izvodi prema individualnim potrebama svake osobe. U ovoj se masaži zvučne činije, koje su mnogima poznatije kao tibetanske činije, pažljivo polažu na odeveno telo i lagano sviraju palicom. Njihov blag i skladan zvuk apsorbuje se i ubrzo dovodi u stanje duboke relaksacije. Ritmičke zvučne vibracije prenose se na telo i doživljavaju kao neka vrsta masaže. Tokoma vreme zvučne masaže nastaje ozačje sigurnosti i zaštite u kojem je moguće otpustiti se – osloboditi se stresa, teskobe, briga, sumnji i osjećaja koje imaju negativan utjecaj na naše zdravlje. Ova metoda etablirana u Evropi i uspešno se primenjuje i u wellnessu, i u zdravstvu u terapijske svrhe, te se od prošle godine i studira na Berlinskom Univerzitetu Steinbach.

Zvučne činije koje se koriste u ovoj vrsti masaže, izrađene su ručno, na tradicionalni način i od dvanaest metala, a zbog svojih vibracija stvaraju u telu osećaj velike opuštenosti, ugodnosti i mira. Prenos vibracija zvučnih činija u ljudskom telu je moguć, obzirom da čak 70-80% ljudskog tela čini tečnost.

Inače, Namac Peter Hess smatra se pionikom zvukoterapije i primene zvučnih činija i gongova u terapijske svrhe u svetu. Po struci fizičar i pedagog, Peter Hess razvio je početkom osamdesetih svoju specifičnu zvučnu masažu utemeljenu na ličnim iskustvima i istraživanjima koje je



dugi niz godina sprovodio u Nepal, Indiji i Tibetu, gde se uputio u potrazi za alternativnim metodama isceljivanja. Danas je njegova metoda priznata kao visoko delotvorna i korisna, a primenjuje se, pre svega, u različitim medicinskim zanimanjima, kao i u pedagogiji i wellness centrima. Peter Hess Institut, osnovan u Nemačkoj pre gotovo 30 godina, u međuvremenu je uz svoj ogranak u Zagrebu, koji je jedinstven u zemljama bivše Jugoslavije, pokrenuo svoje licencirane akademije u do sada 22 države širom sveta, među kojima su: Australija, Danska, Grčka, Belgija, Finska, Italija, Luksemburg, Holandija, Austrija, Poljska, Portugal, Švedska, Mađarska, SAD itd.

Više informacija o zvučnim masažama po Peter Hess metodi:

www.premavama.com

***Silvana Leskovar** je certifikovana praktičarka Peter Hess zvučne masaže i Gong terapije prema metodi Petera Hessa, Elisabeth Dierlich, Don Conreauxa i Sheille Whittaker i certifikovana instruktorka Kundalini Yoge prema učenju Yogi Bhajana te učiteljica Gong Yoge (primjena Gongu u yogi), prema učenju Yogi Bhajana i Mehtab Bentona. U Zagrebu, 2012. pokreće Peter Hess Akademiju, a u proleće 2015. u saradnji sa kolegicom Corneliom Burić iz joga centra Sat Amrit pokreće školu za učitelje Kundalini Yoge prema učenju Yogi Bhajana, pod vodstvom Nirmala Singha - internacionalnog učitelja iz Centra Amar Das (Austrija). U Centru Prema Vama u Zagrebu i drugim gradovima, kao i susednim državama održava individualne terapije zvukom, zvučne kupke i radionice o primeni zvuka prirodnih instrumenata i zvukoterapije. Takođe, drži časove i radionice Kundalini Yoge.

TKM u holističkoj wellness ponudi

Prošao je vek obeležen visokim tehnološkim razvojem koje je u oblasti brige o zdravlju unapredilo saznanja o fizičkim i biološkim uzročnicima, ranoj dijagnozi i lečenju bolesti tela.

Oslanjajući se na modernu aparaturu i lekove, zdravstveni radnik je zaboravio „dušu“ i važnost „reči“, kada leči ili kada savetuje zdrave pojedince kako da očuvaju i unaprede zdravlje ili spreče posledice prekomernog stresa. Tako je kao odgovor na potrebe pojedinca da razvije i unapredi zdravlje duha i tela, te da brže, lakše i u potpunosti ozdravi - nastao wellness.

U okviru turističke wellness ponude osim masaža, sauna i kozmetičke nege sve su traženiji holistički programi, među kojima su brojne metode tradicionalne kineske medicine (TKM).

Tradicionalna kineska medicina je bez ikakve aparature i sintetskih lekova bila i ostala uspešna upravo u lečenju i prevenciji bolesti od kojih danas pati većina stanovništva zemaljske kugle – stresa, psihosomatskih oboljenja i bolesti lokomotoronog sistema, tzv. hroničnih nezaraznih bolesti.

Tradicionalna kineska medicina je holistička, jer veštine TKM terapeuta, osim tehnika masaže, akupresure akupunktura obuhvataju i TKM coaching koji je obavezan deo svake TKM usluge. Tokom TKM coaching-a definiše se energetski status i otkriva kako svaki pojedinac funkcioniše telesno, mentalno, duhovno i društveno. Ta otkrića pomažu terapeutu i klijentu da razumeju kako taj specifičan način funkcionisanja tela i uma deluje na zdravlje i pojavu bolesti. TKM coaching pomaže terapeutu da sastavi i sprovede individualni plan lečenja, kombinujući TKM metode koje pomažu čitavom ljudskom biću, a ne samo izlečenju od određene bolesti.

LJUDSKI ORGANIZAM JE I MATERIJU I ENERGIJU

Baza tradicionalne kineske medicine je spoznaja i verovanje da je ljudski organizam baš kao i

sve što je živo, rezultat umrežavanja materije i energije. Energiju su stari Kinezi nazvali „Qi“ i otkrili da svaka energija ima dva pola – „Yin“ i „Yang“, koji su međusobno suprotne karakteristike nekog stanja ili pojave u kosmosu, prirodi i

.....
Što god da je uzrokovalo poremećaj zdravlja (bolest, stres, emocije, hrana, piće....), kada se popravi energetski protok i uspostavi energetski balans metodama TKM medicine, čovek će se osećati bolje i to na svim nivoima – fizičkim, psihičkim i energetskim.



čoveku. Te su karakteristike zastupljene kod svakog pojedinca različito. Kada je ideo „Yin“ i „Yang“ energije ravnomeran, tada je čovek pretežno zdrav, dobro se oseća, spreman je da daje i uzima od drugih, saosećajan je, pažljiv i spreman da uči, radi, saraduje, da živi u sadašnjem trenutku i stvara budućnost.

„YIN“ I „YANG“ OSOBINE ZDRAVSTVENOG STANJA

„Yin“ energija u ljudskom telu je locirana u svim unutrašnjim tvrdim ili punim organima i njima pripadajućim meridijanima (srce, pluća, slezena, bubrezi, jetra, gušterača), a „Yang“ energija u unutrašnjim šupljim organima (tanko i debelo crevo, želudac, mokraćni mehur i žučni mehur).

Kada je u ljudskom organizmu prisutan višak ili manjak „Yin“-a, stradaju funkcije pripadajućih organa, a to se može manifestovati učestalim mokrenjem, oslabljenim disanjem i funkcijom pluća, osećajem hladnoće, straha, teskobe, brige, tuge...

Kada je u organizmu prisutan višak ili manjak „Yang“-a, pojedinac može osećati lupanje srca, lošu koncentraciju, smetnje sa probavom, pojačano znojenje, ljutnju, ekstremne izmene raspoloženja, euforiju, neodlučnost....

TAJNA DOBROG ZDRAVLJA:

UMERENOST I ENERGETSKA RAVNOTEŽA

Umerenost u načinu života, ravnoteža „Yin“-a i „Yang“-a i nesmetan protok energije u meridijanima prema unutrašnjim organima - ima za rezultat dobro zdravlje, brže i lakše ozdravljenje, dobar osećaj.

Kada je pojedinac zaglavljen u previše istog, dobrog ili lošeg, hladnog ili vrućeg, svetla ili tame, tuge ili radosti, aktivnosti ili pasivnosti, racionalnom ili iracionalnom ...dugoročno zbog prenaprezanja sistem slabi i „puca“ baš na najslabijoj karici.

Energetsku ravnotežu mogu narušiti:

- ekstremne emocije poput brige, tuge, straha, ljutnje...
- duga izloženost organizma vlazi, suvoći, vetru, hladnoći, vrućini...
- preterivanje u konzumaciji vrućeg/hladnog jela ili pića, ljutog, kiselog, slatkog, slanog....
- akutne i hronične bolesti izazvane bakterijama, virusima, rak, povrede....

TKM METODE I NAČINI LEČENJA

Tradicionalna kineska medicina je razvila više različitih metoda - koje svaka na svoj način ima za cilj da balansira „Yin“ i „Yang“ energiju ili ukloni prepreke u pravilnom protoku energije kroz meridijane. Prepreke u protoku energije mogu izazvati poremećaj u radu pojedinih organa i mentalnih funkcija s jedne strane, a s druge strane bolest bilo kojeg uzroka ima za posledicu poremećaj u protoku energije.

TKM tretmani stoga mogu sprečiti pojavu raznih bolesti ili pomoći uz lekove kojima se ciljano leči bolest (npr.upala ili rak) bržem i lakšem ozdravljenju.



Relying on modern equipment and medicines, doctors have forgotten the „soul“ and the importance of "words" when treating diseases or when advising healthy individuals in order to maintain and improve their health. Within the wellness offers in addition to massage, sauna and beauty care there is also an increase in demand for holistic programs - which include numerous methods of traditional Chinese medicine. Traditional Chinese medicine is holistic, because skills of TCM therapists, among which should be emphasized in addition to massage techniques, acupressure acupuncture also TCM coaching, which is a compulsory part of every TKM services. During TKM coaching it is defined the energy status and revealed how each individual functions physically, mentally, spiritually and socially.

Fizikalne metode TKM medicine su: „Tui na“ kineska masaža, refleksna masaža stopala, „Q gong“ vežbe, „moksa“ i „ventuza“ terapija, akupunktura i akupresura.

Biološke metode TKM medicine su: „Yin“ i „Yang“ ishrana i biljni lekovi.

KAKO POSTATI TKM TERAPEUT?

Svaki pojedinac bilo da je medicinski obrazovan ili ne, može se školovati celoživotno i naučiti teorijske osnove i veštine TKM medicine, osim akupunktura za koju se mogu školovati samo lekari.

Škola za „TUI na“ kinesku masažu uključuje učenje o kineskom pristupu zdravlju (šta je energija, „Yin“ i „Yang“, lokaciju i funkcije pojedinih meridijana i teoriju o pet elemenata) i učenje tehnika „Tui na“ kineske masaže sa akupresurom. Po završetku kursa polaznik će biti sposoban da palpacijom ili pipanjem otkrije mesta prepreke u protoku energije na meridijanima i akupresurnim tačkama, te će metodama akupresure, masaže i rastezanjem znati da ih ukloni.

Škola „TUI na“ kineske terapije uključuje usavršavanje opštih znanja o energiji, „Yin“ i „Yang“-u, energetskim meridijanima i teoriji pet elemenata, te novo učenje o pulsnoj dijagnostici, jeziku dijagnozi, „Yin“ i „Yang“ ishrani, ventuza i moksa terapiji, TKM energetskim vežbama.

Po završetku školovanja polaznici će znati da primene TKM metode: TKM coaching, akupresuru, masažu, rastezanje, TKM energetske vežbe, „Yin“ i „Yang“ ishranu u lečenju raznih oboljenja poput: migrene, glavobolje, lumbago, cervikalni sindrom, smrznuto rame, teniski lakat, celulit, gojaznost, alergije, hormonalni poremećaji, opstipacije ili zatvor....

Kurs refleksne masaže stopala obuhvata takođe učenje o osnovama TKM medicine i poznavanje mapa i lokacija refleksnih zona na stopalima. Po završetku kursa polaznici će steći veštine akupresure i masaže stopala po principima TKM medicine i na taj način pomoći pojedincima koji žele bolje zdravlje i dodatno lečenje zdravstvenih poremećaja unutrašnjih i spoljašnjih organa.

Jelica Popić,

*doktor medicine, instruktor TKM,
direktor Učilišta Lovran –
Spa Wellness akademija, Hrvatska*

UČILIŠTE LOVRAN

ustanova za obrazovanje odraslih



WELLNESS

akademija

Tražimo strateškog partnera/kupca licence za područje R.Srbije



*Desetogodišnja tradicija i kvaliteta
„wellness škola u wellness centru“*

UPISI U PROGRAME OBRAZOVANJA:

Wellness menadžer
Wellness terapeut
Tečajevi masaža
Wellness coach
TKM akademija
Tui na kineska masaža
Ventuza
Moksa terapija

EU DIPLOMA

**POVEZIVANJE POLAZNIKA SA AGENCIJAMA ZA
ZAPOŠLJAVANJE NA KRUZERIMA I HOTELIMA**

Kontakt podaci:

UČILIŠTE LOVRAN - SPA WELLNESS AKADEMIJA

Adresa: Šetalište M. Tita 19/2, 51415 LOVRAN (HRVATSKA)

Telefon: + 385 51 293 851

Mail: info@wellness.hr

Web: www.akademija.wellness.hr

Momin krug kroz život i stvaralaštvo

Vodimo vas na jedno sentimentalno putovanje kroz omiljena mesta Mome Kapora u Beogradu, ali i kroz gradove koje je voleo da posećuje ovaj legendarni pisac i slikar. Putovanje počinje, nimalo slučajno, u Ulici Mome Kapora na Vračaru, koja je svečano otvorena početkom septembra na jubilarnom, petom „Mominom krugu“.

Kao što je Moma svojevremeno govorio: "Trudimo se da ovi susreti postanu tradicionalni", tako je i „Momin krug“ postao jedna tradicionalna kulturna manifestacija, koja je ove godine upriličena otvaranjem Ulice Mome Kapora na Vračaru, na Neimar, u blizini mesta gde se on prvi put, sa svojih 9 godina, susreo sa Beogradom. Otac ga je doveo iz Sarajeva 1946. godine u jednospratnicu u Hadži Milentijevoj br. 27, koja više i ne postoji. Zanimljivo je da je svojih poslednjih 17 godina života Momo proveo upravo u tom kraju, u Nebojšinoj ulici – 500 metara udaljenoj od ulice koja sada nosi njegovo ime, i od njegovog prvog doma u Beogradu. Tako se na najlepší mogući način zatvorio još jedan „Momin krug“, koji od samog početka ima neku simboliku – otkriva supruga slavnog beogradskog umetnika **Ljiljana Kapor**, dodajući da će ova ulica postati svojevrstan spomen-park posvećen Momi.

GRADSKA TURA

Sastavni deo manifestacije „Momin krug“ je i čuvena tura "Gluvarenje sa Kaporom", koja sve zainteresovane poklonike provodi kroz gradska mesta koja su bila važna u životu Mome Kapora.

- To je zaista jedna žila kucavica Beograda o

kojoj je Moma pisao i gde je provodio vreme. Tura počinje od Hrama Svetog Save, preko Ulice Kralja Milana, do Studentskog trga – Knez Mihailovom, gde je Moma "gluvario", u najlepšem smislu te reči, i pisao priče i knjige o tome; zatim Francuska ulica i Skadarlija, u kojoj smo jedno vreme živeli i koju je Moma sa arhitektom Uglješom Bogunovićem i putopiscem, slikarom i karikaturistom Zukom Džumhurovom obnovio. Tura se zatim nastavlja u Makedonskoj ulici i kafani "Zora", a onda se obilazi onaj čuveni "Bermudski trougao" – kafane "Grmeč", "Lipa", "Šumovac". Mnoga od tih mesta više ne postoje, baš kao i kafana "Tabor" nadomak Kalenić pijace, koja je sledeća stanica Kaporove maršrute. Na kraju se prolazi pored naše kuće, i tura se završava tamo gde je i počela – kod Hrama Svetog Save. Sve je to propraćeno divnim pričama iz Mominih knjiga, u kojima se pominju razne anegdote, istorijske činjenice i ličnosti koje su vezane za Momu i njegovo "gluvarenje po Beogradu" – kazuje naša sagovornica, dodajući da je ova tura, koju po pozivu organizuje Zadužbina "Momo Kapor" u saradnji sa Turističkom organizacijom Beograda, naišla na veliko interesovanje Beograđana.



ADA – PRVA I NAJVEĆA LJUBAV

Manifestacija "Momin krug" se do ove godine održavala na Adi Ciganliji, još jednoj omiljenoj Kaporovoj gradskoj destinaciji, koju je ovako opisao: „Ada – neukrotiva i nepripitmljiva, lukava i hirovita, tajanstvena i mazna, podatna, nežna, a istovremeno divlja, blaga i opasna, lukava rečna zavodnica i opsenarka...“

- Ada je ostala Momina prva i najveća ljubav. Tamo ga je odveo Zuko Džumhur sa nekih 17-18 godina, i to je bila „njegova planeta“, oaza mira, mesto gde je uživao, slikao i pisao, i družio se sa takozvanim „običnim“ svetom, slušajući razne priče adadžija i pecaroša, koje je posle i pretočio u jedini roman o Adi. Na Adu je odlazio celog života, dokle god je mogao, i to uglavnom





We take you on a sentimental journey through Momo Kapor's favorite places in Belgrade, and also through the cities, which preferred to visit this legendary writer and painter. The journey begins, not by accident, in the Momo Kapor Street in Vračar, which was officially opened in early September at the jubilee fifth event "Moma's circle."

preko nedelje. Imao je veliki brod "Vampir", koji je potonuo, a posle je kupio pasaru "Ada", kojom je obilazio dva obližnja splava. Sećam se, često smo odlazili na splav-kafanu, koju je držao Momin imenjak. Znali smo i gde stoji ključ – ispod otirača, i onda se mi sami poslužimo, skuvamo kafu, čitamo, Momo sedne i piše... Posle nam se pridruži i vlasnik Moma, koji je bio jedan od retkih ugostitelja koji nije voleo prave goste, čije bi ga poručivanje prekidalo u njegovom miru i druženju sa prijateljima – kroz smeh se priseća Ljilja Kapor.

MOMINI GRADOVI

Ljubitelj putovanja, Kapor je, osim Beograda, voleo i neke druge gradove, kao što su Njujork, Pariz, Dubrovnik, Zagreb, i njegova "tiha patnja" – rodno Sarajevo.

- Sarajevo je do kraja Mominog života ostalo njegova bolna tačka. Odatle je, uslovno rečeno, bio proteran. U Sarajevo nije odlazio punih 30-35 godina, i tamo se nije nikada vratio. Napisao je i "Sarajevsku trilogiju", čime je Sarajevo postalo jedan od retkih gradova koji ima svoju trilogiju, a koja tamo ne može da se kupi, jer je zabranjena. Normalno je da ne možete da se odreknete svojih korena, i možda jedina stvar koju nisam uspeła za tih skoro 30 godina, koliko smo nas dvoje bili zajedno – da ga vratim u rodni grad. Dolazili smo i nadomak Sarajeva, ali nije mogao da prekorači dalje – otkriva gospođa Kapor, i nastavlja:

- Još jedan od gradova koje je Momo, pored Beograda, najviše voleo, jeste Njujork, kom se vraćao svake godine. Tamo je i slikao. Beograd je sličan po energiji Njujorku, pa je Momo definisao Beograd kao "niskobudžetni Njujork". Tamo je na jednom partiju prvi upoznao princezu Jelisavetu Karadorđević, gde je ona nosila beđž sa natpisom „Kiss me, I am Serb“. Videvši to, on joj je prišao i počeo razgovor sa njom. Objasnila mu je da je kćerka kneza Pavla. Tako su počeli da se druže, i mislim da je knjigu „Zoe“ počeo da piše još u avionu – kazuje naša sagovornica, na koju se, najverovatnije, odnosi ona kulturna prva rečenica romana „Una“ – „Kad sam je video, sat mi je stao“.

INSPIRACIJA PRETOČENA U PRIČE

- Nikada nije hteo da mi odgovori da li sam to bila ja. Ali, tačno je da sam ja ona stjuardesa iz

poslednjeg dela knjige „Una“, koju drži za ruku zbog straha od letenja. To je njegova lepa priča, ali mogu slobodno da kažem da je naša ljubav počela u Njujorku, i da ostaje to da me je držao za ruku tada i do kraja života – priseća se supruga Mome Kapor, i dodaje da je on od gradova bivše Jugoslavije voleo i Dubrovnik – mesto gde je živeo njegov otac i gde je provodio leto, ali i Zagreb, tu "udobnu fotelju" – kako je nazvao ovaj grad koji je prvi prepoznao Momin talenat za pisanje.

- U Zagrebu je imao izdavača – ediciju "Hit". Često je tamo odlazio, što zbog promocija, ali i prijatelja poput Arseno Dedića i Igora Mandića, tako da je Zagreb još jedan grad koji je u ono



vreme voleo. Čak i za vreme rata i posle njega, nikada od njega niste mogli da čujete nešto ružno o Zagrebu. On jednostavno, sticajem okolnosti, posle rata više nije tamo odlazio, ali kakav je njegov odnos bio prema tim gradovima najbolje se vidi u knjigama poput "Ispovesti" i „Putopisa kroz biografiju“. Na taj način se, pošto je to bilo već nekoliko godina pred njegovu smrt, možda i oprštao od njih. Voleo je i Pariz, često je odlazio i u Rim, ali iz ličnih razloga, jer njegova ćerka živi tamo, mada je za njega govorio da je dosadan grad, koji je „mrtav“ već posle 11 sati uveče – zaključuje priču o gradovima

naša sagovornica, koja je nakon suprugove smrti osnovala Zadužbinu "Momo Kapor".

IZLOŽBE, PRIZNANJA, KNIJGE...

- Zadužbina je osnovana u oktobru 2010. godine i cilj joj je da neguje sećanje na Momu. Pored manifestacije „Momin krug“, ustanovili smo i nagradu „Momo Kapor“, koja je jedinstvena po tome što se svake godine naizmenično dodeljuje za književnost i likovnu umetnost. Dosadašnji dobitnici su Emir Kusturica za knjigu „Smrt je neproverena glasina“, zatim Peter Handke za „Moravsku noć“ i Dragan Jovanović Danilov za knjigu „Talasi beogradskog mora“. Za likovnu umetnost nagrade su, za sada, dobili Vladimir Dunjić i Mirjana Maoduš, naša slikarka koja živi u Parizu, inače bliska rođaka Nikole Tesle. U međuvremenu smo održali nekoliko velikih izložbi – tri u Domu vojske, jedna je retrospektivna i zvala se „Beogradske priče“, zatim velika izložba crteža, pastela i kombinovanih tehnika – „Uspomene jednog crtača“, a ove godine, povodom petogodišnjice od smrti, velika izložba „U ateljeu“, za čije potrebe sam izmestila ceo Momin atelje iz kuće. Izlagali smo Momin slike i u Zrenjaninu, Trebinju... Rad na Zadužbini je veliki, ali mi to pričinjava neizmerno zadovoljstvo – tvrdi gospođa Kapor, koja je izdala i tri knjige o Momi.

- Jedna je „Legenda Kapor“, objavljena odmah nakon Momin smrti, gde su Momin prijatelji pisali o njemu i o njihovom prijateljstvu, a druge dve knjige smo priredili Dragan Lakićević i ja, u saradnji sa Srpskom književnom zadrugom. To su knjige Mominih intervjua koje je dao tokom 40 godina svog javnog života. Prva knjiga obuhvata prvih 20 godina karijere i zove se „Sentimentalni prtljag Mome Kapor“. Druga knjiga, „Sentimentalni rat i mir Mome Kapor“, izašla je prošle godine i obuhvata 10 ratnih godina na Balkanu, dok bi treća trebalo da izađe za predstojeći sajam knjiga ili posle njega, kada će čitaoci i saznati njen naziv. Obuhvatiće poslednjih 10 godina Mominog stvaralaštva, i zadržaće sentimentalni deo naslova – objašnjava Ljiljana Kapor, uz obrazloženje da sve što je vezano za Momu i prošlost, sadrži i određenu dozu sentimentalnosti.

Biljana Bosnić

Grad koji je dotakao zvezde

„Vidim mesto, mesto veliko čija slava dotaknuće zvezde...“ U ovo Libušino proročanstvo izrečeno pre više od 1.000 godina uveriće se svako ko kroči u Zlatni grad. Ko se usudi da pokisne na praškoj kiši, ko zamisli želju na Karlovom mostu, ko se pronade sa prijateljima kod astronomske sata, ko zaplovi rekom Vltavom ili umornim nogama prošeta kaldrmama grada.

Grad hiljadu tornjeva, kako Prag mnogi nazivaju, zvezde je dotakao čak tri puta: u vreme Karla IV, Rudolfa II i za vreme Prve Republike. Po svemu sudeći, dotiče ih i danas, jer svojim čarima privlači čak devet miliona turista godišnje.

Svaki turista koji dođe u Prag mora da prođe „vatreno krštenje“. Ovaj obred obavlja se u gradskim menjačnicama, jer je izvesno da se Česi nikada neće odreći svoje nacionalne valute – krune. Elem, svaki dobar domaćin upozoriće vas da je u Pragu veća verovatnoća da vas prevare u menjačnicama nego da padne kiša. Uzgred, skoro svakog dana pada kiša i to više puta. Za jedan evro dobija se oko 26 kruna, a novac se pruža tek kada vidite na digitronu iznos koji je radnik spreman da plati i kada proverite da li uzimaju (ne)po-

stojeće provizije. Nakon uspešnog menjanja valute, spremni ste za uživanje.

IZGUBITE SE U PRAGU

Prva stanica – praški Orloj. Beograđani se nalaze kod „konja“, a Pražani kod najpoznatijeg astronomske-astrološkog sata. Ukoliko se na trgu zadesite na pun sat videćete kako kroz otvorene plave prozore sa zvezdama izlaze apostoli, a svaki apostol u ruci drži svoj znak. Sada je pravo vreme da se izgubite u Pragu...

Pogled će vam lutati po velelepnim zdanjima iz prošlih vekova, sređenim fasadama i uličicama koje vas mame da kroz njih prođete i ukradete deo energije.

Obilzak možete početi i na levom obali Vltave. Ako je prvi utisak najjači, Prag ćete najbolje doživeti upravo iz vremena kada je prvi put dotakao zvezde. Vreme Karla IV...

Kraljevski dvorac delimično pozlaćen, raskošne crkve i katedrale. Sa ovog mesta vladali su češki kraljevi i carevi Rimskog carstva. Ceo kompleks opasan je zidinama iz vremena romanike i gotike, a unutrašnjost je pod zaštitom UNESCO-a. Ovo je prilika da se fotografišete sa počasnom predsedničkom stražom koja se smenjuje na svaki sat. Uživanje se nastavlja šetnjom kroz Kraljevske parkove, obilaskom palate Belvedere koja se smatra najlepšom u ovom delu Evrope. Sve do Firence. Leva obala Vltave poznata je i po zlatnoj ulici u kojoj su u srednjem veku živeli uglavnom stražari i zlatari. Danas ćete videti samo 16 kuća, a možete ih i iznajmiti... Najpoznatiji stanovnik zlatne ulice bio je književnik Franc Kafka. U kućici pod rednim brojem 22 pisao je delo „Seoski lekar“. U broju 14 u kristalnu kuglu gledala je Madam

de Tebes, poznata po tome što je prorekla smrt Adolfa Hitlera.

KAFANSKI PREDAH UZ PIVO I BEHEROVKU

Nakon duge šetnje kroz istoriju Praga, predah i sklonište od sitne kiše valja pronaći u brojnim pivnicama i kafanama. Elem, u Pragu su kafane – kafane. Kao u Srbiji. Mirisi kobasica, butkica i rebarca omamiće vas toliko da ćete teško izabrati svoje mesto pod gastro-nomskim suncem Češke. Ipak, ne zaboravite da probate tradicionalni gulaš sa knedlama. To vam ni jedan Pražanin ne bi oprostio. Nostalgicari utehu mogu pronaći u brojnim srpskim i bosanskim kafanama, gde možete naručiti burek i rakiju. Češki pandan pelinkovcu je – Beherovka. Recept za biljni digestiv proizveden u Karlovim Varima čuva se kao najveća tajna koju zna svega

nekoliko tehnologa. Osvežavajuća verzija ovog likera dobija se mešanjem sa tonikom. Koktel je ime dobio po početnim slogovima dva pića – BeTon. Samo ako probate u dovoljnim količinama, saznate da li je možda „beton“ ime dobio iz drugih razloga... Ipak, ako ne probate bar jedno češko pivo, kao da niste ni bili u Pragu. Zato zasučite rukave jer vas čeka težak posao: *Pilsner, Budweiser, Urquell, Staropramen...* Koliko je pivo važno za svakog Čeha možete videti po cenama nekretnina. Da, da, dobro ste čuli... Cena kvadratnog metra u vikend naseljima srazmerno se povećava u odnosu na blizinu lokalne pivnice. Ispijanje piva deo je nacionalne kulture što pokazuje i statistika. Svaki stanovnik Češke dnevno popije pola litre piva. Piće od hmelja ima dugu istoriju na ovim prostorima, a smatra se da počeci pivarstva datiraju od pre 1.000 godina. Postoje podaci koji dokazuju da se pivo pravilo u jednom praškom manastiru još 993.



"I see a place, a great place whose glory will touch the stars..."
In this Libusha's prophecy made more than 1,000 years will be convinced anyone who steps into the Golden city. Convinced will be those who dare to get wet in the Prague's rain, who make a wish on the Charles Bridge, who meet with friends at astronomical clock, who sail the river Vltava or walk through cobblestone streets of the city.

godine. Ne dajte se zbuniti kada naručujete pivo u Pragu. Autorka ovih redova je skromno naručila „malo točeno“ i jedva ga savladala... Uživanje u pivu mogu da pokvare samo neljubazni kono-bari. Ali samo na trenutak. Već sledećeg momenta čekaju vas novi bajkoviti prizori grada.

PRAŠKE LEGENDE

Vreme je da se vratimo legendama za koje bi svaki Pražanin pod

punom krivičnom i materijalnom odgovornošću potpisao da su istinite. Karlov most. Najposećeniji most u Evropi. Na mesto starog Juditinog mosta koji je stradao u poplavi, Karlo IV sagradio je velepno zdanje. Priča se da se na kamen temeljac čekalo dok se „zvezde nisu poklopile“ 9. jula 1357. godine u 5 sati i 31 minut. Ako je verovati astrolozima, ovaj most se nikada neće srušiti. Na potezu od 515 metara izložene su skulpture 30 svetaca i postavka Rolanda zaštitnika trgovaca srednjovekovnog grada. Ipak, turistima je najinteresantnija skulptura Svetog Jovana Nepomuka. Dovoljno je da levom rukom dotaknete reljef i dovoljno jako zamislite želju. Od pre nekoliko godina Pragom kruži još jedna legenda... Zahvaljujući Zagrepčanki Katarini Bouček. Ako se na sredini mosta poljubite u narednih godinu dana čeka vas brak i sreća. Njoj se želja ostvarila, a vi probajte...

Pored Karlovog, Prag ima još dvadesetak mostova koji spajaju

delove grada koji su presečeni nemirnom Vltavom. Ako zaplovite rekom, imaćete pun doživljaj arhitektonske harmonije grada, videćete neverovatan zalazak sunca i, onako usput, probati neke od čeških specijaliteta...

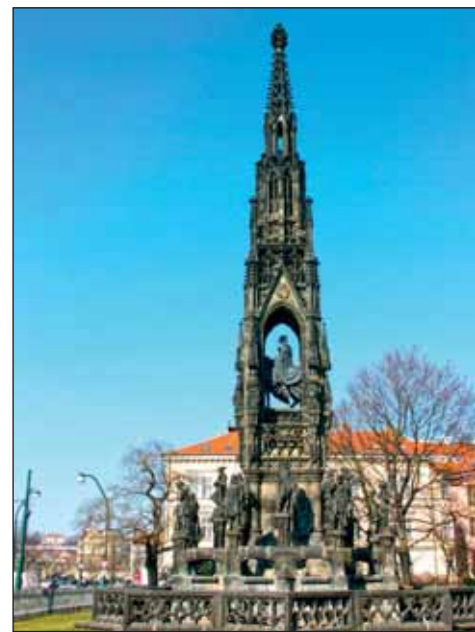
ČESI I VREMENSKA PROGNOZA

Obilazak Praga može vam olakšati dobro organizovan gradski prevoz i metro. Vozovi dolaze tačno u sekund i za tili čas stićete do

turističkih atrakcija van centra grada ili na nekoliko sati pobeći iz gradske vrepe u prirodu. Pražani umeju da uživaju u životu. Na prvi pogled stiče se utisak da su hladni i proračunati, ne interesuje ih mnogo dnevna politika, a i posao je tu samo zato što se nešto raditi mora. Česi svakako rade da bi živeli, ne žive da bi radili. Svaki slobodan trenutak provode na vikendicama i družeći se u pivnicama. Tu, ipak, svako plaća svoj račun. Čist račun – duga ljubav. A kad smo kod ljubavi, za Čeha se priča da su dobri muževi. Žene vode glavnu reč u kući, raspoložu kućnim budžetom, organizuju svakodnevni život... Česi klimaju glavom i s vremena na vreme zaglave u nekoj od obližnjih pivnica. Zar to nije san svake žene? Zato, ko želi, pravac na Karlov most...

A kako je prestonica Češke dobila ime? Sećate se Libuše, osnivačice Praga, s početka teksta i njenog proročanstva? Najmlađa Krokova kći poslala je narod na desnu obalu Vltave kako bi se poklonili ispred kuće na kojoj se postavljao kameni prag. I tako je nastao grad koji je dotakao zvezde... Ipak, postoje i objašnjenja da je Prag dobio ime od reči pepeo (na češkom „prach“) jer su se na obali palile šume kako bi se dobio prostor za podizanje grada. Ili možda zato što su preko Vltave postavljani pragovi od blata kako bi se prelazilo na drugu stranu... Ili objašnjenje nije ni važno sve dok Prag svakom ko ga poseti podari uspomene koje se ne zaboravljaju.

P.S. Avanturu po Pragu ne započinite bez kišobrana, džempera (bez obzira na godišnje doba) i udobnih cipela. I ne tražite



vremensku prognozu po Internetu. Prag će vas iznenaditi.

Tamara Vlaškin



Opsednutost kvalitetom i trajanjem

Tognana Porcellane. S.p.A sa sedištem u Casier-u, provincija Treviso, je trenutno jedan od najvećih italijanskih proizvođača „stonog“ porcelana za kućnu i ugostiteljsku upotrebu, sa viševekovnom tradicijom, prvo u proizvodnji porcelana. Za tržište Srbije, pre svega, za kupce HORECA programa, dobra vest: kompanija Tognana je upravo otvorila svoje predstavništvo i showroom u Novom Sadu!

Početak industrijske aktivnosti porodice Tognana datira iz 1775. i to u oblasti keramike, ali je sadašnje preduzeće otvoreno 1946. godine, i ono je brzo prešlo sa keramike na porcelan koji se pravio na tradicionalni način pečenja, sinterovanja i vitrifikacije (postakljenja). Kompanija je veoma brzo postala jedan od najvećih domaćih proizvođača porcelanskog posuđa visokog kvaliteta, a pripajanjem *Nuova Fontebasso S.p.A* 1989. godine dodatno je povećala svoj ugled.

Nuova Fontebasso S.p.A, koja posluje u okviru Grupe od 1976. godine, bila je nastavak slavnog društva *Società Ceramica Andrea Fontebasso S.p.A.* koja je od 1760. godine operativna u proizvodnji keramike, a potom i finog porcelana.

S PORODICOM MOROSI U NOVU ISTORIJU TOGNANA

Partnerstvo sa porodicom Morosi počinje 1998. godine, i završava se 2000. godine njenim preuzimanjem celokupnog vlasništva i ponovnim pokretanjem proizvodnje. Ponosni vlasnik kompanije *Tognana Giusto Morosi* nastavlja slavnu tradiciju prethodnika, nastojeći da dodatno ojačava brend i proširuje tržište. Po njegovoj proceni, srpsko tržište je veoma zanimljivo za kompaniju Tognana, jer je u fazi rasta i ima ozbiljan potencijal, što ga čini atrak-

tivnim i za promociju kompanijskog brenda. Zato je, s ponosom otkrio da je u **Novom Sadu otvoreno predstavništvo i prvi showroom Tognana u Srbiji** - čiji je generalni zastupnik **Aleksandar Potrebic**. U ovom show room-u kupci HORECA programa mogu da se upoznaju sa proizvodnim programom ove kompanije uživo i da odmah izvrše porudžbinu, koja će im u najkraćem roku biti isporučena, obzirom da je u sastavu predstavništva i odlično snabdeven magacin. Treba napomenuti da je *Tognana* prva italijanska fabrika koja je otvorila svoje predstavništvo u Srbiji.

Danas je brend *Tognana*, bez sumnje, lider na tržištu, jer su visoki standardi kvaliteta njihovog porcelana ono što jednostavno podrazumeva „brend name“ Tognana.

ZAŠTO BAŠ TOGNANA PORCELAN?

- Porcelan *Tognana* prolazi detaljne i stroge laboratorijske kontrole najrigoroznijih istraživačkih centara.
- Boje koje se koriste za ukrašavanje *Tognana* porcelana su odobrene od strane američke *Food & Drug Administration* i u potpunosti zadovoljavaju propisane zahteve U.S. "Proposition 65" po pitanju prisutnosti teških metala.
- Otpornost *Tognana* porcelana je zagarantovana, obzirom da koristi *probrane materijale*, strogo kontroliše kvalitet i koristi svoje bogato iskustvo.



Giusto Morosi



Tognana Porcellane SpA based in Casier, the province of Treviso, is currently one of the largest Italian producers of "table-top" china for household and catering use, with a centuries-old tradition in ceramic and porcelain production. For the Serbian market, primarily for HORECA customers the good news is: the company Tognana just opened its representative office and showroom in Novi Sad!

- *Tognana* porcelan ima povećanu sposobnost da absorbuje toplotu i da je polako oslobađa, omogućavajući *da hrana i piće* u njenim proizvodima *ostanu dugo topli*.
- Svi proizvodi imaju *uglašano podnožje* koje onemogućava grebanje stola, polica gde se proizvodi odlažu ili grebanje drugog proizvoda prilikom stavljanja jednog u drugi.
- Svi ukrasi na proizvodima su *otporni na više od hiljadu pranja u mašini za sudove* budući da posebnim načinom proizvodnje (pri visokoj temperaturi) ukras duboko prodire u sam proizvod i tamo ostaje zauvek.
- Za neke od svojih linija *Tognana* je vodila računa o tzv. *racionalizaciji korišćenja* proizvoda, na taj način što šolje za čaj i kapučino, činije za supu i krigele mogu da koriste iste tanjiriće.
- Visoka temperatura pečenja kojoj se podvrgava *Tognana* porcelan prilikom proizvodnje garantuje dobru *otpornost proizvoda na ogrebotine* izazvane običnim kuhinjskim priborom (što je veoma važno kako iz estetskih tako i higijenskih razloga).
- *Tognana* porcelan je napravljen od takvih materijala koji obezbeđuju *otpornost na velike temperaturne šokove!*

O politici kvaliteta koju vodi kompanija, osim proizvoda, najbolje svedoče međunarodni sertifikati SA8000 (društvena odgovornost) i ISO 9001 (sistem upravljanja kvalitetom) .

Ovi sertifikovani sistemi podležu periodičnoj šestomesečnoj proveri prema aktivnostima kompanije i poslovne usklađenosti navedene u UNI EN ISO 9001. Ovaj sertifikat predstavlja partnerima Tognana Porcellane SpA garanciju konstantne posvećenosti kompanije postizanju ciljeva kvaliteta i traganju ka obostranom zadovoljstvu u svom poslovanju kako sa kupcima tako i sa dobavljačima.

U SKLADU S VREMENOM I POTREBAMA KUPACA

Vremenom su razlozi za kupovinu kuhinjskog pribora i nameštaja doživeli velike promene koje grupa Tognana, kao neosporni lider na tržištu, ima obavezu da predvidi i na taj način potvrdi svoj primat u ovoj oblasti.

Ponovnim lansiranjem prestižnog brenda *Andrea Fontebasso 1760*, grupa Tognana je krenula da nudi svojim klijentima, koji su sve zahtevniji i probirljiviji, širok asortiman najkvalitetnijih proizvoda: elegantnih oblika i ukrasa klasičnog ukusa gde se estetika najplemenitije umetnosti prošlog veka susreće i spaja sa savremenom tehnologijom u jednu neraskidivu vezu.

Iskustvo govori da se kupci koji žele porcelan najviših standarda, čiji kvalitet se kontroliše i prati, odlučuju da svoje poverenje ukažu *Tognana* porcelanu, jer znaju da će u njihovom širokom i raznolikom asortimanu, bogatom oblicima i bojama, pronaći nešto po svom ukusu, i da će na taj način **postaviti sto u skladu sa trendom koji u isto vreme neće odoleti vremenu**. Jer brend *Tognana* je već danas simbol i kvaliteta i – trajanja!

TOGNANA PORCELLANE. S.p.A.

JEDAN OD NAJVEĆIH I NAJSTARIJIH ITALIJANSKIH PROIZVOĐAČA

„STONOG“ PORCELANA

ZA KUĆNU I UGOSTITELJSKU UPOTREBU –

VRHUNSKOG KVALITETA, EKSKLUZIVNOG DIZAJNA



OTVORIO PREDSTAVNIŠTVO U NOVOM SADU I PRVI SHOWROOM U SRBIJI!

Bogata ponuda HORECA proizvoda,
odlično snabdeven magacin!

POZIVAMO VAS DA NAS POSETITE!

 **Tognana**
PORCELLANE

SHOW ROOM

S.M. Ljubiše 12, Novi Sad, Srbija

PROIZVODNJA

Via Capitello 22, Casier (TV), Italy

www.tognanahoreca.rs
www.tognanaporcellane.it

Tel: +39 0422 672341

Mob: +393666951068

Mob: +381 63 81 505 30 - Srbija

Novo na hotelskom tržištu Srbije: "Corby" presa za pantalone

Davne 1929. godine, Britanac John Corby je u svojoj radionici u Vindzoru izumeo, a kasnije i patentirao vertikalnu presu za pantalone. Patent je naišao na oduševljenje elegantnih i odmerenih Engleza, te je presa i dobila naziv po svom izumitelju – "Corby".

Presa prvobitno nije bila električna, nego je samo sa unutrašnje strane bila obložena tkaninom, na koju se mogao postaviti tek ugrejani komad druge tkanine, kako bi se pojačao efekat. No, bilo je sasvim dovoljno ostaviti pantalone uveče stegnute u presi, i ujutru bi bile besprekorne.

Šezdesetih godina prošlog veka, John Corby doraduje model, tako što postavlja električne grejače sa tajmerom, koji zagrevaju presu na određenu temperaturu pola sata. S obzirom da tih godina električni aparati masovno ulaze u engleska domaćinstva, i presa postaje nezostavan uređaj u kućama ne samo engleskih džentlmena. Koliko je Englezima bila važna ova pegla za pantalone, potvrđuje i činjenica da su presu sa vešalicom za sako roditelji vrlo često poklanjali svojoj deci nakon diplomiranja.

Vremenom "Corby" presa za pantalone postaje sastavni deo inventara soba boljih

hotela, dok je danas prisutna u više od 70% hotelskih objekata više kategorije u Britaniji, čime postaje svojevrsna referenca za kvalitet.

Na radost hotelskih gostiju u Srbiji, naročito onih poslovnih, pronašli smo i "Corby" zastupnika u našoj zemlji – Predstavništvo Saniteh doo Beograd.



ŠIROK ASORTIMAN HOTELSKE OPREME

Kompanija "Corby of Windzor" danas je u potpunosti posvećena opremanju hotelskih soba svim onim važnim aparatima poput pegli, presa (više od 30 vrsta!) i daski za peglanje, ali i setova za čaj sa kувалом za vodu, mini-barova, posuda za led, hotelskih sefova, fenova i ostalih sitnica koje boravak u hotelu čine lepšim i prijatnijim.

PREDSTAVNIŠTVO SANITEH Beograd

Omladinskih brigada 7g, 11070 Novi Beograd
M: +381 65 3818 139, E-mail: saniteh@saniteh.rs

premium oprema za hotelske sobe



Valera+
HOSPITALITY

proSafe



 **Dometic**



SANITEH

PREDSTAVNIŠTVO SANITEH Beograd · Novi Beograd
Omladinskih brigada 7g · 11070 Novi Beograd M +381 65 3818 139 E saniteh@saniteh.rs



VingCard[®]
Elsafe



RFID tehnologija

Hotelski sistemi inteligentnih brava

Upravljanje energijom

Upravljanje radnim vremenom

SPICA

www.spica.rs

VingCard Elsafe Brave

Elektronska brava je prvi kontakt gosta sa sobom u kojoj će odsesti. Značaj prvog utiska često je presudan. VingCard brave prisutne su u najboljim hotelima u čitavom svetu. Savremena brava, vrhunskog dizajna, u cilju pružanja bolje funkcionalnosti, omogućava primenu različitih tehnologija. Bilo zbog jednostavnosti koja proizlazi iz samostalnosti elektronske brave, bilo zbog izrazite fleksibilnosti, VingCard je najbolje rešenje za hotelske sobe i recepciju. Pri tom, jednostavno i efikasno se integriše sa internim hotelskim sistemima (Property Management System). Gosti prepoznaju VingCard; zato i važi: VingCard – zvezdica više!



VingCard Elsafe Sefovi

Sefovi za ugradnju u sobama imaju najnaprednija rešenja za kontrolu upotrebe, savremeni modularni dizajn i mogućnost dogradnje naprednih tehnologija. Svaki Elsafe sef ima sertifikat koji dokazuje vrhunsku otpornost na provalu ili bilo kakvo fizičko oštećenje.



ŠPICA kontrola pristupa i evidencija prisustva

Time&Space - rešenje za kontrolu pristupa i evidenciju prisustva zaposlenih efikasno se integriše sa VingCard Elsafe sistemima i zajedno sa njima čini jedinstven sistem kontrole pristupa koji se sa recepcije i gostinskih soba proširuje na sve sadržaje hotelskog kompleksa (liftovi, wellness i Spa centri, bazeni, restorani, garaže i parking prostori).

TIME  **SPACE**



Exclusive VingCard Elsafe Distributor ŠPICA CENTAR – 11070 Beograd, Bulevar Mihajla Pupina 165v, tel. +381 11 2225070, www.spica.rs



KeyBox Keycontrol.

Inteligentni ormani za ključeve.

Vaš Keycontrol sistem može imati od nekoliko ključeva do više hiljada ključeva. U skladu sa vašim rastućim potrebama, jednostavno možete dodati više linija za ključeve u vaš orman, ili dodati više ormara u postojeći sistem. Do sto ormara može biti korišćeno u okviru istog sistema.

Orman za ključeve poseduje ekran sa jednostavnim menijem i opcijom za pretragu. Ormani su opremljeni rezervnim napajanjem, alarmom i sa 14 mesta za ključeve na svakoj liniji.

KEYWIN5

KeyWin5 softver vodi evidenciju o svakom ključu putem IntelliPin priveska. Uparite IntelliPin i ključ, a zatim ga stavite na liniju za ključeve na zidu ili u ormanu. Svaki IntelliPin poseduje jedinstveni ID broj, što omogućava jednostavnu identifikaciju statusa svih ključeva direktno iz KeyWin5 softvera. Softver je dostupan i kao web aplikacija.

Povećan kapacitet i više funkcionalnosti.

Korisnici

- Izabran ili nasumičan PIN kod.
- Opcija promene koda direktno na ormanu.
- Deaktivacija korisnika.
- Period validnosti za korisnike.
- Neograničen broj korisnika.
- Grupe za korisnike i ključeve.
- Vremenski kanali.
- Jednostavna administracija putem grupa.
- Pregledan uvid putem grupa.

Ključevi i ormani

- Vremensko ograničenje.
- Grafički pregled ključeva.
- Jedan ključ za jedan ili više ormara.
- Slobodna ili fiksna pozicija ključeva.
- Opcija pretrage na ekranu.
- Informacija kod kog korisnika je ključ.
- Stand-alone ili u mreži.
- Automatska ili fiksna IP adresa.
- Alarm za vrata i ključ.
- Protivprovalni alarm.
- Povezivanje na eksterni čitač.

Administracija

- Neograničen broj administratora.
- Podešavanje administratorskih prava.
- Izbor ormara za administraciju.
- Vidljive samo informacije o dodeljenim ormanima.
- Log iz računara i ormara.
- Napredna funkcija pretrage.
- Jasan prikaz alarma.
- Izveštaji putem CSV ili PDF dokumenta.
- Alarm prosleđen na e-mail.



Izaberite privesak za ključeve sa zaključavanjem ili bez zaključavanja.

spica

Špica Centar d.o.o.
+381 11 222 50 70
www.spica.rs
info.rs@spica.com

7-11/10
2015

8-10/10
2015



MEĐUNARODNI SAJAM TURIZMA

TURIZAM

LOV, RIBOLOV I SPORT · ŠUMARSTVO · EKO SVET ·
HORTIKULTURA



CRNA GORA
ZEMLJA PARTNER



GENERALNI SPONZOR



GENERALI

8-11/10
2015



NOVOSADSKI SAJAM

www.sajam.net