

A MEOSZ fenntartásában működő akadálymentes üdülők

- **MEOSZ Pihenőház Siófok**, 8621 Zamárdi, Rózsa utca 55.
MEOSZ Központ Budapest, Soós Angéla, tel: +36 1 388 2387

Megközelítés: Siófoktól 4 km-re Balatonszéplak-alsó területén van az üdülő, a Balatonszéplak-alsó vasútállomástól 500 méterre. Gépkocsival Siófok centrumtól a 7-es úton (Zamárdi út) haladva Balatonszéplak-alsó vasútállomás utáni első lámpánál jobbra a part felé az Orgona utcán haladva, onnan a második kereszttútcán balra éjük el.

Környék leírása: Az üdülő csendes, barátságos, családias nyaralóövezetben, 50 méterre a vízparttól található. A legközelebbi strand az üdültől kb. 800 méterre az Orgona utca végén fekszik, ez Balatonszéplak-alsó szabadstrandja.

Általános: Az üdülő tavasztól őszig üzemel az időjárás függvényében. A környék utcái aszfaltozottak és sík területen fekszenek, így kerekesszékekkel is lehet közlekedni. Az üdülő közelében van egy élelmiszerbolt, nem messze az EGIS üdülónél pedig ebéd rendelhető.

Szobáink: A kétszintes nyaralóépületben 4 db 2 ágyas + fotelágygal pótágyazható, akadálymentes zuhanyozóval és WC-vel ellátott, teraszos, TV-vel, hűtőszekrényvel felszerelt szobák, szintenként 1 -1 felszerelt teakonyhával rendelkező épület. A földszinti 2 db szoba teljesen akadálymentes, kerekesszékekkel is használható, a tetőtéri szobák csak lépcsőn közelíthetők meg. Ágynemű- és törölközőcsere turnusváltáskor biztosított.

Szolgáltatások: Az udvarban szalonnasütő, kerti bútorok, zárt parkoló található.

Bővebb információ: www.meosz.hu; tel.: 06 1 388 2387

- **Albertirsai Pihenőház**, 2730 Albertirsa, Dolina utca 58.
Mozgássérültek Budapesti Egyesülete,
Erdeiné Zsuzsa, tel.: (06 1) 329 5299; Email: pestikozpont@mbeinfo.hu

Megközelítés: Albertirsa Cegléd és Pilis között a 4-es főút mellett, Budapesttől 54 km-re fekszik. Az üdült elsősorban gépkocsival lehet megközelíteni, vagy vonattal Albertirsa megállóhelyig. Innen taxival közelíthető meg (kb. 800 Ft). Amennyiben mozgássérült emberek csoportja érkezik vonattal, akkor Albertirsa Város Önkormányzata vállalja szállításukat az üdülő és az állomás között előzetes egyeztetés alapján. Olyan vendégekre vonatkozik ez a lehetőség, akik fel tudnak szállni a buszra. Kerekesszékes vendégek számára akadálymentes szállítás nem megoldott. Saját gépkocsi számára az üdülő területén zárt parkoló biztosított.

Általános: A Mozgássérültek Budapesti Egyesületének Pihenőháza akadálymentesített, kerekesszékekkel általában használható, a fürdőszobában kis segítségre lehet szükség.

Marketing: Albertirsa, amely 2003 óta város, a Duna-Tisza közti homokhátság és a Monor-Irsai dombság találkozásánál fekszik Pest megyében, a Ceglédi kistérségben. A város északi határában folyik a Gerje-patak, itt védett természeti értékek találhatók, köztük Közép-Európa legnagyobb gyurgyalag-telepe. Albertirsa termálfürdőjéről híres. A gyógyfürdő öt medencéjét két kút táplálja, melyből 41 fokos termálvíz tör fel. A gyógyvíz elsősorban mozgásszervi megbetegedések, műtétek és balesetek utáni utókezelések, továbbá nőgyógyászati problémák kezelésére igen hatékony. A fürdő területén az akadálymentes közlekedés megoldott, a medencéknél vízbeemelő szerkezet nincs, de a személyzet kérésre segítséget nyújt.

Környék leírása: Az üdültől 500 méterre található a gyógyfürdő, amely strandként üzemel, májustól szeptemberig tart nyitva. A gyógyfürdőtől nem messze található a Dolina-völgy és a Hársas-völgy, mindkettő természetvédelmi terület.

Szobáink: Az üdülőben 1 db 2 ágyas pótágyazható, 3 db háromágyas, 1 db 3 ágyas pótágyazható, és 1 db 4 ágyas, összesen 6 db szoba áll rendelkezésre. Két szobához tartozik egy fürdőszoba, amely zuhanyzós (összefolyós), és külön WC is. A szobákban van TV, és két szobához tartozik egy előtér, ahol hűtőszekrény van elhelyezve. Ágyneműcsere hetente egyszer, törölközőcsere hetente kétszer biztosított.

Szolgáltatások: Az üdülőhöz tartozik egy konyha alapfelszereléssel: hűtő, mikró, gáztűzhely, edények, kávéfőző, étkezési lehetőséggel, valamint előtér és egy terasz is. Közös használatú kerti bútorok is rendelkezésre állnak. A kertben van szalonnasütő hely, az udvaron 6 gépkocsi számára van parkolási lehetőség. Az üdülő egész területe akadálymentesen használható, 3 db kerekesszék áll rendelkezésre szükség szerint. Kérésre félpanziós ellátás biztosítható, de a fürdő területén, vagy a városban van étkezési lehetőség.

Programok: Megtekinthető az Albertirsai Faluház (Albertirsa, Tó utca. 9.) és el lehet látogatni a Malom-tóhoz, amely horgásztóként működik. Albertirsa Város felajánlotta az Egyesületnek, hogy a város rendezvényeire a vendégeket elszállítja igény szerint.

Bővebb információ: <http://www.mbeinfo.hu/>; tel.: 06 1 329 5299

- **Napsugár Ház Panzió és Rehabilitációs Központ**, 7275 Igal, Hegyi utca 7.
Mozgáskorlátozottak Somogy megyei Egyesülete,
Jelenleg kizárólag az Erzsébet program keretében működik
Tóth Lajosné 20/439 9456; Email:tothne.piri@citromail.hu

Marketing: Igal Somogy megyei kistélepülés Kaposvártól 24, a Balatontól 40 km-re. Országos hírért gyógyfürdőjének köszönheti. 651 m mélyről 88 C fokos gyógyvíz tör fel, amely az egyik legjobb minőségű az országban. Az alkáli-kloridos és hidrogén-karbonátos hévíz a jódos-brómos vizek csoportjába tartozik. Jelentős gyógyító hatással bír reumás és mozgásszervi, ízületi, nőgyógyászati urológiai, valamint emésztőszervi panaszok, gerincbántalmak esetén. Használják idült hörghurut, aranyér kezelésére is. Ivókúraként anyagcserezavarok, emésztési rendellenességek érsipolyos megbetegedések kezelésére is ajánlják a szakemberek. A termálfüdő egész évben üzemel, különböző víz-hőmérsékletű 9 db nyitott, fedett és úszómedence áll a vendégek rendelkezésére. Az akadálymentesített környezetnek köszönhetően a kerekesszéket használó vendégek is használhatják a szolgáltatásokat. Az egyik külső medencénél van vízbeemelő, és a folyamatban levő felújítás és bővítés eredményeként további medencékhez is lesz beemelő.

Megközelítés: Az üdülőt gépkocsival a Balaton felől úgy közelíthetjük meg, hogy az M7-es autópályáról Kőröshegynél, vagy a 7-es útról Szántód után térünk le, majd onnan végig déli irányban haladva Kereki, Pusztaszemes, Somogymeggyes, Andocs és Bonnya településeken át érünk Igalba. Nyugati, keleti és déli irányokból Kaposváron át közelíthető meg. A Volán távolsági és helyközi járatai a termálfüdő bejáratánál állnak meg. Innen 600 méterre van az üdülő.

Környék leírása: A Napsugárház üdülő csendes, parkosított környezetben, egy kisebb emelkedőn található, ezért gyalogosan csak segítséggel tudnak felmenni azok a vendégek, akik önállóan nem tudnak közlekedni.

Jelenleg az üdülő az Erzsébet program keretében működik, ami azt jelenti, hogy minden év januárban, vagy februárban a Magyar Nemzeti Üdülési Alapítvány meghirdeti az üdülésre a pályázatot több kategóriában, pl. fogyatékossgal élők, nyugdíjasok, nagycsaládosok számára. Kérjük tájékozódjanak a MNÜA honlapján.

Általános: A Mozgáskorlátozottak Somogy megyei Egyesülete 1987-ben társadalmi összefogással építette fel üdülőjét. A Napsugár házat néhány éve felújították, kétszintesre kibővítették, így korszerű szolgáltatásokkal várja vendégeit. Az utcai és az alsó szint között lifttel lehet közlekedni. Az utcai szintről jutunk az épület közös teraszára és az épületbe, a kertet lifttel, vagy lépcsőn az alsó szintről érhetjük el. Mind az utcai szinten, mind az alsó szinten vannak szobák, amelyekhez külön terasz kapcsolódik.

Szobáink: Az üdülő 10 db két ágyas szobával rendelkezik, amelyből kettő pótágyazható. Minden szobához akadálymentes zuhanyzós fürdőszoba tartozik, ebből háromban kerekesszéket használó vendégeknek segítségre lehet szükségük. Minden szobához TV, hűtőszekrény és külön terasz is tartozik. Ágyneműcsere turnusváltáskor, törölközőcsere 3 naponta történik.

Szolgáltatások: Közösen használható helyiség a társalgó, amely étkező helyiség is egyben, melegítési lehetőséggel, kávé-, teafőzővel, étkészlettel, edényekkel felszerelve. Ebben a helyiségben is van TV, valamint egy számítógép internet csatlakozással. Közösen használható még a kondicionáló terem edző gépekkel, ping-pong asztallal felszerelve és a szauna. A teraszokon és a kertben kerti bútorok állnak rendelkezésre, a kertben szalonasütő, grillezési lehetőség, az udvar bejárati részénél parkolási lehetőség van. Mozgáskorlátozott vendégek kérhetnek szállítást aktuális áron a busz-/vasútállomás és az üdülő között, vagy akár kiránduláshoz. Erre a célra egy akadálymentes mikrobusz áll rendelkezésre. Érdeklődni a fenti email címen, telefonszámon lehet.

Látnivalók: Hangulatos falusi környezetben házas ételekkel, jó magyar borokkal barátságos falusi emberek várják a pihenni vágyókat. Igal egyik nevezetessége a 310 m magas Kánya domb, ahonnét páratlan kilátás nyílik a környékre, tiszta időben még a Balatonig is ellátni. A sport szerelmeseinek ajánlható a lovaglás és a túrázás, hiszen a környező dombok, erdők, mezők szép kirándulásokra adnak lehetőséget. A 24 km-re levő Kaposvár számtalan kulturális lehetőséget kínál, de érdemes a szennai tájházat is felkeresni, amely Kaposvártól még további 40 km-re fekszik. Igaltól 40 km-re található a Balaton déli partja.

Bővebb információ: www.msme.hu; tel.: 06 82 512 539

- **Bokréta Apartmanház**, 3400 Mezőkövesd - Zsóry fürdő, Bokréta út 14.
Mozgássérültek Mezőkövesdi Egyesülete,
Kiss Jánosné 30 / 835 0034; Email: buktal@freemail.hu

Megközelítés: A Mozgássérültek Mezőkövesdi Egyesületének apartmanháza négy kilométerre a Matyók városától, Mezőkövesdtől, Zsóry fürdőn, a gyógyfürdő bejáratától 150 méterre, csendes, nyugodt környezetben található. Megközelíthető az M 3 autópálya leágazástól (2 km) és az E 3-as főútvonalon, amely közvetlenül a fürdő mellett halad. A MÁV Mezőkövesd vasútállomás, a város és a Zsóry fürdő között helyközi járatok és a Borsod és Heves Volán távolsági busz járatai is közlekednek. Akadálymentes tömegközlekedés jelenleg még nem biztosított.

Környék leírása: Mezőkövesd az Észai Középhegység és az Alföld találkozásánál fekszik, területe teljes egészében sík vidék. Ennélfogva mozgáskorlátozott, kerekesszéket használó vendégek számára mind a város, mind a hozzátartozó Zsóry fürdő és az üdülő környéke könnyen bejárható. A gyógyfürdő létesítményeinek többsége kerekesszékekkel is használható (akadálymentes öltözők, mosdók, egyéb szolgáltató egységek), a wellness részlegben van a medencéhez beemelő kerekesszékesek számára. A fürdő területén szállodák, panziók, vendéglők találhatóak, ezek közül néhány biztosít akadálymentes

szolgáltatást. A legközelebbi vendéglő 50 m-re található.

Általános: Zsóry Lajos 1938-ban engedélyezte, hogy saját birtokán kőolajat feltáró fúrást végezzenek. Olajat ugyan nem találtak, de meglepetésre 875 m mélységből triász kori víztárolóból gejzír módjára 30 méteres 68 °C fokos melegvízszlop tört fel. A rengeteg áldásos hatás következtében a mezőkövesdi gyógyvíz sikerrel alkalmazható fürdőkúra formájában számos betegség gyógyításánál például a degeneratív és gyulladással járó ízületi és gerincbetegségeknél, izomfájdalommal járó izombetegségeknél, ortopéd műtétek előtti és utáni állapotokban, fájdalomcsillapításban, a lokális duzzanatok mérséklésében, a végtagok keringésének javításában, sérült végtagok izomerejének és mozgáspályájának javításában, az épen maradt végtagok és testrészek izomerejének, teherbíró képességének növelésében, valamint a légzés, keringés javításával a thromboemboliás szövődmények megelőzésében.

Marketing: Mezőkövesd 17 ezer főnyi lakosával a Bükkalja és az Alföld találkozásánál fekvő település, amelynek 1464-ben adományozott városi rangot Mátyás király. A Zsóry Fürdő gyógyvize, a gazdag matyó népművészeti kincs és a mozgalmas kulturális élet méltán tette ismertté a települést hazánkban, Európában és szerte a világon. Az elődök és a ma itt élők vallásos lelkületét hirdetik a város templomai, az ősök iránt érzett tisztelet jele a múzeumok, gyűjtemények gazdag tárháza.

Programok: Matyó város április 1-től egészen szeptember végéig minden hétvégén programokkal várja a látogatókat: matyó húsvét, matyó fergeteg, Zsóry fesztivál, lovas napok, civilek hete, élőzene a Zsóry területén található vendéglátó egységeknél.

Látnivalók: Mezőkövesd az üdülőtől 4 km távolságra fekszik. Legfőbb nevezetességei közé tartozik a Matyó népművészeti múzeum, a Mezőgazdasági gépek múzeuma, amely Európában a legnagyobb, a Hadas településen Kis Jankó Bori emlékháza, a kézműves-tájházak (hímző ház, mézeskalács, bútorfestő, üvegcsiszolás, fazekas, Gari Margit mese emlékház). Ezekben a kézművesek bemutatót is tartanak az érdeklődőknek. A Szent László katolikus templom nevezetes történelmi emlékhely. A fürdőhöz 6 km-re található a Hoor völgye víztározó horgászati lehetőséggel, Eger megyeszékhely 25 km-re, a Tisza tó 30 km-re fekszik. Lehetőség van nosztalgia vonatozásra és tricikli kölcsönzésre is tavasztól-őszig.

Szobáink: A családi ház jellegű üdülő két, méreteiben azonos, részben akadálymentes apartmant foglal magába. Egy apartmanban található egy nappali szoba, amelyből 2 db kétágyas hálókülke nyílik, egy fürdőszoba összefolyós zuhanyzóval, egy megfelelően felszerelt teakonyha és egy tágas terasz. Ugyanezek megtalálhatók a másik apartmanban is, így az üdülő összesen 8 db férőhellyel rendelkezik. Kerekesszéket használó vendégek a hálókülkéket, a teakonyhát és az akadálymentesen kialakított fürdőszobát kis segítséggel tudják használni. Ágynemű- és törölközőcsere hetente történik.

Szolgáltatások: A nappali szobák TV-vel (T-Home előfizetés 17 csatornával) és étkezővel, a konyhák hűtőszekrényvel és főzési lehetőséggel felszereltek, a teraszokon ülő garnitúra, az udvarban zárt parkoló van 2 db gépkocsi számára. A kertben szalonnasütő használható.

Idegenforgalmi adó: Az idegenforgalmi adó 300,-Ft/fő/éj külön a helyszínen fizetendő.

Bővebb információ: www.msmke.hu; Tel.: 06 49 411 346

- **MOVE Béta Üdülőház**, 9554 Borgáta, Táborhely utca 1.
Mozgássérültek Veszprém megyei Egyesülete,
Szabó Andrea 70 / 358 7421; Email: vmme@vnet.hu

Megközelítés: Az üdülőház Vas megyében, Sárvártól 20 km-re délkeletre, egy régi

bortermelő vidéken, a Kissomlyó hegy lábánál fekszik. Gépkocsival a 84-es úton Sopron irányába haladva érjük el Borgátafürdőt. Távolsági busszal is érkezhetünk, hiszen a buszmegálló közvetlenül az üdülő mellett található, Veszprémből közvetlen járat is van ide.

Környék leírása: A kicsi falut kitűnő termálfürdője tette ismertté. Gyógyvize 753 méteres mélységből tör a felszínre, hőfoka 47°C fok. A fürdő gyógyvizére a 60-as években építették a termálfürdőt, ami körül üdülőterület alakult ki. A termálvíz káliumot, nátriumot, kalciumot, magnéziumot és hidrogénkarbonátot tartalmaz, ennél fogva alkalmas különféle mozgásszervi, illetve reumatikus megbetegedések kezelésére. A termálmedencékhez jelenleg még nincs vízbeemelő szerkezet. A termálfürdőtől kb. 300 méterre található a májustól szeptemberig üzemelő kétszintes üdülő, az ORSZ Központ.

Általános: Pékség és élelmiszerbolt az üdültől 300 méterre található, mivel az üdülés itt önellátó rendszerű, nincs félpanziós ellátás.

Szobáink: A földszint teljesen akadálymentes. 2 db kétágyas és 1 db háromágyas fürdőszobás szoba, 2 db megfelelően felszerelt konyha, és egy társalgó található itt. Az 5 db tetőtéri szoba 2-4 ágyas, fürdőszobás, akadálymentes, ám 16 lépcsőfok vezet az emeletre, lépcsőlift pedig nincs. Szobák száma összesen 9 db. A földszinti fürdőszobákban az összefolyós zuhanyzó és WC kapaszkodókkal alkalmas kerekesszékes vendégek számára. A szobák TV-vel és hűtőszekrénnyel lettek felszerelve. Az üdülő egy nagy terrasszal is rendelkezik. Ágyneműt turnusonkénti váltással tudunk biztosítani, azonban törölközőt vinniük kell a vendégeknek.

Szolgáltatások: Kerti játékok, kerti bútorok, szalonnasütő és 6 személygépkocsi számára zárt parkoló tartozik még az üdülőhöz.

Programok: A borgátai fürdön kívül más nagyobb, kisebb gyógyfürdők is találhatóak a környéken, mint a Mesteri termálfürdő 11 km-re, a celldömölki Vulkán Gyógy és Élményfürdő mintegy 20 km, valamint a sárvári Gyógy- és Wellnessfürdő 20 km-re található. Szép kirándulás tehető a Sághegyi Tájvédelmi Körzet területére, ahol látható vulkáni eredetű bazaltkúp kürtője, a magmacsatorna, és a bazaltláva megkővesült, hatalmas darabjai. A terület élővilága rendkívül gazdag (árvalányhaj, leány- és feketekökörcsin, tavaszi hérics, tarka nőszirm, pirosló kígyószisz). Bogarak közül említésre méltó a hazánkban kipusztultnak hitt gyászos cincér megtalálása. Előfordul a rézsikló, a holló, vörös vércse, erdei fülesbagoly és gyakran hallani a gyöngybagoly hangját is. Gyakori az erdei pocok, a mezei nyúl és a róka. A Borgátától 15 km-re fekvő Szajki Tavak fürdési és horgászási lehetőséget nyújtanak. Egynapos kirándulást tehetünk a Sümegi Várhoz. Bővebb információ: Tel.: 06 88 565 240;

- **Rózsalak**, 5123 Jászárokszállás, Rózsa Ferenc út 30.
Mozgáskorlátozottak Balassagyarmati Egyesülete,
Juhászné Kovács Judit, 20 / 930 9403; Róka Józsefné, 20 / 930 9404
Email: juhaszn@enternet.hu

Környék leírása: Jászárokszállás az alföldi régió észak-nyugati határán helyezkedik el, a Jászság legészakibb települése, a Mátrától alig 20 km-re. A településnek kisebb vizei vannak, a Gyöngyös-, az Ágó- és a Szarvagy- patak természetes vízfolyások.

Általános: A város legvonzóbb létesítménye a termálvizes strandfürdő, amely kedvelt nyaralóhellyé alakította Jászárokszállást. A Rózsalak üdülő kb. 500 méternyire van a fürdő területétől, itt van étkezési lehetőség, de a városban is vannak vendéglők. Az

üdülővezeten belüli kemping nyújt szállást 120 fő részére faházakkal, sátorhelyekkel, szabadtéri játékok is segítik a kikapcsolódást.

Megközelítés: Jászárokszállás a Jászberény – Gyöngyös, valamint a Heves – Gyöngyös útvonalak kereszteződésében helyezkedik el. A város az M3-as autópályától Gyöngyös Kelet csomóponttól Adács, majd Vámosgyörk községek érintésével 15 km távolságra van. Mind vonattal, mind autóbusszal megközelíthető a város. Az üdülő a központtól 2 km-re található, csak gépkocsival közelíthető meg.

Látnivalók: Jászárokszállás különös színfoltja az 1994-ben létrehozott Jász-ház, amely egy módos gazda hagyományos lakberendezését mutatja be. A város legfontosabb építészeti, történeti látnivalója a kívül-belül szépen felújított barokk műemlék templom és az előtte lévő téren álló barokk Mária oszlop. Szintén barokk stílusjegyeket visel a külső Fogadó XVIII. század első felében épült műemlék épülete. A Fogadó hasonmását 2001-ben a Szentendrei Szabadtéri Múzeumban építették fel.

Programok: A Termál- és Strandfürdő közelében található a 3 hektár vízterületű Pereslaposi tó, amely közkedvelt horgász hely. A horgászto az üdültől kb. 300 méterre található, napi jeggyel is igénybe lehet venni. A város határában a Jeddi-Farmon fogathajtásra, túralovaglásra, vadász és tereplovaglásra van lehetőség. Több gyógyfürdő is található 15 kilométeren belül, például Jászberényben, vagy Jászapatiban. Jászárokszállás élénk kulturális életc és színvonalas programjai minden évben látogatók czeit vonzzák a városba. Legnépszerűbb rendezvények a Flórafarsang (február), Árokszállási Jász Bál (február), Város Napja (május), Nemzetközi Suzuki Találkozó (június), Árokszállási Nyár (július), Fortuna Táncgála (július), Tűzoltóbál (július), Néptáncgála (augusztus), Szent István napi ünnepegsorozat (augusztus), Széchenyi Lovasnapok (szeptember), Regionális Felnőtt Amatőr Színjátszó Találkozó (október).

Szobáink: A kertes, tetőtér beépítésű üdülő csendes, családias környezetben várja a pihenésre vágyókat. A földszinten 1 db kétágyas szoba, a nappaliban kanapé (szükség esetén ágyazható), a tetőtérben 1 db kétágyas és 1 kisebb kétágyas szoba (pl. gyerekeknek) szoba található, összesen 3 db kétágyas szoba 6 fő részére. A ház földszintjén van egy db közös használatú, akadálymentes, zuhanyzós fürdőszoba, valamint előtér, terasz és főzésre alkalmas konyha. TV van a nappaliban és az emeleti szobában. A bejáratnál van rámpa, ezzel együtt kerekesszéket használó vendégek számára csak segítséggel oldható meg az üdülő használata. Ágynemű csere hetente egszer történik.

Szolgáltatások: Az üdülő teraszán, a kertben kerti bútorok, szalonnasütő, az udvaron pedig 2 gépkocsi számára zárt parkoló áll rendelkezésre. Félpanzió nincs, a vendégek önellátók.

Bővebb információ: <http://www.mkbgye.hu/index.php?modul=home> ; tel.: 05 35 500 672

- **Hévízi Apartman**, 8380 Hévíz Ady út 23.
Mozgássérültek Zala megyei Egyesülete
Preisinger Sándor, 20 / 332 8109; 92 / 598 890;
Email: meosz-zala@zelkanet.hu

Általános: A hévízi gyógytó kezelője és működtetője a Hévízgyógyfürdő és Szent András Reumakórház Kht, mely szolgáltatások egész sorát kínálja a látogatóknak. A hévízi kezelésekek nem csak pillanatnyi javulást eredményeznek, hanem hónapokra megakadályozzák a fájdalmak kiújulását. A gyógyvíz jelentős hidrogénkarbonát, kalcium, magnézium, szulfát, metakovasav és szabad szénsav tartalma miatt reumás mozgásszervi

panaszok minden degeneratív kopásos, meszesedéssel típusa, gyulladásos ízületi és gerincbetegségek nyugalmi stádiumban, kötőszöveti reuma (izom-, ínszalagok megbetegedései), és még sok más betegség esetén fejti ki gyógyító, jótékony hatását.

Környék leírása: Hévíz város Délnyugat-Magyarországon, Zala megyében fekszik, Keszthely és a Balaton szomszédságában. Itt található a világon egyedülálló természetes tőzegmedrű gyógytó. A Hévízi-tó gyógyító hatása már a rómaiak által is ismert volt, erre utalnak a bűvárok által az 1980-as évek elején a tóból gyűjtött pénzérmék és a tó környékén talált oltárkö. Az első tanulmány a tóról 1769-ben jelent meg, Szláby Ferenc munkája. A fürdő kialakításában fontos szerepet játszottak a Festeticsek, akiknek a birtokába a 18. század közepén került a forrás és környéke. A fürdőélet felvirágozása legfőképpen gróf Festetics (I.) Györgynek köszönhető. A mai település Hévízszentandrás és Egregy községek egyesítéséből jött létre 1946-ban. 1992. május 1-jén városi címet kapott.

Megközelítés: Az M7-es autópályán Balatonszentgyörgy irányába, majd Keszthelyen át, Sopron felől pedig a 84-es számú főúton haladva juthatunk Hévízre. A legközelebbi vasútállomás Keszthelyen van, onnan busszal lehet eljutni, de menetrend szerinti buszok közlekednek az ország nagyobb városaiból is Hévízre.

Marketing: Budapest után Hévízen a legtöbb az eltöltött vendégéjszakák száma. A mára már több mint 200 éves fürdőhagyományokkal rendelkező gyógyhelyet évente több százezer turista keresi fel.

Szobáink: A tófürdőtől mintegy 500 méterre elhelyezkedő emeletes épületben mintegy 18 apartman található. Ezek egyike a Mozgáskorlátozottak Zala megyei Egyesületéhez tartozik, amelyet akadálymentesen alakítottak ki. A földszinti apartmanban az amerikai konyhás szobában két heverő és egy fotelágy van, így az apartman pótagyazható ágynemű, törölköző heti váltással rendelkezésre áll. A zuhannyal ellátott fürdőszoba kevés segítséggel kerekesszékekkel is használható. A konyharész teljesen felszerelt, egyszerű ételek elkészítésére is alkalmas.

Szolgáltatások: Az apartmanhoz egy terasz is csatlakozik, ahol napozószék és nyugágy vehető igénybe. Képzett zárt parkoló és kertész, kerti bútorok tartoznak az apartmanhoz. Orvosi beutalóval a Szent András kórházban kezeléseket írnak ki, melyek kedvezményes áron vehetők igénybe. Ugyanitt a gazdasági irodán reggelire és ebédre be lehet fizetni. Az apartmantól 500 méterre van a hévízi tó bejárata, ahol mind a belső, mind a külső részen van vízbeemelők szerkezet kerekesszékes vendégek számára.

További információ: <http://www.zalamedia.hu/programajanlo/egyeb/324-zalaegerszeg-es-kornyeke/59782-2015-mozgasserultek-zala-megyei-egyesulete.html> ; Tel.: 06 92 598 890

- **Mozgássérültek Pihenőháza**, 6065 Lakitelek - Tóserdő, Sirály utca 1.
Mozgáskorlátozottak Bács-Kiskun megyei Egyesülete,
Lackó Mátyás 20 / 390 3478 ; 20 / 378 4855;
Email: mozgaskorlatozottakbacs@gmail.com

Környék leírása: Lakitelek-Tóserdő a Tisza mentén, a Kiskunsági Nemzeti Park területén helyezkedik el, híres a tiszai holtágról, a csodálatos környezetéről, üdülő övezetéről és a Tóserdő Szépe rendezvényéről. Kecskeméttől 25 km-re található az üdülni, pihenni és szórakozni vágyó vendégek paradicsoma. A pihenőház üdülőövezetben, erdővel szemközt található nyugodt, csendes környezetben a Holt Tisza és a strand a közelében. Étterem, vendéglő, büfé és fagyizó van 200-300 méteres

körzetben. Ezek többsége akadálymentes kerekesszékekkel közlekedő vendégek számára.

Megközelítés: Lakitelek Töserdő Keeskeméttől 24 km-re a 44-es út mellett fekszik. Az üdülő elsősorban gépkocsival közelíthető meg. A vasútállomás 1,5 km-re, a buszmegálló 500 m távolságra van.

Szobáink: Csendes, jó levegőjű helyen található az egyszerű kialakítású pihenőszállás. Nappali, felszerelt konyha, fürdőszoba, fedett előtér és kert áll a vendégek rendelkezésére. Egy négyágyas szobában nagyobb család esetén még négy pótágy elhelyezhető. A zuhanyozó és a WC nem alkalmas olyan személyek számára, akik nem tudnak a kerekesszékből felállni. Az üdülőben van TV, hűtőszekrény, főzésre alkalmas konyha, takarók, párnák, de ágyneműt, törölközőt a vendégeknek vinniük kell.

Szolgáltatások: A kertben van lehetőség szalonnasütésre. A zárt udvarban egy gépkocsi elhelyezésére van lehetőség, kívül pedig 10 gépkocsinak van hely.

Látnivalók: A 300 méterre lévő Holt –Tiszán van strand, itt lehet fürödni, van lehetőség csónak-kölcsönzésre és horgászásra. A gyógyfürdő 1 km távolságra van. A Kiskunsági Nemzeti Parkban a gazdag állat- és növényvilággal való ismerkedés felejthetetlen élmény, a Kaland parkot is kipróbálhatják vállalkozó kedvű fiatalok.

Bővebb információ: <http://mkbacs-kiskun.shp.hu>

- **Esély Centrum**, 4400 Nyíregyháza, Tiszavasvári út 41.
Mozgáskorlátozottak Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei Egyesülete
Balogh Zoltánné, 20 / 326 0485; 06 42 504 835
Email: adelka329@gmail.hu ; szszbegy@meosz.hu

Az Egyesület tulajdonában lévő Centrum négy épületében konferenciákat, egyéb programokat lehet tartani, ehhez termek állnak rendelkezésre, valamint orvosi kezeléseket is igénybe lehet venni beutalóval. Igénybe vehetők a Támogató Szolgálatunk szolgáltatásai is. A szálláshelyen 1 db kétágyas, 1db háromágyas és 1 db ötágyas fürdőszobás szobában tudjuk vendégeinket elszállásolni. Ezek mindegyike teljesen akadálymentes kerekesszéket használó vendégek számára. Kérésre étkezést biztosítunk, és a büfé is rendelkezésre áll.

Nyíregyháza 119.000 lakosú megyeszékhely, sokféle látnivalóval, gondozott épületeivel, parkjaival, kulturális lehetőségeivel kedvelt úticél. A belvárosánál, az Esélycentrumtól mintegy 8 km-re található a Sóstó, ahol strandok és fedett gyógyfürdő is található több medencével. Az üdülő övezetben van kerékpár kölcsönzési lehetőség, és a híres, több mint 300, köztük számos különleges fajt bemutató Nyíregyházi Állattark is látogatható.

Bővebb információ: <http://www.mkszabolcsegyesulet.hu>