

## Ældresagen Århus Nord på Wellness-tur til Polen, 17 - 21. april 2016.

### Dag 1.

Meget tidligt søndag morgen stod vi 17 personer klar ved Arions Hus for at drage med Søren's Rejser på wellness-tur til den polske by **Kotobrzeg** ved Østersøen. Vi var 16 damer + formand Christen. Vejret var koldt, men solen skinnede dejligt. Grænsebutikkerne var endnu ikke åbnet, så dem sprang vi over, og det gik hurtigt syd- og senere østover med de nødvendige pauser. Vi kom jo både gennem det gamle DDR og Polen, og det meste af det vi så, var landbrugsland med en masse vindmøller. Hvis man kiggede godt efter var der også en hel del rådyr, traner og storke. Søren's Rejser havde sørget for madpakker til frokost. Dem spiste vi på en forblæst, men solbeskinnet rastepads mellem Rostock og Greifswald.



ÆldreSagen Aarhus Nord nu med eget logo hos Søren's Rejser / Frokost på en rastepads mellem Rostock og Greifswald

Det gik bare stille og roligt fremad, og da vi var tæt på Kotobrzeg spurgte vores dygtige og venlige chauffør, Jan, om vi syntes det havde været en lang tur? Næh, egentlig var de ca. 850 km gået forrygende hurtigt. Undervejs var vi også lige blevet orienteret om, hvordan de forestående wellness-dage skulle foregå. Vi ankom til **Hotel New Scanpol** ca. 17.30, hvor vi fik tildelt vore værelser, som alle lå på 6. etage med fin udsigt, enten nordpå mod havet eller sydpå ind over by og land. Alle spiste på hotellet denne første aften, og maden var helt fin.

### Dag 2, 3 og 4.

Før de første af os mandag formiddag skulle stifte bekendtskab med turens egentlige formål: **Wellness**, var der var dog lige tid til en lille orienterende spadseretur til byens centrum med chauffør Jan som guide. Der var højst et kvarter at gå. Turen gik først gennem en lille park, derefter fik vi udpeget et par af byens markante bygninger (domkirke og rådhus). Der var naturligvis også både butikker og spisesteder, hvis man altså bare kunne få øje på dem. Det polske sprog er jo ikke helt let at tyde, og der var ingen tøjstativer (eller borde og stole) på fortovet til at lokke kunder indenfor. Søren's Rejser har været i byen mange gange, og har udarbejdet en lille liste over spisesteder (navne og adresser), som er værd at besøge. Også shoppingcentre og mindre butikker fik vi udpeget. Priserne er generelt en hel del lavere end i Danmark, og der kommer mange turister til den gamle kurby, så der er masser af smart tøj, sko og tasker at gå efter. Vi fandt butikkerne, og mange af os fik lidt nyt med hjem til garderobeskabet.



Udsigten fra mit vindue



Foran det gamle rådhus forklarer Jan vejen til forretningerne

Blev man træt af at shoppe, kunne man gå en tur ud til stranden/havet. Det tog også mindre end halv time. Der er 6 km pæn, bred sandstrand. I disse dage var der pålandsvind og dermed store bølger, som ind imellem slog ind over molerne. Der er en forholdsvis ny 200 m lang mole, hvor der for enden ligger en café, hvor man i godt vejr kan nyde solen i en udendørs liggestol med en kølig drink eller lignende inden for rækkevidde. I disse dage solgte de mest "glühwein", kaffe og varm kakao! Det var også muligt at sidde indendørs.

Byen ligger ved en flod, **Parseta**, som har givet anledning til, at der er opstået en havn og by der for over 1000 år siden. Byen har også i en periode været en såkaldt *Hansestadt*. Her er nu en større fiskerflåde, samt en meget moderne marina til lystbåde. Der er også nogle gevaldige læmoler i forbindelse med havnen.

En kuriositet for danske besøgende er et moderne sportsanlæg, hvor det danske (herre) fodboldlandshold havde træningsbane i forbindelse med EM i fodbold i 2012.



Ved floden Parseta



En del af den flotte strand med fyrtårnet i baggrunden

Men så var der jo også lige det der med **Wellness'en**, den skal ikke glemmes. Hver af os havde (i bussen) fået et skema med tidspunkterne for vore individuelle behandlinger i løbet af de 3 dage. Og dem måtte vi selvfølgelig passe, så kunne vi se på byen og shoppe i pauserne. Så det gik selvfølgelig også løs med behagelig massage både her og der, indpakning i varmt mudder, frisørbesøg, fiskespa og andre spændende ting. Også priserne for dette var særdeles rimelige. Desværre var det svært at kommunikere med personalet. De fleste kunne kun få tyske eller engelske gloser. På vore værelser lå fine, hvide badekåber, som var praktiske at have på, når man ind imellem skulle smide tøjet for at blive taget under kærlig

behandling. Der var andre danskere og en hel del tyskere blandt gæsterne. Måske også andre nationaliteter.



Vi besøger en stor planteskole/park



En af de blomstrende buske diskuteres indgående

De forskellige behandlinger foregik, bortset fra den første dag, om formiddagen. Så den ene eftermiddag var der tid til en lille bustur til en større planteskole/have/park ca. en halv times kørsel væk. Det var et meget fint anlæg, men desværre var det på dagen en forfærdeligt blæsevejr, som tog lidt af fornøjelsen. Der var selvfølgelig ikke så mange blomster lige nu, men mange buske og træer stod da lige på spring, og ind imellem var der påskeliljer, tulipaner og andre forårsblomster. Og så var der en kæmpe stor forretning, hvor de solgte alt fra persillefrø og potteplanter til haveredskaber og flotte ting i keramik, både til hus og have.

Den sidste eftermiddag var afsat til en fælles spadseretur til strand og havn. Der kom vi gennem en lille skov med lysegrønne træer og masser af både hvide og gule anemoner i skovbunden. Meget smukt. Og i skoven gemte sig en hel del kurhoteller, som vi ikke lige havde lagt mærke til før. Egentlig skulle vi have været på en lille sejltur på havet. Men det blæste så meget, at ingen havde lyst til det. Det skulle jo gerne være en fornøjelse. I stedet bookede Jan plads i en restaurant ved strandpromenaden, hvor vi så fik kaffe og en lækker dessert. Det syntes vi alle var et rigtig godt bytte! I forvejen havde vi alle sammen spist frokost et andet sted derude, så vi var godt mætte, da vi efter et par friske timer ved havet spadserede hjem mod hotellet igen.



Klædt på til Wellness



Vi nyder kaffebordet, som erstattede den aflyste sejltur

Bortset fra denne frokost, som Søren's Rejser havde planlagt, skulle vi selv sørge for mad og drikke. Vi fandt vist alle frem til nogle af de steder som Søren's Rejser foreslog. Og vi fik god - og rigelig - mad overalt. Der var også god tid til at drikke kaffe - og besøge *Jensens Bar* på hotellet. Det var rigtig hyggeligt at afslutte dagen der med drinks eller kaffe og diskutere dagens oplevelser. I øvrigt var alle priser både der og i restauranterne langt under danske priser.

### **Dag 5.**

Her skulle vi meget tidligt op og være klar til afgang kl. 6.45! Og det var vi så. Vi havde også en rolig og temmelig begivenhedsløs tur hjem ad den samme vej, og med de samme pauser som på uturen. Hjemturen blev dog krydret med et 3 kvarters ophold hos Poetzsch, hvor vi kunne købe de sædvanlige grænsevarer. Der var i hvert fald plads nok i bussens bagagerum. Vi var hjemme ved Arions Hus til tiden efter en god og veltilrettelagt tur med Ældresagen Århus Nord og Søren's Rejser i forening. Og ifølge formand Christen er wellness også noget for mænd!

Gunhild Hornshøj