



FUNDACJA
IDEANOVA



KIM JESTEŚMY ?

Fundacja IDEANOVA powstała z miłości i troski o aktualny i przyszły kształt wspólnej przestrzeni miejskiej i integracji społecznej. Naszą misją jest aktywne działanie na rzecz zmiany dotychczasowego wizerunku przestrzeni publicznej. Z troską kładziemy nacisk na aktywne, zdrowe pełne zadowolenia i spełnienia życie seniorów. Organizacja czasu dla seniorów to bardzo wartościowe i społecznie ważne działanie, które Fundacja realizuje z wielką pasją i zaangażowaniem.

Fundacja realizuje swoje cele poprzez organizację corocznych konkursów architektonicznych w wyniku których powstają unikatowe na skalę światową instalacje artystyczne. Prowadzimy ogólnopolskie akcje społeczne, integrujące młodzież, dzieci i osoby starsze. Jesteśmy organizatorami wielu zajęć, wydarzeń, warsztatów, spotkań, wyjazdów i pobyków gdzie najważniejsze dla nas jest zadowolenie naszych uczestników. Wspieramy młodych artystów, architektów i designerów w rozpoczęciu ich kariery zawodowej.

JESTEŚMY ORGANIZACJĄ POŻYTKU PUBLICZNEGO !



+48 692 422 717



Kraków, ul. Syrokomli 3/1



kontakt@ideanova.org.pl



www.ideanova.org.pl




JEŻOWA WODA
Palmiarnia i SPA


Odkryj Piękno Beskidu Wyspowego !





Ośrodek Wypoczynkowy Jezowa Woda to raj dla miłośników ECO natury oraz osób, które chcą wypocząć w komfortowych warunkach. Nasza Palmiarnia i SPA to miejsce, w którym możesz poczuć się jak w rajskiej oazie, zapomnieć o codziennych problemach i zanurzyć się w pełnym relaksu i komforcie. Jeśli chcesz zregenerować swoje siły, zrelaksować się w strefie saun lub jacuzzi lub po prostu pospacerować w malowniczej okolicy Beskidu Wyspowego to nasz Ośrodek Wypoczynkowy to idealne miejsce dla Ciebie. Oferujemy wiele różnorodnych atrakcji, które sprawią, że każdy znajdzie coś dla siebie – bez względu na wiek czy preferencje.


Nie czekaj, przyjeźdź do JEŻOWEJ WODY i doświadczyć wspaniałego wypoczynku. Oaza spokoju i piękna natury czeka na Ciebie!



 +48 669 934 201

 34-604 Przyszowa 82

 kontakt@jezowawoda.pl

 www.jezowawoda.pl

OFERTA POBYTU 2-dniowego

ODKRYJ SWOJĄ PASJĘ (koszt - 275 zł za osobę)

DZIEŃ 1 POBYTU:

15:00–16:00 Powitanie Gości, omówienie programu, zakwaterowanie w pokojach,

16:00–17:00 Spacer po Ośrodku Jezowa Woda, kawa i ciastko w Palmiarni i Piwniczce,

17:00–18:00 Kolacja (dania porcjowane menu do ustalenia),

18:30–21:00 Warsztaty manualne prowadzone przez instruktora z prelekcją multimedialną (robienie mydełek/mieszanek ziołowych/świec woskowych lub ozdabianie przedmiotów/mini florystyka),

18:30–21:00 Odpoczynek w SPA z możliwością skorzystania ze strefy mokrej SPA, Sala Wypoczynkowa przy muzyce relaksacyjnej, drobna przekąska, możliwość skorzystania z „automatycznego baru” (piwo, wino i napoje),

21:00 Czas wolny.

DZIEŃ 2 POBYTU:

08:00–09:00 Śniadanie (dania porcjowane),

09:30–11:00 Odpoczynek oraz wykwaterowanie z pokoi,

11:30–12:30 Kawa z ciastkiem w Palmiarni i Piwniczce.

Zapraszamy !

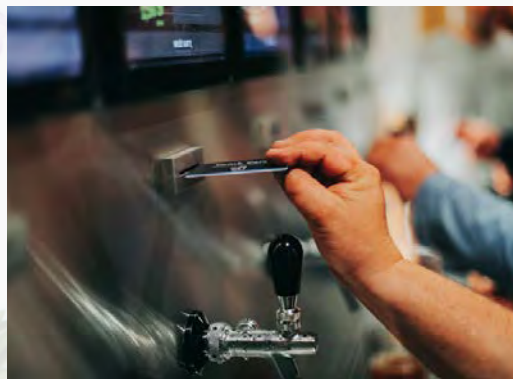
OFERTA POBYTU 2-dniowego

ODKRYJ SWOJĄ PASJĘ *(koszt - 275 zł za osobę)*

Oferta zawiera:

- Orowadzenie po ośrodku, zwiedzanie Palmiarni,
- Prelekcje multimedialną z wybranymi warsztatami, oraz materiały do wykonania zadań warsztatowych,
- Catering - kolacja porcjowana (menu do ustalenia),
- Przerwa kawowa – kawa, herbata, ciastko,
- Nocleg.

Podczas imprezy będzie możliwość skorzystania z automatycznego baru (piwo, wino, napoje) w sali rekreacyjnej SPA na kartę o wartości 20,00 zł - 50,00 zł do nabycia w recepcji Ośrodka Jezowa Woda.



Zapraszamy !



FUNDACJA
IDEANOVA



OFERTA POBYTU 2-dniowego

ZDROWE ODŻYWIANIE I SZCZĘŚLIWE ŻYCIE

(koszt - 260 zł za osobę)

DZIEŃ 1 POBYTU:

12:00–13:00 Powitanie Gości, omówienie programu, zakwaterowanie w pokojach,

13:00–16:00 Rozmowa z Panią dietetyk oraz wspólne gotowanie posiłku
Temat: "Dieta, a zdrowie seniora",
Posiłek: Soczysty kurczak w marynacie z kaszą pęczak i surówką,

17:00–18:00 Zajęcia z fizjoterapeutą:

17:00–17:15 Rozmowa na temat bezpiecznej i aktywności fizycznej seniorów,

17:00–18:00 Ćwiczenia na kręgosłup i wzmocnienie mięśni przykręgosłupowych oraz ćwiczenia oddechowe,

19:00–20:00 Samodzielne przygotowanie kolacji wg Planu Żywniowego Pani Dietetyk,

20:00–22:00 Odpoczynek w SPA przy muzyce relaksacyjnej z możliwością skorzystania ze strefy "mokrej" SPA za opłatą 50zł, w tym karta o wartości 20 zł do wykorzystania w automatycznym barze (piwo, wino i napoje),

22:00 Czas wolny.

Zapraszamy !



FUNDACJA
IDEANOVA



OFERTA POBYTU 2-dniowego

ZDROWE ODŻYWIANIE I SZCZĘŚLIWE ŻYCIE

(koszt - 260 zł za osobę)

DZIEŃ 2 POBYTU:

08:00–09:30 Samodzielne przygotowanie śniadania wg. Planu Żywieniowego Pani Dietetyk,

09:30–11:00 Odpoczynek wraz z wykwaterowaniem z pokoi,

11:00–12:00 Zajęcia z fizjoterapeutą:
Zajęcia ruchowe w plenerze
(w przypadku deszczu w Sali Domu nad Potokiem),

12:00–13:00 Kawa i ciastko w Palmiarni i Piwniczce,

13:00–16:00 Rozmowa z Panią Dietetyk
Temat: "Żywnie wspomagające pamięć i koncentrację"
Obiad przygotowany wspólnie pod okiem Pani Dietetyk
Posiłek: Leczo warzywne z ciecierzycą,

16:00 Wyjazd.

Zapraszamy !



FUNDACJA
IDEANOVA



JEŻOWA WODA
Palmiarnia i SPA

OFERTA POBYTU 2-dniowego

ZDROWE ODŻYWIANIE I SZCZĘŚLIWE ŻYCIE

(koszt - 260 zł za osobę)

Oferta zawiera:

- Orowadzenie po ośrodku, zwiedzanie Palmiarni,
- Warsztaty z dietetykiem,
- Warsztaty z fizjoterapeutą,
- Artykuły spożywcze na śniadanie, obiad i kolację (w przypadku ograniczeń dietetycznych goście powinni przywieźć własne produkty),
- Przerwa kawowa – kawa, herbata, ciastko,
- Nocleg.

**Oferta promocyjna obowiązuje od 03.09.2023 - 27.10.2023
od poniedziałku do czwartku**



Zapraszamy !

OFERTA POBYTU 2-dniowego

PILATESOWA OAZA

(koszt - 275 zł za osobę)

DZIEŃ 1 POBYTU:

- 15:00–16:00** Powitanie Gości, omówienie programu, zakwaterowanie w pokojach,
- 16:00–17:00** Spacer po Ośrodku Jezowa Woda, kawa i ciastko w Palmiarni i Piwniczce,
- 17:00–18:00** Kolacja (dania porcjowane menu do ustalenia),
- 18:00–19:00** SPA zajęcia ruchowe pilates z instruktorem,
- 19:00–22:00** Odpoczynek w SPA Sala Wypoczynkowa przy muzyce relaksacyjnej, drobna przekąska, możliwość skorzystania ze strefy mokrej SPA oraz z „automatycznego baru” (piwo, wino i napoje),
- 22:00** Czas wolny.

DZIEŃ 2 POBYTU:

- 08:00–09:00** Śniadanie (dania porcjowane),
- 09:30–11:00** Odpoczynek oraz wykwaterowaniem z pokoi,
- 11:30–12:30** Kawa z ciastkiem w Palmiarni i Piwniczce, pożegnanie gości.

Zapraszamy !

OFERTA POBYTU 2-dniowego

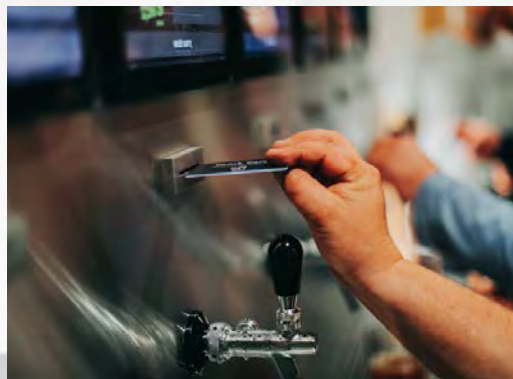
PILATESOWA OAZA

(koszt - 285 zł za osobę)

Oferta zawiera:

- Orowadzenie po ośrodku, zwiedzanie Palmiarni,
- Warsztaty ruchowe z instruktorem,
- Wypoczynek w sali SPA,
- Catering - kolacja porcjowana (menu do ustalenia),
- Przerwa kawowa – kawa, herbata, ciastko,
- Nocleg.

Podczas imprezy będzie możliwość skorzystania z automatycznego baru (piwo, wino, napoje) w sali rekreacyjnej SPA na kartę o wartości 20,00 zł - 50,00 zł do nabycia w recepcji Ośrodka Jezowa Woda.



Zapraszamy !

OFERTA POBYTU 2-dniowego

BIESIADA PRZY OGNISKU/GRILLU

(koszt - 275 zł za osobę)

DZIEŃ 1 POBYTU:

15:00–16:00 Powitanie Gości, omówienie programu, zakwaterowanie w pokojach,

16:00–17:00 Spacer po Ośrodku Jezowa Woda, kawa i ciastko w Palmiarni i Piwniczce,

17:00–21:00 Spotkanie na polanie lub Werandzie Grillowej (w zależności od warunków pogodowych) i wspólne biesiadowanie przy akompaniamencie akordeonu i wspólnym śpiewaniu,

21:00 Czas wolny.

DZIEŃ 2 POBYTU:

08:00–09:00 Śniadanie (dania porcjowane),

09:30–11:00 Odpoczynek oraz wykwaterowanie z pokoi,

11:30–12:30 Kawa z ciastkiem w Palmiarni i Piwniczce.

Zapraszamy !

OFERTA POBYTU 2-dniowego

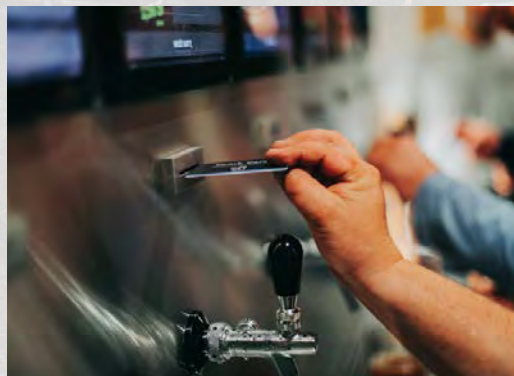
BIESIADA PRZY OGNISKU/GRILLU

(koszt - 275 zł za osobę)

Oferta zawiera:

- Orowadzenie po ośrodku, zwiedzanie Palmiarni,
- Zabawę biesiadną przy prowadzeniu i akompaniamencie muzyka,
- Catering - kolacja porcjowana (menu do ustalenia),
- Przerwa kawowa – kawa, herbata, ciastko,
- Nocleg.

Podczas imprezy będzie możliwość skorzystania z automatycznego baru (piwo, wino, napoje) w sali rekreacyjnej SPA na kartę o wartości 20,00 zł - 50,00 zł do nabycia w recepcji Ośrodka Jezowa Woda.



Zapraszamy !

UWAGI:

1. Istnieje możliwość transferu autobusem do ośrodka - cena zależna od miejsca z jakiego będzie wieziona grupa.
2. Oferty są przeznaczone dla grup 25 – 30 osobowych.
3. Podane powyżej oferty można modyfikować i wzbogacać.
4. Istnieje możliwość zorganizowania pobytu według indywidualnego scenariusza.
5. Przyjmujemy zamówienia na pobyty według indywidualnych wymagań czy oczekiwań na jedno lub kilku dniowe pobyty wraz w wycieczkami po okolicy.
6. Oferujemy miejsca noclegowe dla około 50 osób, z czego:
 - a. 25-27 osób w warunkach hotelowych.
 - b. 20-25 osób w domkach traperskich (cena wg aktualnego cennika, duże zniżki w tygodniu).
7. Pokoje wyposażone są w pościel, ręczniki oraz suszarki do włosów, kosmetyki proszę zabrać we własnym zakresie.
8. Możliwość pobytu w mokrej części SPA (minimum 6 osób, koszt 50,00 zł od osoby za 4 godziny).
9. Na terenie ośrodka są tory tubingowe wraz w wyciągiem (zjazd na specjalnych pontonach – 5,00 zł za 1 zjazd).
10. Istnieje możliwość zorganizowania pokazu sommelierskiego wraz z degustacją win.
11. W bezpośrednim pobliżu tereny spacerowe oraz w odległości 1,3 km góra Łyżka (774 m n.p.m.) z bardzo ciekawą, czy wręcz tajemniczą historią.
12. Ośrodek Wypoczynkowy JEŻOWA WODA jest położony na obszarze 6,5 ha i posiada wiele atrakcji – zachęcamy do odwiedzenia naszej strony www.jezowawoda.pl
13. Przykładowe menu (możliwy wybór zupełnie innego menu):
 - a. Zupa: Barszczyk z jajkiem, rosół, żurek z jajkiem, pomidorowa, ogórkowa, pieczarkowa, jarzynowa.
 - b. Drugie danie: Gulasz z kaszą i surówką + kompot, kotlet devolaj z ziemniaczkami i surówką + kompot, kotlet drobiowy z ziemniaczkami i surówką + kompot.
 - c. Dania jednogarnkowe: Strogonow, gulasz, bigos lub fasolka + sałatki i napoje
 - d. Catering grillowy: kiełbaska 3 szt. na osobę lub kiełbasa i karczek po 1 szt., pieczywo ogórek, musztarda i keczup, 2 rodzaje sałatek ciasto ucierane (z owocami sezonowymi).
 - e. Catering grillowy EKSTRA - do ustalenia.