

## SAJTÓKÖZLEMÉNY

Az lenne az ideális, ha minden ember évente legalább egy alkalommal távol az otthonától kikapcsolódhatna - hangsúlyozta a Magyar Női Unió (MNU) elnöke az Utazás kiállítás szakmai nyitónapján Budapesten. Batthyány-Schmidt Margit felhívta a figyelmet, hogy valamennyiünknek szükségünk van a lelki feltöltődésre, amit elsősorban a problémák „otthonhagyásával” tehetünk meg. Az érzelmi és a mentális előnyök mellett egy-egy utazás alkalmával fizikailag is karban tarthatjuk magunkat, gondoljunk csak például egy biciklitúrára vagy a wellness és a gyógyvizek jótékony hatására – fűzte hozzá.

Magyarország bővelkedik termálvizekben, amelyek többnyire nemcsak kezelésre, de akár betegségmegelőzésre is nagyon jól használhatók. Ráadásul a legtöbb helyszínen egészségügyi tanácsokat is kaphatunk, így szakember felügyeletével vihetjük véghez a testi-lelki megújulást.

A harkányi gyógyvíz jótékony hatását a Batthyány-család már a kezdetekkor is hirdette és mindent megtett a térség fejlesztése érdekében – emlékeztetett az MNU elnöke. Batthyány-Schmidt Margit kiemelte, hogy a nőgyógyászatban különösen nagy eredményeket könyvelhet el a balneo-fizioterápia. Az egyedi kénes termálvizet nagy sikerrel alkalmazzák a meddőség, az endometriózis, a krónikus kismencedencei gyulladások, a műtét utáni összenövések és a női süllyedéssel kapcsolatos betegségek gyógyítására, fizioterápiával, gyógytornával és masszázzsal kombinálva – tette hozzá.

A tavasz közeledtével már csupán a napfény és a friss levegő is javíthatja a közérzetünket. Tisztességes fizetésből a többségünk általában nem utazhat el a Bahámákra, de a környező országok és saját hazánk is bővelkedik látnivalókban. Az internet segítségével pedig nemcsak a megfelelő helyet választhatjuk ki magunknak, de akár az Erzsébet-program üdülést támogató pályázatait is böngészhetjük.