

KRC „Jaunķemeri” piedāvā Dzelzceļnieku un satiksmes nozares arodbiedrības biedriem atlaidi šādiem pakalpojumiem: (cena par 1 diennakti) Sanatoriju iespējams apmeklēt ņemot līdzi papildus personu (var nebūt LDzSA biedrs) un atlaides darbojas tikai tad, ja tiek uzrādīta LDzSA biedra karte reģistratūrā atbraukšanas dienā!!! (par 1 diennakti)

NUMURA TIPS	01.01. – 19.05.19. 01.10 – 31.12.19.		20.05. – 24.06.19. 01.09. – 30.09.19.		25.06. – 31.08.19.	
	Standarta cena	Cena ar 7% atlaidi	Standarta cena	Cena ar 7% atlaidi	Standarta cena	Cena ar 7% atlaidi
2-vietīgs standarta numurs (1 vieta)	42 EUR	39.06 EUR	44 EUR	40.92 EUR	52,50 EUR	48.83 EUR

Cenā ietilpst:

- ārsta konsultācija un uzraudzība rehabilitācijas kursa laikā;
- 3 reizēja ēdināšana, ja nepieciešams uztura terapija

Individuāls rehabilitācijas plāns, kurā atbilstoši medicīniskām indikācijām tiek nozīmētas šādas procedūras:

- **Balneo - dūņu terapija:**
 - minerālūdens (sērūdeņraža vai bromā) vannas vai kameru vannas (pārdienās)
 - dūņu aplikācijas vai elektrodūņas (pārdienās)
- **Fizioterapijas nodarbības:**
 - fizioterapija grupā (pārdienās) vai individuāli
 - fizioterapija baseinā vai fizioterapija baseinā ar/bez kaskādes mašīnas (pārdienās)
 - nūjošanas apmācība un nūjošana
 - dozētās pastaigas ar Smovey riņķiem
 - kardiotreniņš ar dozētu slodzi
 - rīta rosme (vasaras sezonā)
- **Fizikālā terapija:**
 - Aeroterapija (saskaņā ar laikapstākļiem)
- **Mūzikas terapijas grupas nodarbība**
- **Uztura speciālista grupas nodarbība**
- **Ergoterapeita konsultācija un nodarbības**
- **Logopēda konsultācija un nodarbības**
- **Psihologa grupas nodarbība**
- **Dzēramā minerālūdens kurss**

Veselības veicināšanas programmas

Programmās iekļauts:

- Izmitināšana, ēdināšana 3x dienā, ārsta konsultācija un uzraudzība

Rehabilitācijas programma:

Veselības veicināšanas programma	Standarta cena	Cena ar 7% atlaidi
<p>1. Divas dienas veselībai (2 dienas/2 naktis) Iebraukšana no 15:00 Izbraukšana līdz 19:00</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ārstnieciskā vingrošana vai fitnesa nodarbība - 1 x • Nūjošanas apmācība un nūjošana – 1x • Kardiotreniņš ar dozētu slodzi -1 x • Reitterapijas nodarbība (10 min.) – 1x • Sāls terapija – 3x • Minerālūdens vannas – 2x • Baseina apmeklējums un kaskādes masāža - 1x • Ārstnieciskās pirts un baseina apmeklējums -1x • Skābekļa kokteilis - 2 x • Dzeramā minerālūdens kurss – katru dienu 	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 109 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 138 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā</p>	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 101.37 EUR – 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 128.34 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā</p>
<p>2. Veselīgas dienas (3 dienas/ 2 naktis) Iebraukšana no 8:00 Izbraukšana līdz 21:00</p> <ul style="list-style-type: none"> • Minerālūdens vannas - 2x • Dūņu aplikācijas – 1x • Sāls terapija - 3 x • Fizioterapeita nodarbība grupā (zālē vai baseinā) vai fitnesa nodarbība - 2 x • Kardiotreniņš kardiotrenažieru zālē – 3x • Nūjošanas apmācība un nūjošana – 1x • Skābekļa kokteilis – 1x • Dzeramā minerālūdens kurss – katru dienu 	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 150 EUR – 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 173 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā</p>	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 139.50 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 160.89 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā</p>
<p>3. Restartē veselību (5 dienas/ 4 naktis) Iebraukšana no 8:00 Izbraukšana līdz 21:00</p> <ul style="list-style-type: none"> • Slinga terapija - 1 x • Baseina apmeklējums ar kaskādes masāžu - 3 x • Fizioterapijas nodarbība grupā (zālē vai baseinā) - 2 x 	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 301 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 346 EUR - 1 vieta 2-vietīgā numurā</p>	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 279.93 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 321.78 EUR - 1 vieta 2-vietīgā numurā</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Kardiotreniņš ar dozētu slodzi – 5x • Nūjošanas apmācība un nūjošana- 2x • Minerālūdens vannas - 3x • Dūņu aplikācijas – 2x • Masāža apkakles zonai vai jostas daļai (1 vienība) - 3 x • Zemūdens masāža - 2 x • Hidromasāža baseinā - 2 x • Fizikālās medicīnas procedūra - 3 x • Sāls terapija - 4 x • Skābekļa kokteilis – 2x • Dzeramā minerālūdens kurss – katru dienu 		
<p>4. Vesela mugura (7 dienas/ 6 naktis) Iebraukšana no 8:00 Izbraukšana līdz 21:00</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fizioterapeita konsultācija – 1x • Dūņu aplikācijas - 3 x • Minerālūdens vannas - 4 x • Hidromasāža baseinā - 3 x • Fizioterapijas nodarbība grupā (zālē vai baseinā) - 7 x • Kardiotreniņš ar dozētu slodzi – 7x • Nūjošanas apmācība un nūjošana - 2x • Dzeramā minerālūdens kurss – katru dienu 	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 300 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 365 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā</p>	<p>01.01. – 31.05.2019. un 01.09. – 31.12.2019. 279 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā 01.06. – 31.08.2019. 339.45 EUR - 1 vieta 2-vietīgā standarta numurā</p>