

Новости курорта Юрмала

За здоровье, отдых и активный образ жизни!

Насладись Юрмалой в этом сезоне!



Весна всегда была тем временем года, когда люди посещают мысли об отдыхе весной и летом, и для того, чтобы облегчить Ваш выбор мы предлагаем Вам посетить Юрмалу –

где отдых можно совместить с лечением!

В том числе о процедурах, в которых используются уникальные Юрмальские ресурсы – лечебные грязи и минеральные воды.

Для лучшего понимания того, как отдых и лечение в Юрмале поможет укрепить Ваше здоровье, используя местные природные ресурсы, мы подготовили информацию о природных ресурсах курорта Юрмала, об их лечебном воздействии на человеческий организм и успешном лечении различных заболеваний и преодолении усталости.

Нам важно, чтобы каждый гость отдыхал у нас не только физически, но и наслаждался культурно. В этом издании Вы найдёте информацию о крупных культурных, спортивных и развлекательных мероприятиях в городе на 2009 год.

Приезжайте в Юрмалу, насладитесь весной, ярким летом и различными возможностями отдыха, которые предлагает Вам курортный город Юрмала!

Гиртс Тренчис

Председатель Юрмальской городской думы

Издана книга о природных лечебных средствах курортов

При поддержке Юрмальской думы издана книга доктора медицины Ларисы Терентьевой и биолога Лилии Фриденберг "О природных лечебных средствах Латвийских курортов".

Для того, чтобы свойства Латвийской природы использовались в полной мере, в новой книге авторы многосторонне описали богатства Латвийской природы, особенности климата, изменения метеорологических факторов, медицинских типов погоды, климатотерапию и методы метеопрофилактики, а так же положительное влияние этих факторов на здоровье человека. В книге широко изложены знания о минеральных водах Латвии, их внутреннем и наружном применении, состав лечебного торфа и сапропелевых грязей, лечебные свойства и методы их использования, а также советы различных комбинаций природных лечебных факторов.

Несмотря на быстрый и полный стресса ритм жизни, очень важно найти время для отдыха, релаксации и восстановления



здоровья. Чем богаче место отдыха природными лечебными ресурсами,

тем короче будет срок медицинской реабилитации для Вашего организма.

Книга основывается на результатах многолетних исследований (1962 - 1992), которые были проведены в научно-исследовательских лабораториях курортологии при сотрудничестве Гидрометеорологического центра, Латвийского института кардиологии, Рижского института медицины, Управления геологии и специалистов Московского института курортологии и физиотерапии. Это отличный вспомогательный материал для врачей, среднего медицинского персонала, студентов и работников различных курортных учреждений, а также интересный и содержательный материал для каждого человека, который заботится о своём здоровье.

Спрашивайте книги в Юрмальских библиотеках, а также в книжных магазинах Риги и Юрмалы.

Анита Бирзе

Отдел туризма и внешних связей

Юрмальской городской думы

История Кемерского курорта

В предыдущем году отмечали 170-летний юбилей со дня основания знаменитого курортного парка Кемери. В истории Кемери были и времена процветания, и годы бедствия – Первая и Вторая мировые войны, а также распад Латвийской курортной системы в 1990-ых годах. Из последнего кризиса Кемери так ещё и не вышло, но несмотря на это, в Кемери до сих пор сохранились те ценности, которые способствовали процветанию курорта во времена Русской Империи, Латвийской Республики и Советского Союза.

Сероводородные источники и лечебные грязи, леса и близость моря, создают уникальную морскую, лесную и сероводородную комбинацию воздуха, которую не найти нигде во всем мире, и который является гарантом нового процветания Кемери.

Началом развития курорта города Юрмала является конец 18-ого века и начало 19-ого века, когда в Балтии начали обращать внимание на целительное воздействие воздуха и воды. В конце 18-ого века были проведены первые химические анализы сероводородных источников. Датой официального основания Кемерского курорта является 1838 год, когда было основано управление Кемерского курорта. Кемерские сероводородные источники перешли в ведение государства и до сих пор сохранили статус государственного курортного значения. В том же году в Кемери открылось первое купальное заведение в Латвии с 32 дубовыми ваннами. С открытием первого купального заведения одновременно под руководством озеленителя К.Х.Вагнера и началось создание Кемерского курортного парка. В 1895 году был закончен парк вокруг Кемерского купального заведения, через речку Вершупите были построены мостики. В парке были посажены 2000 кустов и более 200 разных видов деревьев.

Во времена первой независимости Латвии продолжился стремительный рост Кемерского лечебного курорта, и он стал одним из современных и значимых бальнеологических лечебных курортов в Европе. В начале 20-ого века был построен деревянный павильон «Ящерица», который построили рядом с шестым сероводородным источником, открытым во время 19-ого века. На данный момент павильон восстанавливается и приобретает первоначальный вид, а скульптура ящерицы, с вытекающей из неё водой сероводорода, была установлена в 1949 году в место предыдущей, которая пострадала во время Первой мировой войны.

Значительные заслуги в развитии Кемерского курорта получил врач, директор курорта и глава города Янис Либиетис. Под его руководством в течении 1928 – 1931 годов было построено здания грязевых компрессов и углекислотных ванн, водонапорная башня, каменная ротонда на искусственно созданном «Острове любви». На острове находился кофейный

павильон, в котором гости курорта могли наслаждаться безалкогольными напитками, чаем и кофе с угощениями, для развлечения был установлено радио.

В водонапорной башне находились резервуары питьевой и минеральной воды. До Второй мировой войны его использовали как смотровую башню, из которой на высоте 42 метров можно было осмотреть всю окрестность Кемери.

В 1936 году была открыта гостиница Кемери, которая отвечала представлениям о комфорте и роскоши гражданского общества того времени, к тому же это было традицией известных Европейских курортов – построить хоть одну особо роскошную гостиницу, казино или курортное здание. В связи с открытием новой гостиницы Кемерский курорт смог уже предлагать целебные услуги не только во время сезона, но и в течении всего года. Во времена Советского Союза здесь основали санаторий «Кемери», который стал главной лечебницей курорта, в ней использовали современное медицинское оборудование и новейшие лечебные методы. В 1998 году санаторий был приобретен компанией «Ominasis Latvia», были начаты работы по реконструкции гостиницы, которые пока еще не завершены.

Курорт всегда собирал людей разных национальностей и конфессий. Поэтому Кемери единственный район Юрмалы, где находятся три церкви – самая старая церковь в Кемери – церковь Святого Петра и Павла, которая была построена в 1893 году. До первой мировой войны в Кемери были популярны постройки в «русском стиле», которые подражали образцам народного строительства Руси. Так и Кемерская православная церковь возведена в архитектурных формах деревянных церквей Северной России. Кемерская лютеранская церковь построена в 1897 году и является одной из редких кирпично-каменных построек Кемери 19 века.

После Второй мировой войны, до основания города Юрмала в 1959 году, продолжалось развитие Кемерского курорта – были открыты новые санатории, и Кемери развивалось как самостоятельный курортный город. Благодаря исключительным лечебным факторам в 1971 году Кемери присвоен статус курорта Всесоюзного значения. В 1959 году в Кемери действовали 8 санаториев, из которых два были детские, но один – специальный. В последующие годы советского времени также были построены новые санатории: в 1967 году санаторий «Яункемери», который в наше время существует как частный курортно-реабилитационный центр, в 1973 году – санаторий «Янтарный берег», который также функционирует до сих пор, но как реабилитационно-оздоровительный санаторий.

После возвращения независимости в начале 90-ых годов развитие Кемери, как лечебного курорта, остановилось и лечебные заведения были закрыты. Несмотря на то, что в последние годы Кемери

Влияние лечебной минеральной воды на здоровье

Лечебная минеральная вода – это подземная вода, которая имеет следующие лечебные факторы: особый химический состав, специфические физикальные особенности, такие например, как повышенное содержание минеральных веществ, ионов и газа при особой температуре.

Минеральную воду классифицируют:

- 1) по уровню минерализации – на 5 групп (слабо, мало, средне и сильно минерализованная, перенасыщенная), используется наружно и для внутреннего применения;
- 2) по составу ионов;
- 3) по составу газа (чаще всего в минеральной воде встречается углекислый газ, сероводород);
- 4) по составу микрокомпонентов (минеральных и органических);
- 5) по радиоактивности (в бальнеологии самое большое значение придаётся радону и радонсодержащим минеральным водам);
- 6) по активной реакции минеральной воды (нейтральная, кислотная или щелочная);
- 7) по температуре: холодная – ниже 20°, тёплая – 20-36°, горячая или гипертермальная – сверх 42°.

Один из главных вопросов бальнеологии – это биологическая активность минеральной воды. Важно знать составные

части минеральной воды, их свойства и воздействие на человеческий организм. Минеральные воды используют по назначению врача как наружно (для купания, душа, ингаляции и других бальнеологических процедур), так и внутренне. Лечебные минеральные воды положительно влияют на систему регулирования организма, от улучшения действия которых зависит общее выздоровление человека. Эти воды имеют большую роль при лечении различных заболеваний: хронических заболеваний желудка, кишечника, печени, желчного пузыря, мочевыводящих путей и заболеваний верхних дыхательных путей, проблем обмена веществ, сердечно-сосудистых заболеваний, болезней нервов, кожи и опорно-двигательного аппарата. Принимая различные по составу, вкусу и свойствам Юрмальские минеральные воды, есть возможность повлиять не только на профилактику многих заболеваний и результаты лечения, но и уменьшить осложнения, появившиеся в результате приёма отдельных медикаментов, а также просто укрепить своё здоровье.

В некоторых случаях бальнеопроцедуры и питьё минеральной воды может полностью заменить медикаментозное лечение, в других – сделать приём конкретного препарата более эффективным.

Исторический бальнеологический курорт Кемери значит своими сероводородными, бромносолевыми и натриевыми минеральными водами, которые до сих пор используют в лечебных целях на Юрмальском курорте – в центрах реабилитации, санаториях и курортных гостиницах.

На Юрмальском курорте в реабилитационном центре «Яункемери», в санаториях «Янтарный берег» и «Белоруссия», а также в курортном парке Кемери у сероводородного источника «Ящерица» природные лечебные минеральные воды можно использовать бесплатно.

В курортном реабилитационном центре «Яункемери» свободно доступна сероводородная (сульфидная) и бромная минеральная вода. Так как бром находится в высоко минерализованной и насыщенной натрием воде, перед использованием минеральную воду нужно разбавлять пресной водой до 15-60 мг/литр для наружного применения, и 2-10 мг/литр для внутреннего использования. Разбавленные хлориды и соли брома успешно применяются во всех водолечебных процедурах, где используется минеральная вода с бромом (ванны, души, бассейны, компрессы, опрыскивание, ингаляции), и так же



применяются для внутреннего применения. Бромные ванны относятся к активным бальнеологическим процедурам, которые биологически воздействуют на весь организм, и особо используются для лечения сердечно-сосудистых заболеваний, болезней опорно-двигательного аппарата, урологических, гинекологических заболеваний и проблем с пищеварительной системой.

В санаториях «Янтарный берег» и «Белоруссия» доступна хлоридная (натриевая) питьевая минеральная вода со средней минерализацией, приём внутрь которой помогает при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря, нормализует секрецию желудочного сока, а также улучшает деятельность кишечника. Для наружного использования доступны сероводородные и бромные ванны, в процессе применения которых замечается интенсивное расширение кровеносных сосудов, снижается периферийное сопротивление, улучшается обмен веществ и уменьшаются факторы, вызывающие процесс воспаления больных органов.

Но важно также помнить, что минеральную воду в лечебных целях используют только по назначению врача. Неправильно использованные минеральные воды могут быть даже вредны. Позитивные свойства минеральной воды усиливаются при комплексном использовании с правильным режимом, диетой, климатотерапией и др. В случаях обострения заболеваний применение минеральной воды запрещено!

Анита Бирзе

Отдел туризма и внешних связей

Юрмальской городской думы



пережило много перемен, здесь до сих пор можно осмотреть различные старинные курортные объекты и здания.

Инга Сарма

Юрмальский городской музей

Терапии и оздоровительные ресурсы курорта Юрмала

	"Alve"***, курортная гостиница www.alvespa.lv	"Amber Spa", Wellness Centre www.amberspa.lv	AMBER SEA HOTEL www.amberhotel.lv	Amorette SPA www.amorettespa.lv	"Baltic Beach Hotel"****, курортная гостиница www.balticbeach.lv	"Daina" курортная гостиница www.hotelidaina.lv	"Dzintara Liedags" www.dzintaraliedags.lv	"Hotel Jurmala Spa"****, курортная гостиница www.hoteljurmala.lv	"Jantarnij bereg", санаторий www.sanatorij.lv	"Jaunkemer", курортный реабилитационный центр www.jaunkemer.lv	"Pegasa Pilis", центр отдыха www.pegasapilis.lv	"Sanatorija Belorusija"****, санаторий www.belorusija.lv	Центр социальной интеграции www.siva.gov.lv	"TB Palace Hotel & SPA" www.tbpalace.com	"Vaivart"****, национальный реабилитационный центр www.lps.lv
Геронтология									*	*		*			*
Гинекология										*		*			*
Кожные заболевания										*		*			*
Нарушения дыхательной системы										*		*			*
Нарушения нервной системы										*		*			*
Нарушения обмена веществ										*		*			*
Нарушения опорно-двигательной системы										*		*			*
Нарушения пищеварительной системы										*		*			*
Нарушения сердечно-сосудистой системы										*		*			*
Урология										*		*			*
Приспособленность для людей в инвалидных колясках		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Анализы					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Аэрозольтерапия					*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Грязевые ванны		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Грязевые обертывания, аппликации	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Диетотерапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ванны (жемчужные, вихревые)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ванны минеральные	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ванны с экстрактами	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Инфра-красная кабина	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ионотерапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Консультации врача	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Круглосуточное медицинское наблюдение	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Лазерная терапия			*		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Лечебные души		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Лечебная гимнастика		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Лимфо-дренажный		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Магнитотерапия		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Аппаратный массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Беременный массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Детский массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Классический массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Подводный массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Спортивный массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ступней рефлекторный массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Озокеритные аппликации	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Парафиновые аппликации	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Питье минеральной воды	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Процедуры с глиной	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Психотерапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Рейттерапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Световая терапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Солевая комната (галотерапия)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Стоматология	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ультразвук и фонофорез	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Фитобар	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Функциональное обследование	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Электропроцедуры	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Эрготерапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Акупунктура	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ароматерапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Аюрведа	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Гречневый массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Египетский массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Массаж вулканическими камнями	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Массаж "Юмейхо"	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Тайский массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Янтарный массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Reiki	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Антицеллюлитный массаж	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Капсула здоровья	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Косметическая хирургия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Криосауна	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Лечение стрессов	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Hydro Jet	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Обертывания (шоколадные, фруктовые и др.)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Очищение организма	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Процедуры по уходу за кожей лица и тела	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Салон красоты	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Солярий	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Талассотерапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Янтарная терапия	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Аэробика в зале	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бани	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бассейн		простая вода	простая вода	простая вода	25m, морская вода	25m, простая вода	простая вода	20m, простая вода	простая вода	простая вода	25m, минеральная вода	простая вода	простая вода	25m, минеральная вода	
Водная аэробика		*	*	*	*	*	*	*	*	*	25m, минеральная вода	*	*	*	
Йога	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Северная ходьба	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Тренажерный зал	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба с палками	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*

- реабилитация
- традиционные методы оздоровления
- экзотические процедуры
- СПА и процедуры по уходу за красотой
- спорт

1. Климатические условия и климатотерапия в Юрмале

Одним из главных условий выбора курорта – его географическое расположение, климатические условия и влажность воздуха. Расположение Юрмала на побережье Рижского морского залива обеспечивает курортному городу умеренные климатические условия, непосредственно влияя на температуру воздуха.

Весна в прибрежных районах устанавливается постепенно, когда температура воздуха колеблется от -1,6 °C до +10 °C. Если есть приспособления, защищающие от ветра, это время можно использовать для климатотерапии. Лето тёплое, со средней температурой воздуха +19°C и различным количеством осадков. Наибольшее количество осадков наблюдается на возвышенностях, а большая часть излюбленного Латвийского курорта находится вне территории с повышенным количеством осадков. Осенью тёплый период времени сохраняется достаточно долго, в среднем удерживая температуру +14°C. Интересный факт – в Юрмале осень наступает на 10 дней позже, чем в Латвии в целом.

Зимы так же не суровы, средняя температура воздуха -3,6°C. Для зимы характерны оттепели, вызванные тёплыми воздушными массами с Атлантического океана.

Средняя годовая температура, как в Юрмале, так и в стране в целом плюсовая. Поэтому отдыхающие в курортном городе чувствуют себя хорошо, особенно пожилые люди средних лет, которые чувствуют изменения в работе сердечнососудистой системы.

Активное изучение климатических условий началось после Второй мировой войны, как раз тогда, когда в Рижской Юрмале начали использовать климатотерапию. Начала развиваться медицинская климатология, начались проведения многолетних исследований.

Климатотерапия это метод, с помощью которого закаляется и оздоравливается организм. Процедуры климатотерапии применяются как в профилактических целях, так в лечебных и реабилитационных. При правильном использовании климатических факторов, лечение болезней происходит намного эффективнее: улучшается терморегуляция, обмен веществ, организм насыщается кислородом, происходит закаливание организма, нормализуются многие физиологические процессы в организме в целом.

Терапия очень эффективна как в виде аэротерапии (использование воздушных масс), так и в виде гелиотерапии (приём солнечных ванн), прогулок и активного отдыха на свежем воздухе и морские купания.

Один из активнейших факторов климатотерапии – это солнечная энергия (гелиотерапия). Излучения ультрафиолетовых лучей обеспечивают выработку витамина D в организме и укрепление иммунной системы. Но важно помнить, что для правильного использования этого источника природной энергии необходимо знать о режиме радиации на данной территории, и условиях влияющих на них.

Юрмала получает меньше тепла, чем южные курорты, но продолжительность светлого времени суток в наших широтах компенсирует общее количество солнечной радиации и уменьшает разницу между южными и Балтийскими курортами. Юрмальские дюны так же играют важную роль в образовании особой зоны микроклимата, что особенно чувствуется весной и осенью. Отличный отдых и выздоровление происходят в лесных и природных парках.

Сравнительно широко применяется аэротерапия, то есть воздействие воздуха на человека. Поэтому, находясь в Юрмале, нужно по возможности больше находиться вне помещений, чтобы получить наибольшую пользу от аэротерапии.

Морские купания больше подходят для тёплого времени года (талассотерапия), но нахождение в дюнах или в пляжной зоне полезно в любой время года.

Все вышеупомянутые факторы климатотерапии помогают человеку преодолеть депрессию, улучшают работу сердца, кровоснабжение и сон, стимулируют процесс обмена веществ, укрепляют нервную систему, а также улучшают настроение.

2. Талассотерапия

Талассотерапия (от греческого "thalassa" море, "therapia" – лечение, уход) метод оздоровления организма человека, при котором используется положительное воздействие морского воздуха, воды, соли, грязи и водорослей. В основном это чистая энергия, которую даёт морская вода, морские растения и морская минерализованная соль. Морские купания тренируют терморегуляцию, обмен веществ, функции дыхания, механизмы сердца и кровоснабжения, повышают тонус организма, способность адаптации и закаляют организм в целом. Талассотерапию назначают тем, кто желает избавиться от лишнего веса и улучшить сопротивляемость организма к различным заболеваниям. Она эффективно возобновляет резервы сил организма и придает тонус (см. таблицу услуг курортного лечения и процедур SPA и Wellness на стр.2).

В море можно купаться, если температура воды не ниже 10-15 °C, колебания волн меньше 3 баллов и скорость ветра не превышает 5м/сек. В Рижском заливе рекомендуется купаться между первой и второй мелью. Морские купания рекомендуются при начальных стадиях расстройств функций нервной системы и сердечнососудистой системы, если нет воспалительных процессов.

Морские купания больше подходят для тёплого времени года, а прогулки по берегу полезны в любом сезоне. Морской воздух богат солью и йодом, и поэтому очень положительно влияет на больного: улучшается кровоснабжение, и обмен веществ, действует успокаивающе на слизистую оболочку, дезинфицирует организм и является эффективным средством при лечении заболеваний дыхательных путей и кожи. Морской воздух не несёт в себе пыльцу и другие вещества, вызывающие аллергию и помогает в лечении аллергии.

На мировых лечебных курортах процедуры талассотерапии очень популярны. Море – неиссякаемый источник ценных микроэлементов. По силе воздействия на кожу и организм человека, талассотерапия превосходит все другие известные методы выздоровления. Результаты научных исследований доказали, что состав морской воды очень похож на состав плазмы человеческой крови, а размельчённые морские водоросли – на состав кожи, что даже при наложении водорослей на кожу происходит биологическое слияние.

Все медики мира убеждены, что маски из морских водорослей и обёртывания – наиболее эффективные средства в борьбе с целлюлитом. Морские водоросли концентрируют в своих клетках микроэлементы, недостаток которых у человека вызывает различные заболевания. Компенсируя дефицит микроэлементов через кожу, процедуры талассотерапии не только улучшают её состояние, но и способствуют нормализации основных процессов в организме человека и притоку энергии и жизненных сил.

3. Водные процедуры

Один из эффективных видов активного отдыха и релаксации в зимний период – плавание в бассейне. Большинство бассейнов курортного города (см. таблицу услуг курортного лечения и процедур SPA и Wellness на стр.2) предлагают водные процедуры с подводными и каскадными массажами. На Ваш выбор бассейны с простой, минеральной и сероводородной водой, которая обладает уникальной лечебной силой. Лечебные свойства Юрмальских источников известны уже с XIX века, когда использование воды из источников в курортной медицине вернули здоровье многим сотням людей.

Современные городские жители восстанавливают здоровье, используя не только лечебные воды из источников, но и эффективные гидромассажные процедуры (см. таблицу услуг курортного лечения и процедур SPA и Wellness на стр.2).

Гидромассаж – метод физической медицины, при котором пресная вода определённой температуры в бассейне подаётся в виде струи, и таким образом массирует тело человека.

Во время процедуры на пациента воздействуют:

- струя воды определённой температуры;
- гидростатическое давление;
- механическое действие – массирующая струя воды.

Механизмы воздействия гидромассажа, классического массажа и физиотерапии в бассейне очень похожи. В зависимости от функционального состояния нервной системы, процедура или усиливает или уменьшает возбуждаемость нервной системы, т.е. нормализует её.

В наши дни, при постоянной спешке, важно вовремя позаботиться о своём здоровье, особенно о сердце. Сердце – самый важный орган человека, который отвечает за доставку кислорода, крови и питательных веществ в организм. Именно сердце обеспечивает циркуляцию крови и гонит её по кровеносным сосудам. Процедуры гидромассажа положительно воздействуют как на сердце, так и на кровеносную систему, а также улучшают кровоток. От внутренних органов кровь приливает к коже и мускулам, усиливая обмен веществ в клетках, а значит, ткани получают больше кислорода.

Процедуры гидромассажа положительно действуют на суставы, связки и их функции, а также на действие потовых и саленных желез. Позитивно влияют на тонус мышц, лимфатическую циркуляцию и лимфатическую систему.

При гидромассаже воздействие на мышцы больше, чем при классическом массаже, потому что в тёплой воде мышцы лучше расслабляются и действие струи проникает к тканям глубже. В мышцах вырастает количество открытых капилляров и увеличивается их диаметр. Подводный массаж способствует уменьшению количества молочной кислоты в мышцах и выводу органических кислот, поэтому снимается усталость после физических нагрузок.

4. Бальнеотерапевтические процедуры

Бальнеология – в переводе с латыни balneum – ванна, купание, logos – учение. Это наука об использовании минеральной воды, грязей и других природных продуктов (например, торфа) в лечении.

Наружно минеральную воду, в основном, используют для водных процедур в ваннах. Для этих процедур используют сульфидную минеральную воду с повышенной концентрацией сероводорода – до 60 мг/литр и минерализацией 3 мг/литр. Под воздействием таких ванн происходит интенсивное расширение кровеносных сосудов, улучшение обмена веществ и уменьшение факторов вызывающих воспаление больных органов. В свою очередь бромные солевые ванны приписываются к активным бальнеотерапевтическим процедурам, которые используются при заболеваниях нервной, сердечнососудистой и опорно-двигательной системы, также для лечения проблем с пищеварением и гинекологией. Используются также углекислые, кислородные и сероводородные ванны (см. таблицу услуг курортного лечения и процедур SPA и Wellness на стр.2).

Принимая минеральную воду внутрь, здоровье также улучшается. Для питья используется как минеральная вода, содержащая сероводород (уменьшает воспалительные процессы в печени, улучшает обмен веществ в организме), так и питьевая натриево-хлоридная минеральная вода (с минерализацией от 5 до 10 мг/литр), которая нормализует секрецию пищеварительного сока и улучшает деятельность кишечного тракта.

5. Лечебные грязи

В курортном городе доступны два вида лечебных грязей – торфяные и сапропелевые (осадочные) грязи, которые содержат большое количество минеральных веществ, органических кислот и микроэлементов. Грязи – это вода, минеральные вещества и органические соединения, образовавшиеся в бескислородной среде в процессе разложения растений и животных. Процесс образования занимал сотни и даже тысячи лет, поэтому лечебные грязи содержат различные очень полезные активные вещества.

Лечебные торфяные грязи используются уже с 19-го столетия, а лечение минерализованными сульфидными грязями применяется уже тысячи лет. Все лечебные грязи обладают одной особенностью – они долго сохраняют тепло.

Тепло, как физический фактор, уже с древних времён используется как противовоспалительное и антисептическое средство. Но не стоит забывать, что лечение грязями включает в себя не только воздействие теплом, но и химическое воздействие. Тепловая нагрузка может варьироваться в широком диапазоне в зависимости от стадии заболевания и патогенеза.

Грязевые аппликации используются не только для профилактики и лечения болезней, но и для положительного влияния на общее состояние здоровья (уменьшение психоэмоционального напряжения). Экспериментальные и клинические исследования доказывают эффективность лечения при различных заболеваниях дистрофического характера, заболеваниях кровеносных сосудов, в том числе периферической нервной системы, позноночника, болезней суставов, травм, послеоперационных последствий, болезней пищеварительных органов и органов малого таза, помогает при лечении бесплодия (см. таблицу предложений курортного лечения и процедур SPA и Wellness на стр.2).

6. Комбинированные лечебные и оздоровительные курсы

Комбинированные курсы в короткий срок позволяют достичь наилучших результатов.

Юрмальские курортные учреждения предлагают комплексные программы лечения, реабилитации и оздоровления, которые предусматривают физиотерапию, водную аэробику, массаж, аэроклиматотерапию, талассотерапию, соляную комнату, лечебную гимнастику в зале или на пляже, диетическое питание и другие процедуры (см. таблицу услуг курортного лечения и процедур SPA и Wellness на стр.2). Разработаны также отдельные программы оздоровления для женщин, мужчин и детей.

7. Верховая езда. Рейттерапия или лечебная верховая езда

Рейттерапия – особый метод лечения в котором используют лошадей. Нездвник (больной) в терапии участвует пассивно, в основном идёт воздействие движения лошади на организм пациента. Движения лошади ритмичные, трёхмерсионные и на организм человека действуют с терапевтическим эффектом. Верхово на лошади наезднику нужно двигаться вместе с животным как физически здоровому человеку. Это помогает тренировать мускулатуру и уменьшать напряжённость мышц. Но нужно помнить, что процедура рейттерапии подходит не для всех людей, имеющих проблемы со спиной. Также, на пациента благотворно влияет тепло, выделяемое телом лошади (нормальная температура лошади 38°), потому что во время терапии пациент не сидит в седле, а на специальной наковиле – вальтрапе. Тепло расслабляет и успокаивает пациента. К тому же место проведения терапии достаточно непривычное.

Одно из направлений рейттерапии – хиппотерапия, в которой объединены методы рейттерапии и лечебной гимнастики. Пациент сидит верхом, выполняет различные упражнения или играет в игры с другими пациентами.

Рейттерапию советуют при расстройствах центральной и периферической нервной системы, мускульной дистрофии, деформации осанки, остеохондрозе, простатите и заболеваниях малого таза у женщин.

В Юрмале работают 2 центра рейттерапии (см. таблицу услуг курортного лечения и процедур SPA и Wellness на стр.2), которые предлагают не только езду верхом в манеже и окрестностях, но и специализируются на уникальных методах езды, применяемых в случаях тяжёлых заболеваний, реабилитации и для людей с особыми нуждами.

Кредо Европейской ассоциации курортов (ESPA)

SPA и оздоровительные курорты в Европе

Предисловие

В Европейской ассоциации курортов состоят участники из 21 европейской страны. В их числе национальные и региональные ассоциации курортов, SPA, оздоровительные курорты и курортные учреждения.

Основные принципы политики ассоциации

Внимание обращается на выделение общих черт, которые составили путь в участие в Европейской ассоциации курортов и в то же время, с другой стороны, описанию национальных различий, которые появились из-за разных изначальных позиций SPA и оздоровительных курортов в национальном масштабе, из-за разного развития политики и вопросов, которым уделяется больше внимания. Нужно взвесить, которые из различий должны быть сохранены и которые надо объединить на Европейском уровне.

В Европе необходимо создать единую политику SPA, оздоровительных курортов и курортных учреждений, при этом обращая особое внимание на политику ассоциации, поскольку гармонизация с посредничеством ЕС будет происходить по частям.

ESPA принимает вызов, особенно потому, что SPA, оздоровительные курорты и курортные учреждения имеют важное значение в секторе здравоохранения: они представляют прекрасную культуру здоровья, являются важным экономическим фактором в большинстве регионов с менее развитой инфраструктурой, а также сохраняют рабочие места.

Данное кредо было разработано в сотрудничестве с членами ассоциации в течении нескольких конференций. Как основной пункт в этом кредо описывается необходимость признать курорты в государственном масштабе в разных странах, которые концентрируются не только на местные лечебные средства, но включают весь курорт или SPA услугу в целом.

В то же время разработка национального кредо очень важна. Они будут использоваться в случаях, когда еще не создана соответствующая законодательная основа. В политической дискуссии стран ЕС кредо Европейской ассоциации курортов может служить как существенная основа.

С помощью своего кредо рабочие группы ESPA должны решить многие вопросы, которые относятся к структуре качества в оздоровительных курортах, к дефинициям, приблизительным числам и другим аспектам, например, лечебным средствам.

Разработав кредо, ассоциация сделала конструктивный шаг в направлении единой Европы, в направлении лучшего позиционирования и лучшего будущего SPA, оздоровительных курортов и курортных учреждений.

Др. Янка Жалешакова (Dr.Janka Zalesáková)

Президент ESPA в 2004 году

Никасо Перес Менцель (Nicasio Pérez Menzel)

Президент ESPA с 2000 по 2004 год

Бриссель, 20 мая 2004 года

SPA и оздоровительные курорты в Европе

Стартовая позиция

SPA, оздоровительные курорты и курортные заведения в Европе представляют незаменимую часть национальной системы здравоохранения. Они влияют на культурную основу в своем регионе, являются важным экономическим и социальным фактором, а также сохраняют много рабочих мест.

Основная задача ассоциации

ESPA собирается решить задачи, возникающие в связи с открытием границ и расширением ЕС. С помощью кредо ESPA предусматривает создание четких и сопоставимых структур, которые облегчат сотрудничество между странами. Задача национальных курортных ассоциаций – с помощью "национального кредо" определить свои национальные цели, если это еще не сделано.

Эти документы помогут организациям поддержать их требования, работая с политическими учреждениями на национальном уровне, имея дополнительные Европейские аргументы.

1. Местные лечебные природные ресурсы являются основой SPA, оздоровительных курортов и курортных учреждений. Но этого не достаточно, чтобы они были признаны.

Местные природные лечебные ресурсы являются основой для выделения различных типов курортов как, например, курорты минеральных вод, курорты солевых вод, термальные курорты, курорты лечебных грязей, приморские курорты и климатические курорты, а также курорты Кнейпеловой терапии. Такая формальная структура так четко определена не во всех странах. В некоторых странах эта структура до сих пор не признана и не разделена. Здесь общей целью должна стать разработка стандартизированной структуры в целях создания большей прозрачности на Европейском рынке.

Но независимо от этого в SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях предлагаются больше видов терапии, чем раньше. В этом случае стандартизированная структура не должна быть осуществлена немедленно, поскольку существует много указаний и опыта, которые существенно отличаются друг от друга.

2. Признание SPA, оздоровительных курортов и курортных учреждений, как правило, должно производиться государством в правовом порядке. Такое признание должно быть основано не только на местных лечебных природных средствах, но и включать всю курортную систему или услуги вместе с их специфическими и лечебными предложениями.

3. SPA, оздоровительные курорты и курортные учреждения

Обычно расположены в красивых и идиллических местах, которые предлагают оптимальные условия для отдыха.

В последние годы в крупных городах развились некоторые SPA, расположенные в исторических центрах города. В этих случаях главной целью должно быть позитивное развитие курортных районов в соответствии с кредо, в процессе развития не забывая о курортных услугах.

4. Правила защиты окружающей среды являются особой задачей SPA, оздоровительных курортов и курортных учреждений. Они должны следовать не только основным правилам по отношению к месту размещения, но и касаться чистоты воздуха, воды и канализации, дорожного движения и шума, которое оно создает. Они хотят быть, и должны быть лучше, чем другие.

5. Квалифицированная профилактика и реабилитация. Что касается оборудования и опыта, SPA, оздоровительные курорты и курортные учреждения готовы предложить квалифицированную профилактику и реабилитацию. Поэтому они играют важную роль в здравоохранении, особенно в лечении хронических заболеваний, с учетом возраста пациента.

Курорты и их услуги специализированы в различных видах профилактических и реабилитационных услуг, амбулаторных и стационарных предложениях; они предлагают и хотят предложить более чем здоровый отдых. В этом контексте профилактика означает, что услуги осуществляются в соответствии с международными дефинициями физических упражнений, приема пищи и отдыха; используются местные лечебные средства, используется реабилитация, и ее целью является устойчивость.

6. Значение SPA, оздоровительных курортов и курортных учреждений в социальных системах различных стран весьма разное, и относится на реабилитацию, профилактику, а также и на лечение хронических заболеваний.

Столкнувшись с соответствующими системами в сложных экономических и социально-политических условиях, страны борются, чтобы сохранить свои существующие стандарты или даже улучшить их. Таким образом стандартизация социальных систем в Европе по-прежнему не видна. Но граница открыта в соответствии с законом транснациональных поставок, например как результат юрисдикции Европейского суда. Цены и качество будут иметь решающее значение на национальном уровне.

7. Врачи оздоровительных курортов должны быть в SPA, в оздоровительных курортах и в курортных учреждениях. Здесь акцент ставится на квалификация, чтобы должным образом использовались местные природные средства, физиотерапия, а также профилактика и реабилитация. В этом контексте особое внимание следует уделять методам лечения по отношению к доминирующим проблемам и хроническим заболеваниям.

Важно согласовать различные образовательные программы и учебные ступени, которые предназначены для квалификации врачей, для деятельности, которая подготавливает их к работе в SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях.

8. Спектр гостей в SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях очень обширный и отличается не только по странам, но и по курортам. Он охватывает как здоровых, так и больных людей, все этапы профилактики (первичная, вторичная, менее важная), до реабилитации и лечения хронических заболеваний. Это включает в себя амбулаторное и стационарное лечение, а также пребывание в высококачественных условиях лечения несколько недель, а также короткое пребывание для различных целей.

9. Оборудование в SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях организуется в соответствии со спектром гостей, а также сосредоточено на определенных спектр процедур, например, только в стационарных/амбулаторных условиях и, следовательно, очень часто оно весьма однобокое. Гостям здорового отдыха предлагается гостиницы и гостевые дома различных категорий. Сосредоточив внимание на медицинских аспектах пациенты могут найти централизованные и децентрализованные услуги лечения амбулаторно, стационарно и полу-стационарно, а также высококвалифицированные клиники для лечения острых заболеваний.

Эффективные предложения медицинского лечения и соответствующие места пребывания являются основными условиями того, чтобы эти места могли быть признаны SPA, оздоровительными курортами или курортными учреждениями.

10. „Wellness“ Увеличивается спрос на "Wellness" программы. Программы оздоровления предлагаются SPA, оздоровительными курортами и курортными учреждениями.

11. Естественно добытые местные лечебные средства. Они имеют важную роль в SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях и они должны быть отобраны в государственном признании. Они являются более эффективными, если они включены в концепции целевого комплекса лечебных процедур. Природное лечебное средство само по себе, не является основанием для того, чтобы его признали в SPA, оздоровительных курортах и в курортных учреждениях.

Несмотря на общее законодательство ЕС, до сих пор существуют значительные различия в использовании этих лечебных средств в зависимости от страны - на основе различных традиций появляются различные дефиниции, параметры или правовые рамки.

Рассмотря общую задачу этого кредо, который является доказательство себя на общем рынке, различия этих лечебных

средств будут сохранены. Тем не менее, некоторые страны будут сотрудничать друг с другом в рамках общих целей.

Следовательно, вместе со своими рабочими группами, ESPA должна разработать надежные дефиниции и параметры с профессиональной и научной точки зрения, или, по крайней мере, подход, который относится к этим пунктам, которые по-прежнему отличаются друг от друга. Этот процесс должен быть максимально удален от различных правовых норм. Наоборот, акцент должен быть на лечебные средства, и на то, что мы от них ожидаем. Это образует основу для общей правовой деятельности, а также необходимость принятия политических решений в различных государствах – членах ESPA.

а. Источники с лечебными водами, которые используются в терапии в многих SPA и оздоровительных курортах являются основным и самым важным элементом для их признания оздоровительными курортами или курортными учреждениями на национальном уровне. Важны оба вида применения, например, питье или ингаляции, а также наружное использование в ваннах или в активной терапии.

б. Лечебные газы, которые содержатся в воде источника, независимо от того, являются ли частью раствора. Радон, H₂S, CO₂ являются используемыми газами. Признание их в качестве одного из местных лечебных средств является национальным правовым вопросом.

в. Лечебные курорты и лечебные курорты на берегу моря Эти курорты, как правило, используют талассотерапию, которая тесно связана с морем. Терапевтическое использование связано с расположением вблизи моря и с климатическим воздействием моря (например, солёность воздуха, возможность купаться в море и т.д.). Кроме того, чтобы курорты и оказывающие курортные услуги учреждения могли называться центрами талассотерапии, расстояние до моря должно быть фиксированное (расстояние до моря не более 600-800 метров). В этом случае должен быть разработан Европейский стандарт.

Отдельные морские вещества (водоросли, отложения) также считаются составными частями талассотерапии. Поскольку они могут быть легко хранямы в прохладных местах их предлагают и те курорты, которые расположены далеко от моря.

г. Пейзажи играют важную роль в Европейских SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях. Согласно дефиниции, как местные лечебные средства, они используются в терапии. Почти все государства – члены ESPA, имеют общую дефиницию пейзажей, которые добываются в геологических и/или биологических процессах, и используются в лечении в компрессах, массажах или в ваннах. В зависимости от их состава - органических и/или неорганических пропорциях, могут быть достигнуты физические результаты, такие, как термические или механические, а также химические результаты.

В связи с различиями в государствах - членах ESPA, организация стремится к стандартизации физико-химического анализа, контроля качества, повторного использования и восстановления.

Природная пейзажная смесь с синтетическими материалами в оздоровительных курортах не будет утверждена. В целом дефицит пейзажей не ожидается.

д. Биоклимат/лечебный климат является важным фактором в SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях. Подходящий биоклимат, утвержденный экспертом, является абсолютно обязательной составной частью курорта, чтобы выполнять свою задачу в поддержании здоровья. Наряду с чистым воздухом, который обеспечивает терапевтическое использование климата, это является важным условием для курортов.

До сих пор нет критериев оценки и контроля биоклимата во всех государствах – членах ESPA.

Лечебный климат основывается на терапевтическом использовании местного климата, как местного лечебного средства, что является ключом к тому, чтобы место было признано оздоровительным курортом.

е. Кнейптералия. Часто сочетается с элементами терапии Писцины, и используется в SPA, оздоровительных курортах и курортных учреждениях – несмотря на то, что терапия часто используется и отдельно. Для признания терапии индивидуальной типологией курорта, должна быть использована сложная и хорошо структурированная концепция лечения в соответствии с Кнейпом.

12. Другие важные условия Индивидуальное лечебное средство не дефинирует SPA, оздоровительный курорт или курортное учреждение как таковое. Важными факторами являются:

- Характер, образ курорта, часть города или курортные услуги должны соответствовать нуждам гостей, в соответствии со своей миссией, курорт должен быть местом, которое помогает сохранить здоровье. Например, парки всегда должны быть частью курорта.
- Ресторан, расположенный в курорте, должен предлагать здоровую еду.
- SPA, оздоровительные курорты и курортные учреждения должны быть доступны для людей с особыми потребностями.
- В качестве одного из основных условий для признания SPA, оздоровительным курортом или курортным учреждением является оборудование с соответствующими приборами для лечения местными лечебными средствами (в том числе физикальная терапия). Это центры терапии, ванны, специальные помещения для отдыха и релаксации, физиотерапевтические и спортивной терапии, использование морской воды, Кнейптералия, лечебный климат и т.д.
- Должно быть научное обоснование, чтобы получить конкретные указания, и не только в связи с требованиями, которые выдвигает медицинское страхование.
- Культурно-развлекательные программы являются частью концепции предложения оздоровительных курортов.

Юрмала ринимает

участие в работе

Европейской

Ассоциации

Курортов (ESPA)



www.espa-ehv.com

Юрмала является первым городом Латвии принятым в Европейскую Ассоциацию Курортов (ESPA) в 2004 году.

Осознавая уникальность курортных ресурсов Юрмалы и значимость крупнейшего Балтийского морского курорта в масштабе Латвии и на международном уровне, 6 августа 2003 года Юрмальская городская дума приняла позитивное решение о вступлении города Юрмалы в Европейскую Ассоциацию Курортов. В конце 2003 года правление Европейской Ассоциации Курортов приняла решение о вступлении города Юрмалы в ассоциацию с 1 января 2004 года, и тем самым город получил более благоприятные возможности развития как здоровому курорту.

Членами ассоциации являются курортные ассоциации Австрии, Болгарии, Дании, Литвы, Греции, Чехии, Португалии, Румынии, Германии, Венгрии, Италии, Словакии, Испании и Турции, муниципалитет города Рейкьявик (Исландия), Люксембургская организация курортов, Курортный центр Голландии.

Ассоциация сотрудничает с Сотрудничеством Курортов Балтийского Моря (BSSC), Центром Компетентности Европейских Курортов (ESCC), Королевскими Курортами Европы Советом Европейских Парламентарных Советников (EPAC), а также другими профессиональными международными организациями и Европейским Союзом.

Главные цели Европейской Ассоциации Курортов (ESPA) являются: способствовать развитию курортов в Европе, анализировать качество курортных услуг и их безопасность, осуществлять проекты сотрудничества и обмена опытом, создавать и развивать стратегии курортных продуктов, разрабатывать, внедрять и совершенствовать единые стандарты курортных услуг, создавать и осуществлять программы образования в сфере оказания курортных услуг, создавать единую маркетинговую стратегию Европейских курортов.

Следующий ежегодный конгресс ESPA состоится в мае 2009 года в Литве, в городе Бириштонас, в честь Вильнюса, как столицы культуры 2009 года. В рамках конгресса будет решаться вопрос о вступлении Латвийской ассоциации курортных городов в ESPA.

*Отдел туризма и внешних связей
Юрмальской городской думы*

В Юрмале началось

осуществление

проекта «Рекон-

струкция и реновация

Кемерского парка и

архитектуры парка»



17 марта 2009 года Юрмальская городская дума и Латвийское агентство инвестиций и развития заключили соглашение об осуществлении проекта «Реконструкция и реновация Кемерского парка и архитектуры парка».

Часть территории исторического Юрмальского курорта – государственный памятник градостроительства «Курорт Кемери» с проектом «Реконструкция и реновация Кемерского парка и архитектуры парка» победил в открытом конкурсе проектных заявок в программе «Инфраструктура и услуги», в дополнении 3.4.3.2.1. в направлении «Сохранение и восстановление памятников градостроительства государственного значения и приспособление инфраструктуры в целях развития продуктов туризма».

В рамках проекта на территории Кемерского курортного парка, территория которого составляет 9,3 гектара, запланирована реконструкция и реновация мостиков, павильона-ротонды, который находится на «Острове любви», реновация водонапорной башни, в которой будет оборудована смотровая площадка, а также установка детской игровой площадки, постройка общественного туалета и др.

Общая стоимость проекта составляет 3 343 784,28 латов, из которых 2 643 792,76 (79,04%) латов является частью финансирования Юрмальской городской думы, и 699 991,52 латов – частью финансирования Европейского фонда регионального развития.

Юрмала издавна известна как приморский бальнеологический и климатический курорт, который предлагает гостям и жителям города возможность лечиться и восстановить свое здоровье, используя уникальные лечебные ресурсы природы.

Чтобы способствовать возрождению Юрмалы, как одному из исторически важнейших курортов в регионе Балтийского моря, в 2008 году была утверждена стратегия развития туризма города Юрмалы на 2007 - 2018 годы, в которой одним из приоритетов является развитие города-курорта. В рамках стратегии была разработана программа развития курорта на 2007 - 2011 годы, целью которой является сосредоточить деятельность города в направлении устойчивого развития курорта и туризма. В рамках этой программы планируется восстановить исторический Кемерский курортный парк.

Вклад в Твое будущее!

*Гунта Ушпеле
Отдел туризма и внешних связей
Юрмальской городской думы*

Латвийская ассоциация курортных городов

продолжает активное действие



28 апреля 2008 года в рамках «2 Международной Латвийской курортной конференции» городские Думы городов Юрмала и Сигулда основали общество "Латвийская ассоциация курортных городов".

Основной целью общества является убеждение общественности в необходимости курортов, важности использования уникальных местных природных ресурсов, необходимости восстановления курортного хозяйства во всей стране. В этом процессе должно участвовать всё общество – представители государственных и муниципальных структур, предприниматели и гости курорта.

Истории латвийских курортов более чем 150 лет, и, несмотря на различные изменения в государственных системах, курортные традиции сохранились до сегодняшнего дня. Осуществлялись и общены различные научные исследования в курортной сфере, что дает возможность лучше ознакомиться с ресурсами и использовать их.

Значение курортов недооценено. Они по-прежнему сохраняют потенциал для роста. Стресс, малоподвижный образ жизни и избыточный вес являются лишь некоторыми из негатив, которые в последние годы пополнили воздействие на здоровье многих людей. Процедуры, которые

предлагаются курортами помогают уменьшить или справиться со многими недугами.

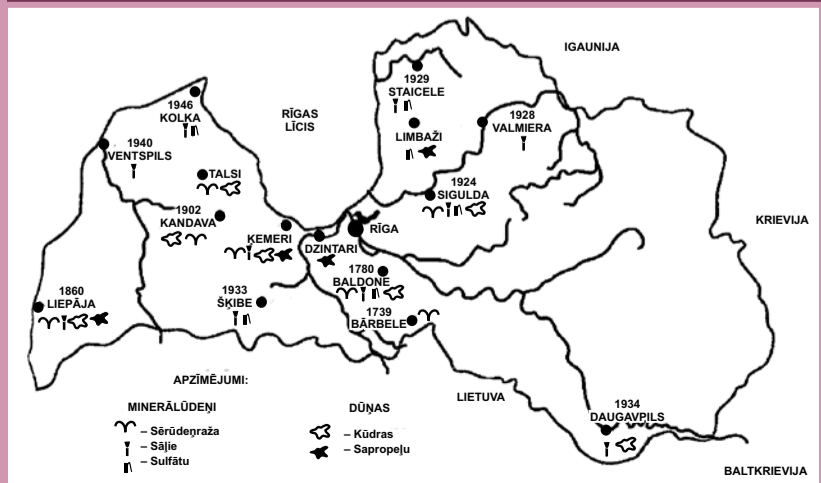
Территория Латвии богата различными курортными ресурсами - около 500 км побережья Балтийского моря и Рижского залива, различными видами подземных лечебных источников, грязями и климатическими факторами. Именно эти ресурсы являются богатством, которое должно быть активно использовано в целях улучшения состояния здоровья, самочувствия и внутренней гармонии.

В настоящее время к Ассоциации латвийских курортных городов присоединились городская Дума города Saulkrasti с сельской территорией, городская Дума города Salacgrīva с сельской триторией, а также Дума округа Ogre.

Будем думать о здоровье сегодня, а не завтра!

*Айгарс Тамме
Председатель Ассоциации Латвийских курортных городов*

Места использования минеральной воды и лечебной грязи в Латвии



Мероприятия в Юрмале

Май

День Природных и Национальных парков Европы
Открывающая сезон регата в яхт-клубе Приедаине

- 06.05.-31.05. 18:00 Выставка художников Маиры Виесбарде и Александры Степаняны „Вариации на тему Венецианского карнавала“ Юрмальский городской музей, улица Tīroņu 29
- 09.05. День семейного спорта на городском стадионе «Слока»
- 10.05. Концерты и мероприятия в честь дня матери в Юрмальских домах культуры
- 16.05. Ночь музеев в Юрмальских городских музеях
- 16.05. Этап открытого чемпионата ЛР по водному мотоспорту на реке Лиелупе, на базе CSDD, улица Слокас 75
- 18.05. Военно-патриотические игры для школьной молодежи «Растём для Латвии» в Каугури у памятника капитану П.Золте
- 18.05. Первый Юрмальский международный конкурс струнных инструментов в Юрмальской музыкальной средней школе
- 21.05. Детский и молодёжный конкурс „Новые звёзды для Латышской поп-музыки“ в к/з Дзинтари
- 22.05. Балтийский этап отборочного конкурса „Бельведер“ молодых солистов оперы в к/з Дзинтари
- 23.05. III Международный слёт американских авто „Юрмала 2009“ в Юрмале
- 24.05. Праздничный концерт песни и танца школьников города Юрмала
- 29.05. Концерт открытия сезона в к/з Дзинтари
- 30.05. Концерт лучших Латвийских ансамблей народного танца в к/з Дзинтари
- 31.05. 16:00 V Молодёжный фестиваль хористов „Поём для Юрмалы!“ в к/з Дзинтари



Июнь

Ночь летучих мышей в Юрмале в Июне
„Кубок Юрмальской думы 2009“ по пляжному футболу, на пляже Дубулты, в конце улицы Кјави (июнь-август)
Латвийский чемпионат по пляжному волейболу, на пляже Майори, в конце улицы Кјави (июнь-август)
Уличный баскетбол „Streetball“ в Дзинтари, на пляже Дзинтари, в конце улицы Turaidas
Латвийский кубок по скейтбордингу, в парке Дзинтари
Открытый Латвийский чемпионат силачей

- 06.06. Международный „Фестиваль морских песен“ в д/к Каугури
- 08.06. „Дни культуры Финляндии в Юрмале“ (выставки финских художников и концерты) в д/к Булдури
- 14.06. Концерт Латвийского национального симфонического оркестра в честь дня памяти репрессированных в к/з Дзинтари
- 17.06. Дни гусель в Юрмальской музыкальной средней школе
- 22.06. Празднование Янова дня в Юрмале, праздничное шествие, концерты в к/з Дзинтари, проводы солнца и разжигание костра на пляже Дзинтари
- 23.06. Танцы в честь празднования Янова дня на Меллужской эстраде
- 25.06. Международный фестиваль детской хореографии „Arabeska 2009“ в к/з Дзинтари
- 25.-28.06. Международное мероприятие Harley Owners Group в к/з Дзинтари
- 26.-27.06. Этап чемпионата Скандинавии водомоторных лодок в классе F2 на реке Лиелупе, на базе CSDD, улица Слокас 75

Июль

Чемпионат Балтийских стран по гребле на Приедайнской дистанции
„Кубок Юрмальской думы 2009“ по пляжному футболу на пляже Дубулты, в конце улицы Кјави
Юрмальский чемпионат по футболу для взрослых на городском стадионе „Слока“
Открытый Латвийский чемпионат силачей на пляже Дзинтари
Пляжный забег „Черепаша 2009“ на пляже Майори
Турнир по фрисби „Пчела 2009“ на пляже Дубулты
Регата на Юрмальский кубок по гребле, в Приедаине
Соревнования по пляжной борьбе на пляже Дубулты
Юрмальский этап Латвийского чемпионата по вейкборду в Майори на улице Rīgas, у причала кораблика
Международные соревнования по скейтбордингу „World Baltic Sea cup“ в парке Дзинтари

- 03.07. Оперетта Йохана Штрауса „Летучая мышь“ в к/з Дзинтари
- 04.07. Праздник улицы Йомас „Улице Йомас - 22“, в Майори
- 04.07. III Балтийский международный фестиваль песчаных скульптур „Magic sand“ Майори, улица Jomas
- 09.07. Фестиваль юмора „Юрмала“ в к/з Дзинтари
- 23.07. Фестиваль юмора „Поющий КИВИН“ в к/з Дзинтари
- 29.07.-03.08. Международный конкурс молодых исполнителей «Новая волна 2009» в к/з Дзинтари
- „Кубок Юрмальской думы 2009“ по пляжному футболу, на пляже Дубулты, в конце улицы Кјави

ЮРМАЛЬСКИЙ ТУРИСТИЧЕСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР



Lienes iela 5, Majori, Jūrmala LV-2015
T. +371 67147900. F. +371 67147901. E-pasts: info@jurmala.lv
www.jurmala.lv
Рабочие дни: 9 – 19
Суббота: 10 – 17
Воскресенье: 10 – 15

Издатель: Юрмальская городская дума, Юрмальский туристический информационный центр, info@jurmala.lv
Дизайн и печать: SIA „Madonas poligrāfists“
Фото: Юрмальская городская дума, O.Martinsons, Hotel Jūrmala SPA, Jantarnij Bereg, KRC Jaunķemeri.
Издатель не отвечает за изменения в информации.
Брошюра является имуществом Юрмальской городской думы и распространяется бесплатно.

Август

Юрмальский чемпионат по футболу для взрослых на городском стадионе „Слока“
Латвийский открытый чемпионат по парусному спорту в Приедаине
Кубок Юрмальской думы по водным лыжам в Приедаине
Латвийский чемпионат по водному мотоспорту
Международный турнир „Малая и большая грация“, по художественной гимнастике
Международный турнир по баскетболу „Кубок Пиртниека“ для взрослых



- 01.08.-02.08. Международный конкурс молодых исполнителей «Новая волна 2009» в к/з Дзинтари
- 03.08. 6. Международный художественный форум в Юрмале „Искусство объединяет народы“ в д/к Булдури
- 06.08. Открытие 7-го Международного фестиваля народных танцев „Sudmalīgas“ в к/з Дзинтари
- 07.08. 10-й Международный фестиваль „Звёзды балета в Юрмале“ в к/з Дзинтари
- 07.08. 10-й Фестиваль-конкурс рок-музыки „Ты замечен!“ в Юрмальском театре
- 08.08. Международный музыкальный фестиваль „Summertime. Приглашает Инесе Галанте“ в к/з Дзинтари
- 08.08. Дни ремесла в Юрмальском музее под открытым небом
- 23.08. Международный фестиваль творческих коллективов пенсионеров „Единое поколение – единая Европа“ в к/з Дзинтари
- 29.08. Праздник хлеба в Каугурском доме культуры
- 29.08. Международный фестиваль народных танцев в к/з Дзинтари
- 29.08. Слёт старинных авто „Ретро Юрмала 2009“ на территории города

Сентябрь

Приедайнская регата в честь открытия сезона в яхт-клубе Приедаине. Юрмальский чемпионат по футболу для взрослых на городском стадионе „Слока“

- 06.09. Гала-концерт посвященный закрытию сезона в к/з Дзинтари
- 11.09. Дни поэзии у сосен Раиниса, прочтение стихов молодыми поэтами и иностранными гостями в Дубулты, в конце улицы Amatas

Аквапарк „Līvu Akvaparks“

Viestura iela 24, Lielupe, Jūrmala.
Большой многофункциональный парк водных аттракционов закрытого типа, являющийся одним из крупнейших в Балтии и Восточной Европе, общая площадь внутренних помещений которого составляет 11500 м². Парк имеет также дополнительную открытую наружную зону, которая работает летом (с июня до конца августа) площадью 6500м². В аквапарке находится более 40 различных аттракционов, бассейнов, саун, бистро и баров, как внутри помещений, так и дополнительно в летний сезон аттракционов – снаружи. Līvu Akvaparks очень удобен для отдыха с детьми.

В летний период открывается также наружная территория с дополнительными возможностями отдыха – загорание на террасе, бассейны, горки и бистро, а также уникальный аттракцион – Остров фонтанов Čupa Čups. Это единственный подобного рода аттракцион не только в странах Балтии, но и во всей Европе. Здесь можно насладиться водными играми, преодолеть водные лабиринты различных видов и высоты. Устройства для обливания водой и конфигурации водных игр размещены на территории площадью в 350 м², где расположено более 50 фонтанов. www.akvaparks.lv



Юрмала снова будет радовать прогулками на речном кораблике!

Начиная с 1-го мая в течение всего лета Вашу семью будут радовать прогулки на речном кораблике из Юрмалы в Ригу и обратно. Если поездка в Ригу Вам кажется слишком долгой, прокатитесь на кораблике по реке Лиелупе в течении часа.

В Риге пристань кораблика находится рядом со старым городом, напротив Рижского замка, в 50-ти метрах от скульптуры Большого Кристапа в сторону Каменного моста.

Речной кораблик „New Way“ можно также арендовать для отдельных групп и праздничных мероприятий по тел.: +371 29237123. www.jurmala.lv



График движения кораблика Рига-Майори-Рига:

ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ	МАРШРУТ	ЦЕНЫ, Ls	
		Взрослые	Дети (6-12 лет)
11:00 – 13:30	Рига - Майори	10,- в один конец 15,- в оба конца	5,- в один конец 8,- в оба конца
14:00 – 15:00	По Лиелупе	3,-	1,-
15:30 – 16:30	По Лиелупе	3,-	1,-
17:00 – 19:30	Майори - Рига	5,-	3,-

Как приехать в Юрмалу

Электрички Рига – Dubulti, Рига – Sloka, Рига – Tukums.
Из центральной станции „Rīga“ (www.ldz.lv)
Микроавтобусы Рига – Dubulti, Рига – Sloka, Рига – Jaunķemeri.
Из станции микроавтобусов напротив центральной станции „Rīga“ (билеты у водителя).
Междугородние автобусы.
Из автобусной станции „Rīga“ www.autoosta.lv
Такси
(Тел. +371 67755577, www.taxi.lv, www.taksi.lv)
Въездная плата в Юрмалу
Частному автотранспорту за въезд в курортную зону города Юрмалы надо платить 1 Латвийский лат. Пропуск не нужен туристическим автобусам, если руководитель группы предъявляет путевку в Юрмалу, а также автомашинам с пропуском, выданным гостиницей в Юрмале.