

אתנחתא מענגת לגוף ולנפש

בליבה של חווה אורגנית מהמגוונות בעולם שוכן מצפה הימים, מלון ששמו יצא למרחקים. החווה מספקת למלון את המזון המוגש לאורחים, הגוף והספא מרגיעים את הגוף ואת הנפש, והסדנאות המתקיימות בו מעניקות הזדמנות לשינוי



הקשבה ומודעות מוגברת, מציע מצפה הימים מבחר סדנאות הכר ללות לינה וסדרת מפגשים, המוקד דשות בכל פעם לנושא אחר. "ניקוי ואיזון גוף" עם אומינה היא בין הסדנאות המבוקשות הנערכות במלון. זו סדנא בת 3 ימים המעניקה את הכלים והידע הדרושים ליישום תהליך של ניקוי הגוף ואורח חיים בריא ובמהלכה תהליך ניקוי המשלב מיצי ירקות עם Super foods, אפשרות להידרותרפיה, תרגולי גוף שונים, טיפולי ספא ועוד.

עדיית תמיר מעבירה במלון את NoMoreDiets, סדנא חווייתית בת יומיים לנשים, המסייעת להגיע לתום עידן ספירת הקלוריות והדיאטות האינסופיות, באמצעות זיהוי אכילה רגשית והפרדה בין רגש לאוכל. "דרך האמן" היא סדנא נוספת, אותה מעבירה מיכל גזית. סדנא עשירה ואינטנסיבית זו כוללת שלר שיה ימים מעוררים של מפגשים, התנסויות וטכניקות המבוססים על השיטה הבינלאומית "דרך האמן" של ג'וליה קמרון, כולל כתיבה וציור אינטימיים, עקיפת הפרפקציוניזם והצנזור הפנימי, ניתוח תקרת הזכר, כית של הפחד מהצלחה, תרגולי גוף, זיהוי ודיקו של החלומות ועוד.



קטיף בחווה עם האורחים, בסדנא לניקוי ואיזון הגוף - צילום מצפה הימים



מעוצבים ביוקרה מאופקת העושה שימוש בחמרים טבעיים, המבקשים לחבר את החוץ אל הפנים. צילום: יוסי סליס ונטשה חיימוביץ

הדרך המתפתלת אל מצפה הימים מתגלה בין ההרים. שער הכניסה כמו פותח צוהר למציאות שאין לה אחיזה בדבר. שם, בין בוסתנים, גינות פרחים ופכופך המים בתעלות, מתגלה המלון שהפך כבר לשם דבר בזכות חוויית ה-Wellness שהוא מעניק לאורחיו. המלון בן 97 החדרים והסוויטות ממוקם בליבה של חווה אורגנית, הנחשבת מהמגוונות בעולם. המשק שוקק חיים ובו ערוגות צמחי תבלין ומרפא, פרחים, ירקות, פירות ועשבי (בר) ופרות, כבשים ועיזים המדלגות באחו להנאתן. החווה, המשתרעת על כ-150 דונם, כוללת גם מחלבה המייצרת עשרות גבינות בוטיק עבודת יד, בית מאפה וקונדיטוריה, בקתת עץ אפופת ניד, חוחות בה מתייבשים סבוני טבע, בית קליית פולי קפה, חדר ריבות, ורשתות ענקיות עליהן פורשים כימי הקיץ מיני פירות לייבוש טבעי בקרני השמש הגלילית.

מהחווה לשולחן

שולחן ארוחת הבוקר והערב רב מציע מבחר עשיר של מנות עשויות ירקות שנקטפו עם שחר, גבינות משובחות, לחמים ומאפים מנוקדים זרעונים ותבלינים שנאפו באותו יום. גם החלב שנמזג לקפה, שנקלה במכונה עתיקת יומין, נחלב באותו יום ממש.

ארוחות גורמה נרקחות גם במסעדת השף מוסקט, העושה אף היא שימוש בחומרי הגלם המשובחים של החווה. בה אפשר למצוא כל העת מנות מבשר שישן כהלכה הדגים שנשלו מהכינרת, אותה אפשר לראות מהמרפסת רחבת הידיים של המסעדה.

ידיים טובות בספא

אל מתחם הספא, ששמו יצא למרחקים, יגיעו האורחים משיעורי הסטודיו וממפגשי התרבות הנער-

לחבר את החוץ אל הפנים, ומזמינים את השוהים בהם להתהלך ברגליים יחפות כימי הקיץ החמים, ולהרחיב את הנשימה.

עולם של סדנאות

כחלק בלתי נפרד מעולם ה-Wellness, תפיסת חיים החותרת לאיזון, שמירה על הרמוניה,

כימי עיסויים וטיפולים קוסמטיים, העושים שימוש בשמנים מועשרים בתמציות פרחים וצמחי מרפא מהחווה, יודעים להרגיע את הגוף ואת הנפש. לאחריהם, ישובו האורחים לחדרים המרווחים שכל אחד מהם מספר סיפור משלו. הם מעוצבים ביוקרה מאופקת העושה שימוש בחמרים טבעיים, המבקשים

פריידי מרגלית ואלימור הניג יעבירו ב-19-18 באוגוסט, טו באב, את הסדנא "אהבת אמת". יומיים אשר בסיומם יהיו בידי המשתתפים כלים למצוא את בן או בת זוג המתאימים, ולמי שכבר נמצא בזוגיות, את הכלים לשדרג ולפתח את הקשר הקיים לכדי אהבה תומכת, מעצימה, מרגשת ומלאת תשוקה בריאה.

לפרטים ולהזמנות 1-800-555-666
<http://www.mizpe-hayamim.co.il/>