

**SPA-RESOR TILL ESTLAND OCH LETTLAND**

Sveriges största arrangör av spa-resor!

Härliga spa-behandlingar på Ösel och i Pärnu - nu endast 1 timmes flygresor bort.

Eller varför inte en avkopplande sjöresa via Tallinn eller Riga?

Förmånligt för grupper! Ring för offert!

**Prisexempel**

<b>Strand Hotel</b>	Pärnu	7 ntr med flyg	fr. <b>5350</b>
<b>Tervis Spa</b>	Pärnu	7 ntr med flyg	fr. <b>6490</b>
<b>Georg Öts Spa</b>	Ösel	3 ntr med flyg	fr. <b>2950</b>
<b>Fra Mare</b>	Haapsalu	6 ntr med båt	fr. <b>2290</b>
<b>Tervis Spa</b>	Pärnu	9 ntr med båt	fr. <b>4990</b>
<b>Viimsi Spa</b>	Tallinn	8 ntr med båt	fr. <b>3940</b>
<b>Jurmala Spa</b>	Letland	5 ntr med båt	fr. <b>2140</b>

I resan ingår båt eller flyg, halv/helpension, transfer (ej transfer till Kalev), behandlingar (på Georg Öts tillkommer behandlingar).

**Vega RESOR** 08 - 545 115 50  
www.vegaresor.se

Beställ katalog!  
Boka online!

för ett rikare liv

**BAZZ**

**Nyponpulver 1kg**  
**Finnalet (fruktkött & frön)**

Nypon lindrar värk och stelhet, ger energi och bättre sömn.  
Läs mer: www.helsenyt.com

1 rågad tsk, 2 - 3 ggr om dagen kan göra skillnad. **389,- / kg**  
Ink frakt + Pf 2-3 mån./ förp

**Levagott**

Långsjöv 13. 45071 Fjällbacka  
Tel: 070 25 50 424  
e-mail levagott@telia.com

**Hjälpmiddel med design och funktion!**

**activa**  
ERGONOMI TRÄNING DESIGN

Designade hjälpmedel och rehabprodukter. Här finns allt du behöver, bland annat öppnare, grepp, handtränings- och avlastningsprodukter.

Välkommen till vår butik.

Öppettider Må - Fre 10 - 18, Lör 10 - 14  
Råsundavägen 116 (Stråket) Solna • Tel: 08-730 32 45  
T-bana till Solna Centrum alt. buss 515 hållplats Råsunda

[www.activaergonomi.se](http://www.activaergonomi.se)

gediget sittbadkar med massage, dusch och dörr

för mer information - kontakta

**SAMECA AB**  
232 39 Malmö  
tel 040-43 23 00  
fax 040-43 23 43  
www.sameca.se

**Byt till sköna Jaco-skor!**

Går Du omkring med onda fötter, är det troligen Dina skor som utformats mera för att behaga ögat än att passa foten. Onda fötter leder ofta till onda ryggar, så byt till Jaco skor. Som ger Dina fötter skydd och stöd utan att begränsa rörelsefriheten. Kontakta oss, vi skickar gärna information samt "formätare", så att Du kan beställa rätt storlek.

HB Rune Johansson & Co  
Mossholmsvägen, 471 96 BLEKET  
Tel: 0304-67 52 55  
Fax: 0304-67 50 21  
http://www.mossholmen.se

**Lev livet i balans . . .**

. . . med en keramisk textil som lindrar och värmer. Värk minskar, inflammationer hämmas, läkning påskyndas.

Kroppens egen värme reflekteras som infraröd strålning.

- knäskydd
- armbågsskydd
- vristskydd
- ryggskydd
- handledsskydd
- nackskydd
- strumpor
- tröjor
- kalsonger
- handskar
- sängkläder

**Back on Track®**  
Back on Track AB • 018-59 05 55  
info@backontrack.eu • www.backontrack.eu

**SVENSKA SKOLAN**  
på södra Teneriffa

Grundskola och gymnasium. Skolan finns nu i ett bilfritt och handikappvänligt område nära Vintersol. Det går att söka bidrag för vistelsen på Teneriffa hos Cameliafonden.

Intresseanmälan: ordförande Anders Lyckefors  
tel 0703-71 36 72  
besök gärna [www.teneriffaskolan.com](http://www.teneriffaskolan.com)  
e-mail [study@teneriffaskolan.se](mailto:study@teneriffaskolan.se)

DU ÄR VIKTIG!  
Låt stå!

**A-ASSISTANS**  
LEIMIR AB  
[www.a-assistans.com](http://www.a-assistans.com)

**BÄDDA FÖR GOD SÖMN**



**KÖP NU!** **Aprilerbudande på tre av våra sköna bäddar.**  
Härliga och lättskötta sängkläder  
i finaste ull för god sömn.

**LANDETS STÖRSTA SORTIMENT TILL BÄSTA PRIS!**

Ring för beställning och broschyr  
0553-411 91 [www.ullbadden.se](http://www.ullbadden.se) **ullbadden** 

**Vi har badkläder i hög kvalitet som tål klorerat vatten**

Simdynor för vuxna *Badskor samt 2-färgade baddräkter!*

Ring för information eller beställning

**svensk badkonsult ab** 

Box 114 • 446 23 Älvängen • Tel. 0303-74 69 25 • Fax 0303-74 92 09

## ULL I SÄNGEN

**Sömnproblem, spänningar, värk i kroppen, stelhet i muskler/leder...**

Ull i sängen kan bli din räddning! Temperaturen i din säng är avgörande för din sömnkomfort. Ullen är ett oslagbart material som hjälper dig att hålla en jämn och behaglig temperatur alla årstider. När du sover gott kommer din kropp och själ till ro, och du vaknar utvilad, mjuk i kroppen och full av energi.

**HÖGSTA KVALITET  
OSLAGBART LÅGA PRISER!**

Kontrollera pris hos oss innan du betalar onödigt mycket för samma produkter på t.ex buss- och charterresan.



Import direkt från tillverkaren i Tyskland av täcken, madrasser, kuddar m.m. i finaste kaschmir och merinolamm. Även magnet- och örtprodukter.

Vårt avtal med Reumatikerförbundet ger dig mycket förmånliga priser!  
**FRAKTFRITT OCH HANDLA RÄNTEFRITT!**

Tveka inte, ring oss för broschyr och information!

**MÅ VÄL PRODUKTER**

Köpmangatan 35, 692 37 Kumla. Tel: 019-56 06 10

## krönikan

# Res äventyrligt – det är modernt



Att resa är alltid ett äventyr. Det var det förr också, redan innan någon kom på begreppet äventyrsresor, men då tordes man inte annonsera om det. Då maskerades äventyrsresorna som charterresor med ospecificerat rum.

Nu kallas det för sitt rätta namn: Äventyrsresor eller temaresor, beroende på hur eländigt och primitivt det är.

Det hela lär ha börjat med att några resande tyskar åkte fel och hamnade på en bondgård i Sörmland, istället för på lyxhotellet i stora huvudstaden. De blev tvungna att övernatta, och förvisades av bonden till ett ovädrat höns hus.

Där fick de sova bäst de ville, på uttjänt halm som kom direkt från grisarnas stia. På morgonen väcktes de av en skrälande tupp, som snabbt tystades och tillreddes som frukost innan bonden hann märka något. Det var då, när tyskarna satt och mumsade frukost bland hönsen med lite stulen selleri från bondens land och några krossade ägg, som de fick idén. Äventyrsresor. Hit skulle man skicka blaserade storstadsbor, ta rejält betalt och kalla det för äventyr.

Den nya trenden var ett faktum. Idén slog rejält. På bara några år hade de vanliga resorna nästan helt försvunnit. Idag är allt äventyr, spänning och tema. Och de riktigt erbarmliga resorna kallar man för upplevelseresor. Det är sådana resor där en stor grupp drar en pråm motströms under fyra dagar, för att komma fram till en liten glänta där de får steka ägg över ett stearinljus.

På äventyrsresor får äggen ätas, på upplevelseresor skall de ges till lokalbefolkningen. Det har gått prestige i att göra sin resa äventyrlig, något annat duger inte. En stilla eftermiddag på stranden må vara aldrig så avundsvärd, det är inget du berättar om för dem därhemma med bibehållen värdighet. Om det inte innefattar minst en spottande kamel, sandloppor i tusental och en brännande kolbädd som man måste gå barfota över för att komma till toaletten som självklart bara är ett hål över en tusen meter djup klyfta där blodtörstiga vampyrmöss hugger alla som inte är snabba nog.

Har du inte råd med någon av de organiserade tema- och