



DIECEZJA WSCHODNIA

Warszawa, dn. 28 kwietnia 2026 r.

## **DUCHOWE SPA DLA KOBIET 4-7 czerwca / UściąŜa**

Jeśli jesteś kobietą, która marzy o tym, by na chwilę uciec od swoich rodzinnych i zawodowych obowiązków, odetchnąć w przyrodzie, zanurzyć się w ciszy i spokoju i wreszcie zadbać o siebie, to zapraszam Cię na **Duchowe SPA do UściąŜa obok Kazimierza Dolnego**.

Duchowe SPA to program **dla kobiet (tylko!)**, podczas którego naładujesz swoje "duchowe akumulatory", ucząc się od kobiet opisanych na kartach Biblii, skorzystasz z zabiegów pielęgnacyjnych i relaksacyjnych, a także z możliwości wdychania świeżego, leśnego powietrza, z ciszy i spokoju przyrody oraz z towarzystwa i wsparcia innych pań. Celem tego programu jest integracja kobiet, wzajemne wsparcie, rozwój życia duchowego oraz dbanie o ciało i urodę.



Spotkanie będzie miało miejsce **od czwartku 4 do niedzieli 7 czerwca** w starym dworcu w pięknej, malowniczej scenerii, w której króluje przyroda i słychać śpiew ptaków oraz pięknie szepczący las. W ośrodku są zwierzęta: psy, koty, konie i króliki, więc jeśli masz alergię na te zwierzęta, nie zapomnij o lekach!

### **W programie:**

- Studium wybranych historii kobiet opisanych w Biblii;
- Zabiegi pielęgnacyjne i relaksacyjne;
- Wyjazd do Kazimierza Dolnego;
- Sobotnie nabożeństwo w starej stodole;
- Warsztat przygotowania własnego kremu nawilżająco-regenerującego z kwasem hialuronowym;
- Spacer w lesie, integracja przy herbacie, kolorowankach, planszówkach, badmintonie itp.

**Kościół Adwentystów Dnia Siódmego w RP / Diecezja Wschodnia**

**A** / ul. Foksal 8, 00-36b Warszawa

**W** / [adwentyści.ore.pl](http://adwentyści.ore.pl)

**E** / [diecezja.wschodnia@adwent.pl](mailto:diecezja.wschodnia@adwent.pl)

**T** / (+48) 22 31 31 421

**NIP** / 525-15-76-556

**REGON** / 012197298

**NR KONTA** / 42 1D20 1156 0000 7402 0053 4259



## DIECEZJA WSCHODNIA

### Koszt uczestnictwa:

- **350 zł** (program jest dofinansowany przez Diecezję Wschodnią Kościoła Adwentystów Dnia Siódmego i ta kwota NIE pokrywa nawet połowy rzeczywistego kosztu udziału w programie);
- cena obejmuje **zakwaterowanie** (w pokojach 3-, 4-, 5-osobowych lub w domku krytym strzechą z niebieskimi okiennicami), **wyżywienie, materiały** do zabiegów oraz dobre towarzystwo i piękną przyrodę.



Zgłoś się **do 27 maja** wypełniając poniższy

### **FORMULARZ**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfGV4t3vzgFIWHv0kNZHCO66KIN0GOdINA5G5Ao7EloICxWgQ/viewform?usp=publish-editor>

Po wypełnieniu formularza - jeśli będą miejsca - otrzymasz mail zwrotny z danymi do wpłaty i danymi ośrodka Zagrodowa Osada. Ostatecznym potwierdzeniem uczestnictwa jest zaksięgowana opłata za udział. Więcej informacji możesz uzyskać pod adresem mailowym: [katarzyna.krok@adwent.pl](mailto:katarzyna.krok@adwent.pl).

**Ilość miejsc jest BARDZO ograniczona, więc nie zwlekaj ze zgłoszeniem!**

Do zobaczenia!

**Ewelina Ciupek, Katarzyna Krok**