

## Savršen ljetni relaks vikend

*Osluškivanjem potreba gostiju kao i slijedeći selfness pristup koji su Terme Olimia i Terme Tuhelj započele, uveden je koncept vitalne prehrane u kojem se 30% hrane priprema s posebnom pažnjom te pravilnom kombinacijom nutritivnih elemenata. Osoblje ugostiteljstva Terma Tuhelj i Terma Olimia prošlo je brojne edukacije kako bi naučili spremati hranu s drugačijim namirnicama i na drugačiji način*

**Vitalna hrana** u restoranima označena je **simbolom jabuke** kako bi gost mogao vidjeti da se radi o vitalnom jelu te time složiti svoj vitalni obrok. Isto tako gostima su na raspolaganju začini i ulja sa savjetima zašto je određeni začini dobar te kako ga kombinirati s određenim jelom. Isti princip je i s hladno prešanim uljima. Velika pažnja posvećuje se pripremi hrane pred gostom te je zbog toga u funkciji show cooking gdje gost može sam iskombinirati namirnice i savjetovati se s našim kuharima.

**Menta**, poznat i popularan začini, zasađena je u **wellness vrtu** te je slučajnim odabirom postala biljka vodilja Terma Tuhelj. Svojim čudotvornim svojstvima u potpunosti se poistovjetila s konceptom Terma Tuhelj jer se radi o destinaciji u kojoj gost pronalazi svoj mir, uči o pozitivnim navikama i mijenja sebe, svoj način života i svoje poglede na kaotičnu svakodnevicu. Menta se proteže kroz sve odjele Terma Tuhelj. Već kod samog ulaska u sobu, na jastuku goste čeka **miris mente i mali poklončić, sapun od mente s porukom**. U **Terra lounge i Infinity baru** gostima je na raspolaganju čaj od mente uz koju se gostu poklanja poruka. U hotelskom restoranu **Lati**, gosti mogu isprobati mentu u kombinaciji s gizom, a u **SPAeVITA centru i Svijetu sauna mogu doživjeti pravi wellness doživljaj isprobajući masažu s mentom ili piling**.

Izgradnjom wellness noviteta kao što je **hamam, private spa i panoramska sauna**, došlo je do ideje o proširenju wellness ponude. To se prvenstveno javilo početkom suradnje s velikim wellness majstorom **Pedžom Filipovićem**.

Shodno tome, u SPAeVITA centru razvijeno je nekoliko novih tretmana kao što su: **antistress masaža Kalma, Ayra zvučna masaža tibetanskim zdjelama** koja umiruje raspršene misli i preopterećen um i obnavlja životnu energiju te **refleksna masaža stopala "Hod po oblacima"** koja potpuno balansira rad svih unutrašnjih organa i cijelo tijelo dovodi u savršenu ravnotežu.

Ritual kuće je **3 minutni ritual** koji je gostima i djelatnicima predstavljen kao pozitivna navika za početak dana, a on je ujedno i dio **selfness koncepta**. Radi se o pomno osmišljenim vježbama koje potiču kruženje vitalne energije koje aktiviraju sve stanice.