

Vážení hosté, milí čtenáři,



říjen k nám přichází v celé své podzimní kráse. Lázeňský park se pomalu halí do zlatavých barev, vzduch je svěží a příroda nás vybízí ke zpomalení. Právě podzim je ideálním obdobím k tomu, abychom se na chvíli zastavili, načerpali novou energii a věnovali pozornost tomu nejcennějšímu, co máme svému zdraví.

V Lázních Darkov však podzim rozhodně neznamená, že se život zpomaluje. Naopak, i v říjnu vás čekají příjemné chvíle a také novinky. Jednou z nich je otevření nového inhalatoria v parku Boženy Němcové, které využívá naši unikátní jodobromovou solanku a přináší další možnost, jak si užít blahodárné účinky našeho přírodního bohatství.

Naši každodenní snahou je vytvářet prostředí, ve kterém se budete cítit dobře nejen po zdravotní, ale i po lidské stránce. Každý váš pokrok, úsměv a spokojený návrat domů je pro nás tou největší odměnou. Děkuji proto také všem našim zaměstnancům, kteří svou odborností, ochotou a osobním přístupem pomáhají naplňovat poslání našich lázní.

Přeji vám, aby byl letošní říjen plný krásných podzimních okamžiků, příjemných setkání, a především úspěšných kroků na cestě k lepšímu zdraví. Užijte si svůj pobyt u nás, dopřejte si čas sami pro sebe a odnesete si z Lázní Darkov nejen novou sílu, ale i krásné vzpomínky.

Pavla Filipi
generální ředitelka

ANKETA

Dejte nám vědět, co by vás nejvíce potěšilo a co byste rádi v našich lázních zažili.

Prosíme vás, abyste svůj názor napsali níže, vystříhli a vhodili jej do anketní schránky. Vaše zpětná vazba je pro nás velmi cenná a pomůže nám dále zlepšovat naše služby.

✂

✂

Od 9. do 30. října 2026 vás zveme na **Zvěřinové hody**, během kterých si můžete vychutnat například zvěřinovou paštiku s brusinkami, dančí výpečky, kančí medailonky na smetanových liškách nebo zvěřinový guláš. V nabídce nebude chybět ani candát na másle.

Přijďte si užít podzimní atmosféru Historických lázní Darkov a dopřát si něco dobrého v krásném prostředí Společenského domu.

A ani v listopadu o gastronomické zážitky nepřijdete těšit se můžete na tradiční svatomartinské menu.



Restaurace Společenský dům

ZVĚŘINOVÉ HODY

Přijďte si vychutnat podzimní speciality v jedinečném prostředí Historických Lázní Darkov.

PŘEDKRM

Zvěřinová paštika s brusinkami 115 Kč

POLÉVKA

Kulajda 85 Kč

HLAVNÍ CHODY

Zvěřinový guláš s uzenou paprikou 240 Kč
špekový knedlík · 200 g

Dančí výpečky 240 Kč
listový špenát a bramborové šišky · 200 g

Kančí medailonky na smetanových liškách 265 Kč
špecle · 200 g

Tagliatelle se zvěřinovým ragú 225 Kč
parmazán

Candát na másle 310 Kč
s restovanou baby karotkou a smetanovou bramborovou kaší · 200 g

PROCEDURA MĚSÍCE ŘÍJEN

Api – balanční medová masáž



Podzimní dny přímo vybízejí k tomu, abychom na chvíli zpomalili a dopřáli si zasloužený odpočinek. Říjnovou procedurou měsíce je proto API balanční medová masáž, která spojuje příjemné teplo, jemnou vůni medu a blahodárné účinky relaxační masáže.

Během masáže se používá BIO medový masážní olej, kdy jemné masážní tahy pomáhají uvolňovat svalové napětí, kůže se stává jemnější a vláčnější. Závěrečnou aplikaci plátu včelího vosku prohrátého solným pakem se umocní pocit relaxace, zmírnění pocitu napětí a zlepšení psychické pohody.

Medová masáž je příjemným spojením péče o pokožku, prohrátí a odpočinku. Nabízí chvíli, kdy můžete zapomenout na každodenní starosti, načerpat novou energii a nechat se hýčkat.

Objednejte se na Centru regenerace

☎ 596 37 3333 • ✉ komerce@darkov.cz

Provozní doba Centra regenerace:

PO, ST, SO: 7.00 – 15.30 (přestávka 11.30 – 12.00)

ÚT, ČT, PÁ: 7.00 – 18.00 (přestávka 11.30 – 12.00)

NE: ZAVŘENO

Taneční večery se přesouvají do kavárny



Od 1. 9. 2026 se naše oblíbené taneční večery přesouvají do Kavárny Rosa, kterou najdete ve 2. patře budovy B.

📅 Každé úterý a neděli od 18:00 do 21:00

Společenský dům – místo pro vaše výjimečné okamžiky



Společenský dům – místo pro vaše výjimečné okamžiky

Plánujete oslavu narozenin, svatbu, rodinné setkání nebo firemní večírek?

Nabízíme příjemné prostředí, profesionální servis a individuální přístup při přípravě vaší akce. Postaráme se o slavnostní menu, občerstvení i hladký průběh celé události, abyste si svůj den mohli naplno užít bez starostí.

Ať už chystáte komorní oslavu nebo větší společenské setkání, rádi pro vás připravíme akci na míru.

Rezervace a informace:

☎ +420 603 299 123

✉ gastro@darkov.cz

🌐 www.laznedarkov.cz/restaurace-spolecensky-dum



Nové inhalatorium v Karviné a Darkovská solanka v hlavní roli

Karviná získává nové místo pro odpočinek a relaxaci. V zámeckém parku Boženy Němcové vzniklo unikátní in-halatorium, které bude využívat naši jodobromovou solanku, přírodní bohatství s více než 150letou tradicí v Lázních Darkov.

Již 2. října 2026 bude v rámci prohlídkového dne zámeckých koníren zahájen zkušební provoz nového inhalatoria. Tento projekt statutárního města Karviné rozšiřuje možnosti využití naší jodobromové solanky a nabízí obyvatelům i návštěvníkům města další příjemné místo k odpočinku.

Jak inhalatorium funguje?

Základem inhalatoria je téměř sedm metrů vysoká dřevěná konstrukce, jejíž stěny jsou vyplněny přibližně 200 metry krychlovými trnkovými větvičkami. Po nich bude pomalu stékat jodobromová so-



lanka z Lázní Darkov. Při průchodu hustou výplní se solanka tříští na drobné kapky, částečně se odpařuje a vytváří specifické mikroklima, které mohou návštěvníci přirozeně vdechnout.

Naše solanka v nové podobě

Jodobromová solanka je již více než 150 let neodmyslitelnou součástí lázeňské léčby v Darkově. Díky vysokému obsahu minerálních látek, zejména jódu, na-

chází své tradiční využití především při léčbě pohybového aparátu.

Nové inhalatorium představuje další způsob, jak toto jedinečné přírodní bohatství využívat. Inhalace jemného solankového aerosolu může příznivě působit na dýchací cestu a pobyt v příjemném prostředí zámeckého parku zároveň nabízí možnost relaxace na čerstvém vzduchu.

Jsm rádi, že právě naše jodobromová solanka bude součástí tohoto nového městského projektu a že její využití přesáhne hranice našich lázní.

Pokud se během října vydáte na procházku do zámeckého parku Boženy Němcové, nespomeňte navštívit také nové inhalatorium. Čeká vás další zajímavé místo, kde se propojuje příroda, relaxace a dlouholetá lázeňská tradice Karviné.

Pět minut s naším fyzioterapeutem

Co můžeme pro své zdraví udělat každý den?

Pohyb je důležitou součástí našeho života. Jak ale správně začít a co dělat, abychom se cítili lépe? Připravili jsme krátký rozhovor s naším fyzioterapeutem, který vám nabídne několik jednoduchých tipů pro každý den.

1. Jaký pohyb byste doporučil každému bez ohledu na věk?

Pravidelnou chůzi. Je přirozená, dostupná téměř každému a pomáhá udržovat klouby i svaly v kondici. Důležité je přizpůsobit délku a tempo procházky svým možnostem.

2. Co můžeme udělat pro své tělo hned po probuzení?

Dopřejte si pár minut na jemné prota-

žení a rozhýbání kloubů. Nemusíte hned intenzivně cvičit. I drobný pohyb pomůže tělu připravit na nový den.



3. Jaké nejčastější chyby při pohybu děláme?

Často přeceňujeme své síly nebo naopak pohyb zanedbáváme. Důležitá je pravidelnost, správné provedení cviků a respektování vlastních možností. Cvičení by nemělo probíhat přes výraznou bolest.

4. Stačí ke zlepšení kondice i krátká každodenní procházka?

Rozhodně je to dobrý začátek. I kratší pravidelné procházky mají smysl. Postupně můžete prodlužovat vzdálenost podle toho, jak se cítíte a co vám dovo-luje váš zdravotní stav.

5. Jakou jednu radu byste dal našim pacientům?

Nečekejte na ideální okamžik, kdy začít s pohybem. Začněte malými krůčky, buďte trpěliví a radujte se z každého pokroku.

JODOBROMOVÉ PRODUKTY

Darkovským přírodním léčivým zdrojem je silně mineralizovaná hypertonická chloridosodná jodobromová minerální voda. Vznikla v období třetihor z přírodní mořské vody, vlivem času více koncentrovaně a obohaceně o prvky dávné mořské fauny a flóry.

Naše jodobromová solanka neboli „darkovské zlato“ je léčebným bohatstvím Lázní Darkov. Koncentrace jodu je vyšší než v přímořských oblastech.

Její příznivé léčivé účinky působí blahodárně na cévní systém, napomáhají při léčbě pohybového a nervového ústrojí a také při léčbě nemocí gynekologických a kožních.

Produkty z jodobromové solanky je možné zakoupit na recepci nebo objednat na eshop.laznedarkov.cz.



Sledujte nás na webu a sociálních sítích



www.facebook.com/laznedarkov



www.facebook.com/groups/laznedarkovskupina



www.instagram.com/laznedarkov.cz



www.laznedarkov.cz



eshop.laznedarkov.cz



Vstupte do světa, kde se luxusní péče o pleť spojuje s nezapomenutelným zážitkem plným relaxace.



Rehabilitační sanatorium, budova A, přízemí (za turnikety doprava)

Otevírací

Po, st: 10 – 19 hod. · Út, čt, pá: 9 – 17 hod.

Kontakty:

+420 731 346 986 · ka2@rbspa.cz

www.rbspa.cz

REZERVACE



Spojte se s námi kdykoliv – teď i přes WhatsApp!

Máte otázku k pobytu, chcete si ověřit proceduru nebo jen rychle něco zjistit? Jsme tu pro vás – nově i na WhatsAppu, a to 24 hodin denně, 7 dní v týdnu. Napište nám kdykoliv, klidně z lehátka nebo z procházky parkem. Komunikace s námi teď bude ještě snazší a pohodlnější – přesně tak, jak si zasloužíte.

+420 604 367 323

Poslechněte si náš podcast „Jsme Darkov“



„Jak se zorientovat v komplexní a příspěvkové péči?“

www.laznedarkov.cz/#podcast-block

KULTURA V KARVINÉ

Kompletní program kulturních, sportovních a jiných akcí ve městě Karviná najdete na:

www.karvinainfo.cz

