

Občianske združenie **LEVÁDA**

*„Ked' sa ľudia spoja pre dobrú vec,
vznikne priestor, ktorý má dušu.“*

OZ LEVÁDA

spájame staré s novým



Obsah

1. Úvodné predstavenie.....	2
1.1. Myšlienka vzniku.....	2
1.2. Ako postupujeme.....	2
2. Vízia OZ Leváda.....	3
3. Ponúkaný priestor.....	3
3.1. Hlinené domčeky – Prepojenie starého s novým.....	3
3.2. Čo si berú z tradície.....	3
3.3. Čo si berú z moderných technológií.....	4
3.4. Čo je výsledkom.....	4
3.5. Prečo prepojenie starého s novým dáva zmysel.....	4
3.6 Zážitok pre človeka.....	4
4. Možnosti zotrvania v Leváde.....	5
4.1 Návrat k vnútornému pokoju (1 noc / 2 dni, alebo podľa individuálnej požiadavky).....	5
4.2 Návrat do krajiny (2 noci / 3 dni, alebo podľa individuálnej požiadavky).....	5
5. Čo prinášajú pobyty v Leváde.....	7
6. Príchod do priestoru Levády.....	7
7. Počet účastníkov a rezervácia.....	7

1. Úvodné predstavenie

OZ LEVÁDA vzniklo aby ponúklo miesto na spomalenie, uvoľnenie a návrat k vnútornému pokoji. Nie je to hotel, rezort ani atrakcia, je to živý priestor v krajine, kde sa stretáva:

- človek s človekom,
- človek s prírodou,
- človek sám so sebou,

Predstavuje to pobyt v pokoji prírody a jednoduchosti, ktorý prepája moderné s tradíciou. Zároveň je to miesto pre vnútorné stíšenie a osvojenie si praktických a sociálnych zručností.

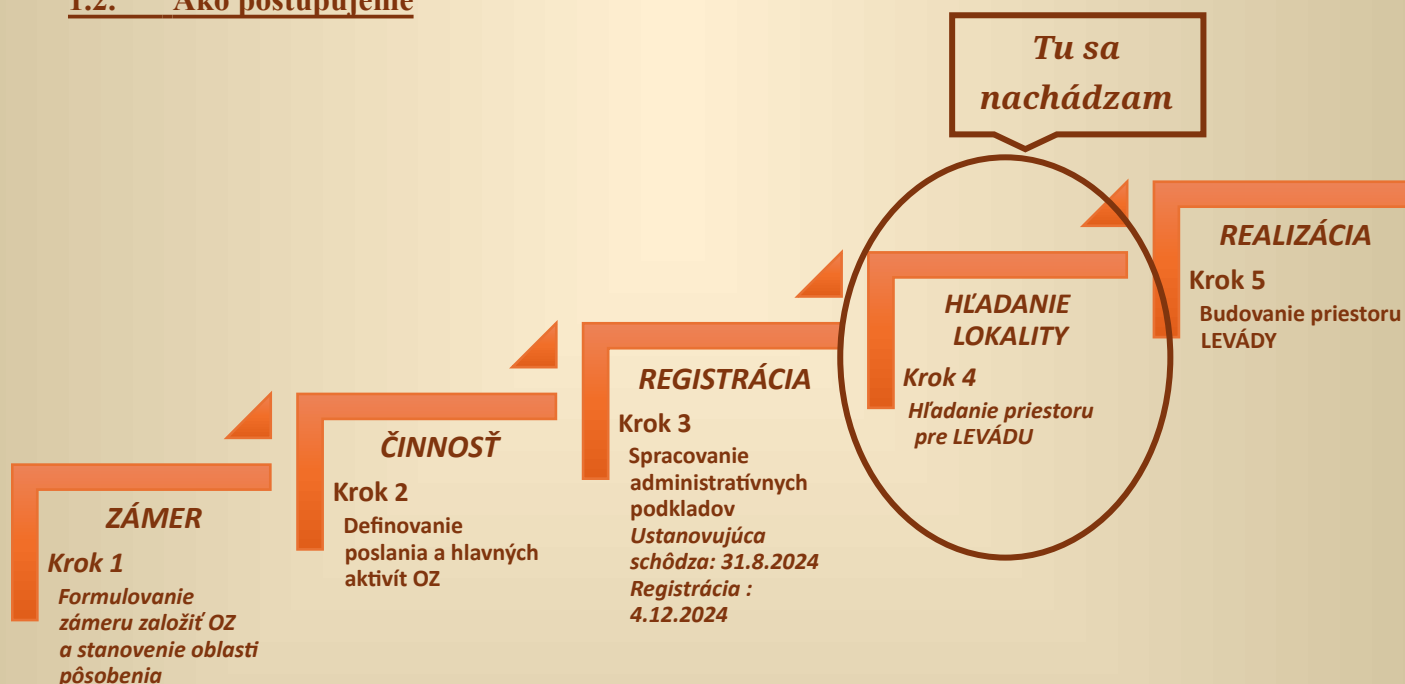
1.1. Myšlienka vzniku

Najskôr prišla potreba vytvoriť miesto, kde môže človek spomaliť, nadýchnuť sa a nájsť pokoj v prostredí, ktoré nevyrušuje. Začali sme premýšľať nad tým, čo má LEVÁDA prinášať. Nie ako projekt, ale ako zámer. Nie ako služba, ale ako priestor. Formulovali sme predstavu priestoru, ktorý spája jednoduché hlinené stavby s modernými ekologickými riešeniami, tradičné postupy a prírodu. Chceli sme, aby LEVÁDA bola miestom, ktoré nebude slúžiť iba na ubytovanie, ale miestom, ktoré má dušu.

Aby však mohla vzniknúť, bolo potrebné všetko najskôr ukotviť právne a organizačne. Preto sme pripravili stanovy, definovali aktivity, upravili hodnotový rámec a absolvovali celý proces registrácie na Ministerstve vnútra SR. LEVÁDA tak získala oficiálnu formu.

Dnes stojíme v ďalšej dôležitej fáze, kde hľadáme vhodný priestor, ktorý sa stane domovom pre LEVÁDU. Priestor, ktorý bude v súlade s našou víziou, pokojný, dostupný, ekologický a prirodzene spätý s krajinou.

1.2. Ako postupujeme



2. Vízia OZ Leváda

Vytvárať priestor, ktorý človeka nezahltí vonkajšími vplyvmi modernej doby, ale naopak ho podrží svojou prirodzenosťou, jednoduchosťou, pokojom a umožní mu nevzdávať sa od skutočných hodnôt a vrátiť sa späť do svojho vnútra.

Poslanie

- podporovať život v súlade s prírodou a s prepojením na modernú spoločnosť,
- rozvíjať prírodné a tradičné stavitelstvo,
- prinášať pobytové programy, ktoré vedú k stíšeniu, získaniu vnútorného pokoja v prírode a nadobudnutiu nových zručností,
- zameriavať sa na podporu rodinnej stability, zvládanie krízových situácií a posilňovanie duševného aj fyzického zdravia,
- uchovávať a prepájať remeselné zručnosti starých majstrov s modernými postupmi,
- ukázať príklad, že menej môže znamenať viac – viac bytia, nie výkonu,
- naučiť sa vnímať prepojenie mysle a tela,
- vytvárať hodnotné aktivity v súlade s cieľmi a hodnotami OZ Leváda,

3. Ponúkaný priestor

3.1. Hlinené domčeky – Prepojenie starého s novým

Hlinené domčeky v LEVÁDE nie sú návratom do minulosti. Sú mostom medzi tradíciou a súčasnosťou, medzi tým, čo je časom overené a tým, čo dnes človek potrebuje pre zdravý, prirodzený a stabilný životný štýl.

Domčeky vychádzajú z tradičných techník stavby z hliny, slamy a dreva, ale využívajú aj moderné postupy, ktoré sú v súlade s cieľom OZ:

- ekologické
- udržateľné
- nízkoenergetické
- prírodné, ale bezpečné
- tradičné, ale nadčasové

„Nie je to „retro“ ani návrat do starých čias. Je to premostenie toho, čo fungovalo kedysi, s tým, čo funguje dnes a tým čo prinášajú nové technológie.“

3.2. Čo si berú z tradície

- hlinenú omietku, ktorá dýcha a pracuje s vlhkosťou,
- drevo ako nosný a prirodzený materiál,
- správne orientovanie stavby podľa slnka, tieňa a vetra,
- kontaktný vzťah človeka s prírodnými materiálmi,
- rytmus stavby, ktorá sa tvorí rukami a trpezlivosťou,
- jednoduchosť a pokoj, ktorý tieto stavby prirodzene nesú.

3.3. Čo si berú z moderných technológií

Nie všetko, čo je nové, je zlé a nie všetko, čo je staré, je automaticky dobré. V LEVÁDE preto vzniká živá symbióza.

Ako moderné technológie slúžia stavbám:

- moderné metódy merania vlhkosti a priedušnosti,
- ekologické oleje a nátery, ktoré sú zdravotne bezpečné,
- prírodné izolácie s vysokou účinnosťou,
- moderné hlinené zmesi s lepšou stabilitou,
- detailné prepracovanie strešnej konštrukcie,
- zabezpečenie zdravej mikroklímy bez chémie,
- riešenia, ktoré predlžujú životnosť bez toho, aby narušili prirodzenosť,
- energetická nezávislosť ponúkaného priestoru.

3.4. Čo je výsledkom

Výsledkom je domček, ktorý dýcha ako tradičný dom, ale stojí pevne a spoľahlivo ako moderné stavby. Spája v sebe remeselnú mäkkosť minulosti s presnosťou súčasných poznatkov a technológií, ktoré podporujú jeho prirodzenosť, odolnosť aj zdravú vnútornú atmosféru.

3.5. Prečo prepojenie starého s novým dáva zmysel

- Staré techniky nesú múdrosť generácií.
- Nové technológie nesú precíznosť, bezpečnosť a trvácnosť.

Keď sa spoja, vznikne:

- domček, ktorý má **dušu**,
- priestor, ktorý má **harmóniu**,
- konštrukcia, ktorá má **trvácnosť**,
- atmosféra, ktorá má **prirodzenosť**.

„Tak ako LEVÁDA spája človeka s krajinou, domčeky spájajú tradíciu s moderným svetom.“

3.6 Zážitok pre človeka

V domčeku človek nezažíva nostalgický návrat do minulosti ale naopak zažíva:

- **moderný komfort**, ktorý nie je agresívny,
- **prírodnú mäkkosť**, ktorá ho drží,
- **teplotnú stabilitu**, ktorá ho upokojuje,
- **pocit jednoduchosti**, ktorý nenúti k výkonu,
- **čistý vzduch**, ktorý neruší, ale uzdravuje,

Domček je moderný v prístupe, ktorý podporuje prirodzenosť, nie technickú efektnosť. Zároveň zostáva tradičný v použitých materiáloch, ktoré sú overené časom. Ide o snahu harmonicky prepojiť svet moderného s tradičným.

„Domčeky v LEVÁDE nesú múdrosť tradície a jemnosť moderného sveta. Dýchajú ako príroda a držia ako objatie.“

4. Možnosti zotrvania v Leváde

4.1 Návrat k vnútornému pokoju (1 noc / 2 dni, alebo podľa individuálnej požiadavky)

➤ Krédo pobytu: „Nie kam ísť, ale kam sa vrátiť“

Krátky pobyt, ktorý umožní človeku opustiť ruch bežných dní modernej doby a naštartovať objavovanie vnútornej rovnováhy.

Vhodné pre:

- unavených, preťažených,
- ľudí, ktorí cítia, že sa potrebujú zastaviť a zamyslieť,
- tých, ktorí potrebujú krátky, ale hlboký nádech.

Benefity:

- vnútorné stíšenie,
- uvoľnenie napätia pokojnom prostredia,
- pocit, že „aj málo stačí“.

Mikro-zážitky:

- ranná chôdza v prírode,
- tiché posedenie pri vode,
- pokojný večer pri sviečkach bez nutnosti rozprávať,
- vnímanie hodnôt prostredníctvom vlastných jednoduchých činností,

Účastníci môžu podporiť činnosť OZ Leváda dobrovoľným príspevkom v odporúčanej výške 100 € – 150 €

4.2 Návrat do krajiny (2 noci / 3 dni, alebo podľa individuálnej požiadavky)

➤ Krédo pobytu: „Ked' sa ruka dotkne zeme“

Pobyt, kde človek nachádza pokoj v prírode a zároveň môže tvoriť či pracovať s materiálmi, ktoré krajina prirodzene ponúka. Pričom všetko plynie v prirodzenom rytme bez časového stresu.

Vhodné pre:

- ľudí, ktorí chcú okrem oddychu aj tvoriť,
- tých, ktorí potrebujú „vyvetrať hlavu cez ruky“,

Benefity:

- upokojenie cez prácu rúk,
- práca ako terapia (ponuka rôznych činností)
- kontakt s materiálom (hlina, drevo, zem)
- objavenie vlastných zručností,

Mikro-zážitky:

- tvorenie konkrétneho diela, ktoré ostáva v priestore,
- príprava tradičného jedla rôznymi spôsobmi,
- večerné posedenie pri ohni,
- zážitkové vnímanie prírody,
- priestor na zdieľanie aj ticho, každý si zvolí, čo mu je prirodzené,

Účastníci môžu podporiť činnosť OZ Leváda dobrovoľným príspevkom v odporúčanej výške 150 € – 200 €

4.3. Návrat k jednoduchosti (4 – 7 dní, alebo podľa individuálnej požiadavky)

➤ Krédo pobytu: „Návrat k tomu, čo je skutočné.“

Dlhší, hlbší pobyt pre tých, ktorí už cítia, že potrebujú skutočnú zmenu tempa.

Vhodné pre:

- ľudí v životnej zmene (vyhorenie, rozchod, strata, prechod),
- tých, ktorí chcú prežiť niečo viac než spoločnú „dovolenku“,
- ľudí, ktorí túžia žiť jednoduchšie, ale nevedia, kde začať.

Benefity:

- postupná transformácia vnútorného prežívania,
- návrat k prirodzeným rytmom (svetlo-tma, deň-noc),
- prehĺbenie vzťahu k sebe a prírode,
- posilnenie sebaúcty a schopnosti počúvať sa.

Mikro-zážitky:

- dni bez tlaku na „program“,
- chvíle v tichu bez mobilu,
- pobyt pri potoku, pri ohni, v prírode,
- zažívanie obyčajného dňa novým spôsobom.

Účastníci môžu podporiť činnosť OZ Leváda dobrovoľným príspevkom v odporúčanej výške 260 € – 420 €

Všetky pobyty sú určené pre jednotlivcov, rodiny, partnerov alebo skupiny.

(OZ Leváda organizuje pobyt ako súčasť svojej činnosti v súlade so stanovami združenia. Účastníci môžu podporiť činnosť OZ Leváda dobrovoľným finančným príspevkom v odporúčanej výške. Uvedená suma predstavuje odporúčaný dobrovoľný príspevok na podporu činnosti OZ Leváda. Nejde o cenu služby ani o povinný poplatok. Poskytnutie príspevku a jeho výška sú na rozhodnutí účastníka.)

5. Čo prinášajú pobyty v Leváde

Pobyty sú založené na:

- **tichu a pokoji v prírode**
- **krajine ktorá upokojuje**
- **tvorivom priestore**

Priestor Levády má za cieľ vytvárať atmosféru, ktorá podporuje:

- **ticho ako možnosť, nie povinnosť,**
- **aktivitu ako pozvanie, nie výkon,**
- **jednoduchý rytmus dňa,**
- **prezentuje krajinu ako partnera,**
- **utvára a obnovuje rodinné a partnerské vzťahy,**
- **rešpektuje individuálnosť jednotlivca,**

5.1 Rytmus pobytu

Pri pobyte v Leváde nie je nutné niečo plniť alebo stihnúť vykonať, dokončiť v stanovenom limite. Pobyt nie je úloha ani výkon.

- **každá aktivita je pozvánka, nie povinnosť,**
- **človek môže tvoriť, môže odpočívať, môže byť v tichu,**
- **tempo neurčuje program, ale prítomnosť a vnútorné nastavenie účastníka.**

Čas nevytvára tlak, ale rytmus, ktorý nesie deň prirodzene ďalej. Nie je to program, ale prirodzený tok dňa, ktorý môže obsahovať rôzne aktivity pre osobnostný aj duchovný rozvoj účastníkov. Rytmus pobytu si každý účastník určuje sám podľa svojich potrieb.

6. Príchod do priestoru Levády

Príchod do Levády nie je „check-in“. Je to zmena rytmu z vonkajšieho do vnútorného. Účastník sa nestáva klientom ale hosťom krajiny. Ubytovanie nie je ponuka komfortu, ale útulnosti.

7. Počet účastníkov a rezervácia

Počet účastníkov sa rieši vždy individuálne podľa typu pobytu a individuálnych potrieb a aktuálnych možností Levády. Nevytvárame pevné limity. Všetky pobyty sú určené pre jednotlivcov, rodiny, partnerov alebo skupiny.

7.1. Rezervačný postup

- **Záujem**
ozvite sa nám, že máte záujem prísť,
- **Krátka registrácia**
nie formálny dotazník, len základné potvrdenie informácií potrebných pre potvrdenie pobytu,
- **Potvrdenie termínu**
termín potvrdzujeme podľa aktuálnej dostupnosti,

Môžete sa tešiť na stretnutia v priestore, ktorý Vám ukáže nové možnosti a ktorý vo Vás ostáva aj keď odídete.