**SPA**

****

Η υγεία ενός ατόμου εξασφαλίζεται από την πλήρη φυσική και πνευματική του ευημερία, η οποία επιτυγχάνεται μ’ έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Στόχος κάθε ατόμου είναι η διατήρηση της υγείας, της αναζωογόνησης και της ευεξίας του, οι οποίες μπορούν να επιτευχθούν με τη χρήση του νερού, ιαματικού ή θαλάσσιου, γνωστή ως υδροθεραπεία.

 Ο όρος **spa** αφορά θεραπείες με τη χρήση νερού, ιαματικού ή θαλασσινού, οι οποίες προσφέρονται σε ειδικά κέντρα. Τα spa συγκεντρώνουν τις καλύτερες θεραπείες από όλο τον κόσμο και είναι δυνατόν να χρησιμοποιηθούν καθημερινά για μια πιο ολοκληρωμένη και ισορροπημένη ζωή, καθώς και επαναφορά του σώματος και του πνεύματος σε άριστη κατάσταση.

Ο ρόλος των spa

Οι τουριστικές υπηρεσίες, οι οποίες σχετίζονται με την υγεία, το περιβάλλον, τη διατροφή και την άθληση παρουσιάζουν ολοένα και μεγαλύτερη ζήτηση σε συνδυασμό με προγράμματα θεραπείας και αναζωογόνησης.

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής χαρακτηρίζεται από την αποκοπή του ανθρώπου από τη φύση, τη μόλυνση του περιβάλλοντος και τους έντονους ρυθμούς της καθημερινότητας. Άμεση συνέπεια των παραπάνω είναι η κακή ποιότητα ζωής του ατόμου, με κύρια στοιχεία την έλλειψη ελεύθερου χρόνου, την απομόνωση, το άγχος και την εμφάνιση πολλών άλλων ψυχικών και σωματικών παθήσεων. Τα σύγχρονα spa προσαρμοσμένα στη σημερινή εποχή έχουν ως στόχο να εξαλείψουν τη νοσηρή αυτή κατάσταση και να βοηθήσουν τον άνθρωπο να βρει ξανά την ισορροπία του..

Κατηγορίες SPA

Στις μέρες μας έχουν ήδη δημιουργηθεί αρκετά ξενοδοχεία και λοιπές εγκαταστάσεις σε όλη την Ελλάδα, οι οποίες διαθέτουν σύγχρονα κέντρα θαλασσοθεραπείας και SPA με άριστο εξοπλισμό και ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό. Έχουν διαμορφωθεί διαφόρων ειδών SPA, ανάλογα με τις εξειδικευμένες υπηρεσίες που παρέχουν, τα οποία κατηγοριοποιούνται ως εξής:

* SPA σε Θέρετρο ή ξενοδοχείο (Resort SPA)
* SPA Ιαματικών Πηγών και Κέντρα Θαλασσοθεραπείας,
* Ημερήσια SPA (Day SPA),
* Κλαμπ SPA (Club SPA),
* SPA σε Κρουαζιερόπλοιο (Cruise SPA)
* Ολιστικά SPA (Holistic SPA),
* SPA Περιπέτειας (Adventure SPA),
* Ιατρικά SPA (Medical SPA)
* SPA Τρίτης Ηλικίας
* SPA Δόμησης (Structured SPA),
* Ιδιωτικά SPA (Exclusive/ VIP SPA),
* Οικολογικά SPA (Eco SPA ή Green SPA).

SPA σε θέρετρο ή ξενοδοχείο

 Ανήκει και στεγάζεται σε θέρετρα ή ξενοδοχειακές μονάδες και συνήθως το επισκέπτονται όσοι διαμένουν σε αυτές. Ωστόσο υπάρχει δυνατότητα παροχής των υπηρεσιών του σε οποιοσδήποτε άτομο το επιθυμεί. Παρέχει επαγγελματικά οργανωμένες υπηρεσίες spa και εξαρτήματα εκγύμνασης και ευεξίας. Οι υπηρεσίες είναι υψηλής ποιότητας και συχνά εντάσσονται και σε τουριστικά πακέτα.

SPA ιαματικών πηγών και κέντρα θαλασσοθεραπείας

Προσφέρουν πρόσβαση σε πηγή φυσικού μεταλλικού, ιαματικού ή θαλασσινού νερού και καθώς λειτουργούν σε περιοχή με ιαματικές πηγές χρησιμοποιούν το ιαματικό τους νερό ως βάση για διάφορες θεραπείες (υδροθεραπεία, λουτροθεραπεία, πηλοθεραπεία). Ασχολούνται κυρίως με ήπιες μορφές ρευματοπαθειών, μετατραυματικές κακώσεις, κακώσεις του μυοσκελετικού συστήματος, σύνδρομα, δερματοπάθειες, φλεγμονές των γυναικείων γεννητικών οργάνων κ.α.

Ημερήσιο SPA (Day SPA)

Βρίσκεται συνήθως στο κέντρο κάποιας πόλης και προσφέρει ποικιλία από επαγγελματικά οργανωμένες υπηρεσίες spa στους επισκέπτες του σε καθημερινή βάση. Ουσιαστικά αποτελεί ένα σύγχρονο εργαστήριο αισθητικής, το οποίο προσφέρει εκτός από τις κλασικές υπηρεσίες αισθητικής, υδροθεραπείες και θεραπείες με εφαρμογή προϊόντων, όπως φύκια, λάσπες, ιαματικό νερό, θαλασσινό νερό, αιθέρια έλαια και άλλα

Κλάμπ SPA (Club SPA)

 Αποτελεί τη σύγχρονη εξέλιξη των κέντρων άθλησης με πρωταρχικό σκοπό τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης σε ημερήσια βάση, με μια ποικιλία από επαγγελματικά οργανωμένες υπηρεσίες spa.

SPA σε κρουαζιερόπλοιο (Cruise SPA)

Βρίσκεται σε πολυτελή κρουαζιερόπλοια και προσφέρει επαγγελματικά οργανωμένες υπηρεσίες spa, περιποιήσεις προσώπου και σώματος, γυμναστήριο και κέντρο ευεξίας, καθώς και προγράμματα υγιεινής διατροφής με επιλογές μενού από την κουζίνα του spa

Ολιστικά SPA (Holistic SPA)

Το ολιστικό SPA δίνει έμφαση στις εναλλακτικές θεραπευτικές, τη χορτοφαγία και τη μακροβιοτική διατροφή.

Ιατρικό SPA (Medical SPA)

 Το ιατρικό SΡΑ αφορά ιατρική φροντίδα και ιατρική αποκατάσταση και διαθέτει εξειδικευμένο προσωπικό, αλλά και ιατρικό εξοπλισμό για την αποκατάσταση ή τη θεραπεία διάφορων παθήσεων. Είναι απαραίτητη μονάδα κέντρων Φυσικής Ιατρικής Αποκατάστασης και λειτουργεί υπό τη συνεχή και πλήρη εποπτεία ενός εξουσιοδοτημένου επαγγελματία υγείας, του οποίου πρωταρχικός σκοπός είναι να παράσχει πλήρη ιατρική φροντίδα και ευεξία σε ένα περιβάλλον, το οποίο ενσωματώνει υπηρεσίες spa, καθώς και παραδοσιακές και εναλλακτικές θεραπείες και αγωγές. Τα ιατρικά Spa ασχολούνται με σοβαρές μορφές ρευματοπαθειών, με ημιπληγίες, παραπληγίες, κ.α.. Η λειτουργία του μπορεί να περιλαμβάνει και διαδικασίες και υπηρεσίες πρόληψης και ευεξίας

SPA Τρίτης ηλικίας

 Σε αυτό πραγματοποιούνται φυσικές δραστηριότητες σε συνδυασμό με διατροφικά προγράμματα και θεραπείες αντιγήρανσης και αναζωογόνησης.

SPA δόμησης (Structure SPA)

Λειτουργεί με πολύ αυστηρούς κανονισμούς και στοχεύει σε προκαθορισμένους στόχους π.χ. διακοπή καπνίσματος, απώλεια βάρους κ.α.

Ιδιωτικό SPA (Exclusive/Vipxclusive SPA)

Απευθύνεται σε πολύ συγκεκριμένο κοινό και είναι προσβάσιμο αποκλειστικά από θάλασσα ή από αέρα.

Οικολογικά SPA (Eco SPA ή Green SPA)

Είναι μια νέα κατηγορία χώρων ευζωίας, η οποία βασίζεται στις αρχές προστασίας του περιβάλλοντος. Δεν χρησιμοποιούνται χημικά, τα προϊόντα τους είναι φιλικά προς το περιβάλλον (πολλά από αυτά οργανικά) και γενικά ακολουθούν τις οδηγίες της οργάνωσης «the Green SPA network» στην οποία ανήκουν.

