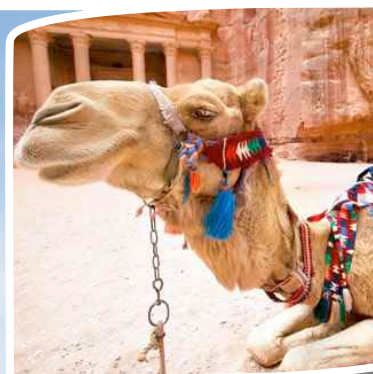




## De Dode Zee - Een schatkamer vol geneeskrachtige middelen

Zoutpeeling, modderwraps en ontspannen zonnebaden. Voel de geneeskrachtige werking van de beste ingrediënten uit de zee op uw blote huid en laat uw ziel balsemen.



# SpaDreams Brochure Dode Zee



De Dode Zee is een meer zonder afvloeiing, dat door de rivier de Jordaan gevoed wordt. Het waarschijnlijk bekendste meer van het Nabije Oosten ligt in het grensgebied tussen Israël en Jordanië en ligt meer dan 400 m onder de zeespiegel. Dit bijna 810 km<sup>2</sup> grote wellnessparadijs betovert met geneeskrachtig zout en mineraalhoudende modder en veroorzaakt een gevoel van absolute innerlijke rust. Het om zijn geneeskracht bekende meer is de rijkste bron van natuurlijk zout in de wereld. Dit magische oord met de buitengewone combinatie van zuurstofhoudende lucht, therapeutische UVB zonnestrallen en het mineraalhoudende zout nodigt al meer dan 2000 jaar tot ontspannen en welzijn uit.

## Inhoudsopgave

|                                                 |   |
|-------------------------------------------------|---|
| Het ontstaan van de Dode Zee                    | 2 |
| De magische geneeskracht van de Dode Zee        | 3 |
| Baden in de Dode Zee                            |   |
| Zoutpeeling en modder                           |   |
| Zonnebaden                                      |   |
| Het klimaat aan de Dode Zee                     |   |
| Het Duits Medisch Centrum                       |   |
| Adembenemende cultuur met een unieke flair      | 5 |
| De meest waardevolle schat van Jordanië - Petra |   |
| Madaba - De Mozaïekstad                         |   |
| De typisch Arabische keuken                     |   |
| Wetenswaardigheden voor uw reis                 | 6 |
| Algemene informatie en reisvoorwaarden          |   |
| Veiligheid                                      |   |
| Fotografie                                      |   |
| Talen                                           |   |
| Valuta                                          |   |



# Het ontstaan



## Het ontstaan van de Dode Zee

Zo'n 1,5 miljoen jaar geleden was de omgeving rondom de Dode Zee nog volledig door een oceaan bedekt. Als gevolg van een aardbeving werd de Jordaanvallei gevormd en ontstonden meren in de lager gelegen gebieden. Door de sterke zonnestraling en het extreem droge klimaat verdamppt het grootste deel van het aangevoerde water waardoor zout en mineralen achterblijven en het laagst gelegen meer, meer dan 400 m onder de zeespiegel, ontstond: de Dode Zee.

## De magische geneeskracht van de Dode Zee

Het hoge zoutgehalte van de Dode Zee en het daarmee verbonden gevoel te zweven op het wateroppervlak, oefent een grote aantrekkingskracht op ons uit. Deze onvergetelijk ontspannende ervaring betovert wellnessliefhebbers en geeft een gevoel van gewichtsloosheid. Talrijke klachten worden hier, waar lichaam en ziel opleven, behandeld. De geconcentreerde mineralen in het water ondersteunen de genezing van huidaandoeningen, luchtwegen, bloedsomloop, hoge bloeddruk en nog veel meer.

De antibacteriële werking van de aanwezige modder dient ter behandeling van reumatische en artritische klachten en verleent de huid een frisse glans omdat het een effectief anti agingcomplex bevat. Bromiden, kalium, calcium en magnesium zijn mineralen die u helpen een mooie huid en een gevoel van welzijn te verkrijgen.

Bromiden hebben een rustgevende werking op de huid en ontspannen de spieren. Kalium reguleert het watergehalte, werkt ontstekingsremmend, is verantwoordelijk voor het bestrijden van infecties en sterkt het afweersysteem. Calcium helpt de poriën te reinigen en werkt anti-allergisch, rustgevend en jeukstillend. Magnesium beschermt het vochtgehalte van de huid en heeft een positieve werking op luchtwegen en allergieën.

De merkbare, en tevens wetenschappelijke bewezen, genezing van verschillende aandoeningen heeft een langdurig effect. Dankzij de gezonde lucht met een hoog zuurstofgehalte kunnen klachten van oververmoeidheid en migraine uitstekend behandeld worden. De gezondheidsbevorderende synergie van water, modder, lucht en een gematigde blootstelling aan de zon nodigt u uit voor een kuur voor lichaam en ziel.



# De magische geneeskracht



## Baden in de Dode Zee

Laat u zich door de zonnestralen omarmen terwijl u onbewust genezen wordt. De door de hitte verdunde en in de lucht opgeloste stoffen bevrijden de luchtwegen en hebben een bijzonder positief effect op astmapatiënten. Deze natuurlijke zout-inhalatie werkt slijmoplossend en ontstekingsremmend. Daarnaast verdraagt de huid een zoutbad wezenlijk beter dan een gewoon bad met water, daar dit mineraalstoffen aan de huid onttrekt.

## Zoutpeeling

De combinatie van zoutkristallen en olie geeft de vermoeide huid een fris aanzien terwijl dode huidcellen voorzichtig losraken en afvallen, in het bijzonder bij knieën en ellebogen. De natuurlijke substanties uit de Dode Zee kunnen als zoutpeeling gebruikt worden teneinde poriën te reinigen en eeltvorming tegen te gaan, maar ook als haarverzorging tegen roos. Niets is zo heerlijk als de tijd te nemen om volledig te ontspannen en uw huid met een peeling te verwennen. U keert terug met een stralende huid.

## De modder

Het diepste punt op de aarde oefent, dankzij haar unieke karakter, een diepgaande fascinatie uit. Op de zeebodem bevindt zich het geneeskrachtige tovermiddel dat in elke kuur in de vorm van modderpakkingen wordt gebruikt. De mineraalhoudende afzettingen van het zwarte slib worden over het lichaam verdeeld en zorgen voor een actieve verzorging voor uw lichaam. Een absoluut talent: de werking is anti allergisch, de huidveroudering wordt vertraagd, de bloedcirculatie verbetert en de huidvochtigheid reguleert.

## Klimaat

Het unieke klimaat rondom de Dode Zee wordt door de bijzondere woestijnligging bepaald. In de zomer komen temperaturen tussen 34-51 °C voor en in de winter komen milde temperaturen tussen 14 - 17 °C voor.

## Zonnebaden

De Dode Zee biedt alles voor de gezonde schoonheid. Zelfs zonnebaden is dankzij de ligging van de Dode Zee niet schadelijk. Op grond van de hoge temperaturen en de hoge verdamping ligt een waas over het meer dat de schadelijke UVB-stralen filtert.



Zara SPA in Mövenpick Dead Sea

# Medische centra Dode Zee

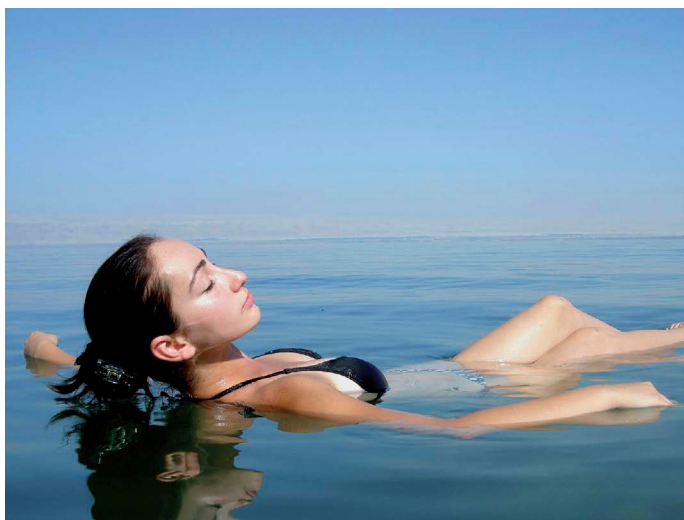


## Het Duits Medisch Centrum in Israël

De kliniek van het Duits Medisch Centrum (DMZ) in Israël is gespecialiseerd in effectieve therapieën ten behoeve van aandoeningen aan de huid, de luchtwegen en bij reuma. Het kuuroord Ein Bokek ligt aan het zuidelijk deel van de Dode Zee en biedt naast openbare stranden ook een natuurlijk solarium en twee winkelcentra met restaurants en cafés. Het medisch centrum bevindt zich in het hotel Lot in Ein Bokek en is erkend als klinische revalidatie faciliteit. U kunt zich hier zonder zorgen door Engels en Duits sprekende artsen en specialisten op het gebied van dermatologie, reumatologie en pneumologie laten behandelen. Ook een maatschappelijk werkster en zorgvuldig opgeleide verpleegsters zijn uitsluitend met het welzijn van de gasten bezig. Een klimaattherapie in het DMZ bestaat uit een individueel, door een arts opgesteld, behandelprogramma. Het verloop van een dag bestaat uit zonnebaden, een openthoud in de schaduw en baden in de Dode Zee met als aanvulling de door de specialist voorgeschreven zalven. De therapie wordt ondersteunt door massages, zwavelbaden en modderwraps door de individuele kuurafdelingen van het hotel. Om de voortgang van de behandeling te controleren vinden medische controles en uiteindelijk een slotonderzoek plaats.

## Medische Centra in Jordanië

In Jordanië bieden twee medische centra kwalitatief hoogwaardige therapieën aan. Het Dead Medical Center is in het Dead Sea Spa Hotel in Sweimeh geïntegreerd. De directeur van dit centrum is een dermatoloog met veel ervaring op het gebied van klimaattherapie bij huidaandoeningen. Ook in het ZARA Medical Center in het Mövenpick Resort, draait alles om wellness, beauty en ontspanning. Het ZARA Medical Center werd als eerste onderneming in Jordanië onderscheiden met een „Green Globe“ certificering, de toonaangevende award voor duurzaamheidsprestaties.



# Jordanië – De adembenemende cultuur met een unieke flair

Jordanië inspireert met haar fascinerende schoonheid en opwindende contrasten. Zowel architectonisch, landschapelijk als cultureel garandeert het 89.000 m<sup>2</sup> grote land een afwisselend verblijf. Naast unieke bezienswaardigheden, zoals de woestijn met haar bijbelse en historische plaatsen en indrukwekkende woestijnkastelen wachten natuurreservaten en, niet te vergeten, de typisch Arabische keuken op u. Informeer naar de SpaDreams hotels en plan uw excursies rechtstreeks bij de hotelreceptie.

## De meest waardevolle schat van Jordanië - Petra

Eén van de grootste en meest indrukwekkende bezienswaardigheden is de 2000 jaar oude hoofdstad van de Nabateeërs, Petra. Deze roserode Jordaanse stad, gedeeltelijk uit de rotsen gehakt, kan niet anders dan imponeren met haar monumentale architectuur. Petra was in haar bloeitijd een knooppunt voor verschillende handelsroutes. Rond het begin van de jaartelling woonden in Petra naar schatting 25.000 mensen. De Zwitser Jean-Louis Burckhardt herontdekte Petra in 1812 voor de Westerse wereld. De stad werd in 1985 opgenomen in de UNESCO Wereldcultuurerfgoed lijst en werd in 2007 tot één van zeven nieuwe wereldwonderen verkozen. De stad trekt niet alleen archeologen maar ook cultuurliefhebbers uit de hele wereld aan. Neemt u voldoende tijd om deze fascinerende stad te verkennen en vergeet vooral niet uw comfortabele schoenen en een fles water.

## Madaba – De Mozaïekstad

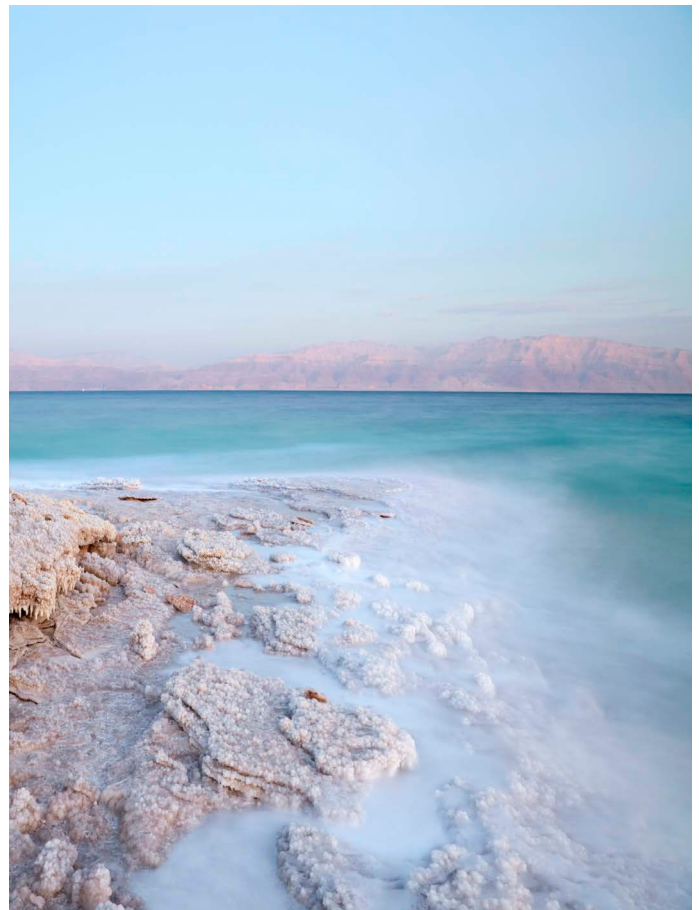
Verbindt uw genezende verblijf in dit door bijbelse plagen geteisterde land met een bezoek aan een religieuze opgraving. Zo kunt u de christelijke mozaïekstad Madaba bewonderen met, in de Grieks-orthodoxe kerk St. George, een uit de 16e eeuw stammende landkaart van mozaïek die Jeruzalem en het Heilige Land toont. Van de mozaïekstad kunt u te voet, met de bus of met een taxi naar de op 4 km afstand liggende berg Nebo vanwaar Mozes het beloofde land Kanaän voor het eerst zag. Eén van de meest invloedrijke vondsten in de bijbelse archeologie is de doopplaats van Jezus in Betanië, ca. 10 km ten noorden van de Dode Zee op de oostelijke oever van de rivier de Jordaan. U vindt in Israël de bijbelse steden Bethlehem, Jericho en Jeruzalem, die niet mogen ontbreken op uw route. Hier vindt u geschiedenis van 5000 jaar voor Christus, wat zeker een bezoek waard is.

## De typisch Arabische keuken

De Arabische keuken belooft een gemoedelijk samenzijn. Eten is hier meer dan alleen voeding, het is een gezellig en sociaal evenement. De warme en koude gerechten, mezze genaamd, worden in kleine schaaltes geserveerd en vertegenwoordigen een verscheidenheid aan vlees, salades, groentepuree en fijn gekruide sauzen. De mezze zijn vaak al voldoende als gerecht, daar ze zeer verzadigend zijn.

Het Jordaanse nationale gerecht is het onmiskenbare Bedoeïengerecht mansaf. Een grote berg rijst met amandelen, pistachenoten en rozijnen dat op een blad wordt gereserveerd met geroosterd lamsvlees en een saus van geitenmelk. Traditioneel eet men de maaltijd met de rechterhand, maar u mag natuurlijk ook om mes en vork vragen.

Gedurende de vastenmaand, de Ramadan, is het openbare leven beperkt (overdag zijn bijvoorbeeld de restaurants buiten het hotel gesloten en er is een werktijdverkortung bij regeringsgebouwen en ambassades) en is een verhoogde gevoeligheid te verwachten betreffende religieuze zaken en op het gebied van respect voor de islamitische tradities, zoals het verbod op alcohol. Tevens is majesteitsschennis strafbaar.



# Algemene informatie

## Reisvoorwaarden

Israël - Uw paspoort moet bij aankomst nog ten minste 6 maanden geldig zijn. Het visum kan in het algemeen aan de grens worden afgegeven, met als enige uitzondering de Koning Hoesseinbrug (of: Allenbybrug), waar geen visum mag worden uitgegeven. Ook als uw paspoort een inreisstempel van verschillende Arabische landen bevat wordt de aankomst toegestaan, bij sommige luchtvaartmaatschappijen is het echter mogelijk dat u voor een veiligheidsonderzoek wordt uitgenodigd.

Het vliegveld van aankomst is Tel Aviv, het vliegveld ligt op ca. 130 km afstand van Ein Bokek, Ein Gedi en Neve Zohar.

### Jordanië

Ook hier moet uw paspoort moet bij aankomst nog ten minste 6 maanden geldig zijn. Een visum is eveneens vereist, die echter door de Jordaanse ambassade in Den Haag kan worden afgegeven. Dit is een normaal toeristenvisum met een geldigheidsduur van twee maanden, wat kan worden verlengd. Een Israëlische stempel in het paspoort zal leiden tot afwijzing als het gaat om verder reizen in naburige Arabische staten. een geldigheidsduur van twee maanden, wat kan worden verlengd. Een Israëlische stempel in het paspoort zal leiden tot afwijzing als het gaat om verder reizen in naburige Arabische staten. een geldigheidsduur van twee maanden, wat kan worden verlengd. Een Israëlische stempel in het paspoort zal leiden tot afwijzing als het gaat om verder reizen in naburige Arabische staten.

Het vliegveld van aankomst is Amman, op ca. 60 km afstand van Sweimeh.

## Veiligheid

In principe adviseren wij u nog voor u met het plannen van uw vakantie begint, u te laten informeren door de Rijksoverheid betreffende de actueel geldende reisadviezen. Iedereen die een verblijf in Israël plant adviseren wij zich te laten registreren bij het Ministerie van Buitenlandse Zaken. Meer informatie vindt u onder <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/reisadviezen/israel>. In het algemeen geldt: vermijdt het om kostbaarheden openlijk te dragen of te laten liggen. Een tweede advies: neem een kopie van uw (reis) documenten mee. Ook vrouwen kunnen zonder problemen alleen reizen, acht u echter op passende kleding en houdt u rekening met religieuze, culturele en sociale tradities.

## Fotograferen

Het fotograferen van militaire installaties en voorzieningen is ten strengste verboden. Als u mensen wilt fotograferen, vraagt u dit dan vooraf vriendelijk.

## Talen

De officiële talen in Israël zijn Hebreeuws en Arabisch. In de scholen wordt Hebreeuws, Arabisch en Engels onderwezen. In Jordanië is Arabisch de officiële taal, veel mensen spreken wel wat Engels of Duits.

## Valuta

In Israël wordt met de Shekel betaald: €1 is ca. 4,4 ILS. In Jordanië betaalt men met de Dinar: €1 is ca. 0,8 JOD. De actuele koersen kunt u bij uw bank navragen. Geld wisselen is op het vliegveld 24 uur per dag mogelijk. In het hotel is dit ook geen probleem, maar niet altijd tegen de gunstigste koers. Er zijn tevens geldautomaten die gewone bankkaarten, visa en mastercards accepteren. Ook in de hotels en de grotere restaurants worden de gangbare kaarten geaccepteerd.

