

Strenču psihoneiroloģiskā slimnīca
Informatīvi izglītojošā
avīze

PARKS



2004. gada

Nr. 5

jūnijs

REDAKTORA SLEJA.



21. jūnijā sākas astroloģiskā vasara.

Tieši tāpat kā Jūs, arī es esmu noilgojusies pēc īstas vasaras. Gribās uzvilkt kleitas un kreklīņus bez piedurknēm, just matos sāļo jūras pieskārienu, reibt no pļavas, meža un siltiem vasaras vakariem. Gribās atlaisties piekrastes smiltīs vai lauku pļaviņā un nedomāt vispār neko. Tikai just, just, just, just un ļauties saulītei, pēc kuras esmu tik ļoti izslāpusi.

Ļoti gribētos, lai šajā mēneša nogalē nelīst, jo būs taču Jāņu vakars. Vai lai līst tikai drusku un lai neviens neieminas, ka drīz pēc Jāņiem nāk Ziemassvētki. Gribētu tādu vainadziņu, kurā smaržo jasmīni, un tā starp citu, ir pavisam pieklājīga vēlme, jo Līgo vakarā arī precētas sievietes liek galvā ziedu vainadziņus. Gribētos, lai Līgo vakarā atliek mazliet brīva laika, lai ir iedvesma un pīrādziņu cepšanai nepieciešamais noskaņojums. Jo lielāka jēga un labāka garša ir pīrāgiem, kas cepti ar iedvesmu, nevis tāpēc, ka svētkos pieņemts kaut ko cept.

Nezinu kā Jums, bet man tā īsti atmiņā ir palikušas tikai dažas Jāņošanas. Katrā ziņā – ne tās, kur viss vakars pavadīts ieturoties un iestiprinoties, bet diena – cepot un šmorējot. Kā ikvienos svētkos, arī šajos vispirmām kārtām nepieciešama iekšējā sajūta, ka tik tiešām – jā! šodien ir svētki!

Lai Jums lustīga Jāņošana ! Priecīgus svētkus ! Galvenais – neguliet Jāņu nakti !

= Daira Kozure =

MAIJA MĒNEŠA NOTIKUMU APSKATS :

Talka kapos

Pie kopējās pavasara kapu apkopšanas LIELU PALDIES varam pateikt lielai meiteņu atsaucībai, kas norunātajā laikā bija kaujas gatavībā, bruņojušās ar grābekļiem un maisiem. Precīzi 9.00 sākām strādāt. Talkā piedalījās – ILVA DAIDERE, BOŽENA ZAHAMĪVIJA, AIJA GRIBJĀNE, ANITA BRUŽINSKA, RAITA LAMMASE, INĀRA AIZELKSNE, MARIJA TREINALE, META RONE, VINETA KARASEVA.

Liels paldies noteikti jāsaka meitenēm, kas ikdienā dara pašus smagākos darbus nodaļā : piekopj apkārtni, nes pusdienas, iet uz noliktavu, uz veļas māju, tīra istabas, raugās, lai nodaļa būtu skaisti izdekorēta. Piedalās pie pasākumu veidošanas. Ceram uz turpmāku atsaucību arī turpmāk.

= 6. nodaļas darba terapijas instruktors, māsa saimniece, soc. darbinieki un pārējais personāls =

Mātes dienas koncerts

7. maijā slimnīcas klubā notika Māmiņām veltīts koncerts, kurā piedalījās Inese, Iveta, Valentīna, Lillija (1. nod.), Vineta, Ilze, Ella (6. nod.), Omārs, Jānis (9. nod.), Kārlis (3. nod.) muzikālās vadītājas Raldas Ziemules vadībā. Šoreiz koncerta vadītāja lomā kopā ar Kārli iejutās jaunā dziedātāja Vineta. Koncertzālē brīvu vietu nebija. Avīzes "PARKS" uzdevumā veicu nelielu ekspresaptauju ar klausītājiem.

= Ilze Šveicare =

Ciemošanās Aknīstes slimnīcā 20. maijā

Agrā maija rītā četri cilvēki no mūsu slimnīcas devās uz Aknīsti, kas atrodas Jēkabpils rajonā, pie pašas Lietuvas robežas. Viens mūsu pacients devās uz Aknīstes slimnīcu dzīvot, mūsu slimnīcas vecākā māsa Jekaterina Jeremējeva un pacientu pārstāve Inga Laicāne piedalījās garīgi slimo pacientu rokdarbu veikala "Paspārnīte" atvēršanas svētkos Gārsenes pagastā, bet šoferis Viesturs rūpējās, lai mēs visur nonāktu laikus. Brauciena mērķis bija iepazīties ar Aknīstes slimnīcas pacientu padomes aktivitātēm un ar Sorosa fonda atbalstītā projekta realizāciju, lai apsvērtu iespējas arī mūsu slimnīcai piesaistīt līdzekļus un uzlabot pacientu aprūpi, kā arī integrāciju sabiedrībā. Ar Aknīstes slimnīcas 3. nodaļas vecāko māsu-projektu autori Skaidrīti Pudāni tika panākta vienošanās par informācijas apmaiņu un iespēju izveidot veikalā "Paspārnīte" arī mūsu slimnīcas pacientu rokdarbu stendu. "Paspārnītes" atklāšanā piedalījās Sorosa Fonda Latvijas Cilvēktiesību un etnisko studiju centra pārstāve Ieva Leimane-Veldmeijere, kura iedrošināja arī Strenču slimnīcas pārstāvjus savas idejas realizēt projektos, solot savu atbalstu. Aknīstes slimnīcas pacientu padomes pārstāvis Ainārs Leitāns arī bija gatavs sadarboties ar mūsu pārstāvjiem pieredzes un informācijas apmaiņā.

Šī tikšanās parādīja, ka Aknīstes slimnīca ir par solīti priekšā visiem un viņu panākumi ir labs piemērs arī mums. Vajag uzstādīt sev reālus mērķus, mērķtiecīgi tos realizēt un panākumi neizpaliks. "Tikai drosmīgie dzer šampanieti !" - Aknīstē to jau dzēra, bet kad tāds iemesls būs mums !?

= Brauciena iespaidos dalījās Inga Laicāne =

IEPAZĪSTINĀM AR NODERĪGU INFORMĀCIJU :

Strenču psihoneiroloģiskā slimnīcā strādā pieci sociālie darbinieki :

Sandra - 2. nodaļā, 5. nodaļā, 9. nodaļā,

Anita - 1. nodaļā un 3. nodaļā,

Galina - 7. nodaļā un 8. nodaļā,

Santa - 6. nodaļā,

Ārija - 10. nodaļā.

Sociālais darbs slimnīcā ir palīdzība mūsu pacientu sociālo problēmu praktiskā risināšanā, kas saistītas ar slimību, medicīnisko ārstēšanu un to seku mazināšanu pacienta un viņa ģimenes locekļu dzīvē. Saslimšana vienmēr ir saistīta ar noteiktu situāciju, arī tādu, kas var traucēt atveseļoties un ātrāk atgriezties ikdienas dzīvē.

Sociālie darbinieki strādā kopā ar visu slimnīcas personālu (ar ārstējošo ārstu, medmāsām, rehabilitācijas pakalpojumu sniedzējiem u.c.), kā arī veido kontaktus ar pašvaldību sociālajiem dienestiem un Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūras filiāļu darbiniekiem. Sociālie darbinieki ir kā starpnieki starp pacientu un dažādu profesiju pārstāvjiem.

Mūsu darba mērķis ir uzlabot pacientu spēju iekļauties ārstniecības procesā, kā arī ātrāk atgriezties privātajā ikdienas dzīvē.

Pie mums var griezties pēc palīdzības ja:

- *radušās problēmas ar jaunu dokumentu kārtošanu, saņemšanu (pases pensijas apliecību, invalīda apliecību);**
- *jākārto pensijas saņemšanas jautājumi;**
- *ja pacientam nepieciešama alternatīva aprūpe sociālās aprūpes centros (pansionātos);**
- *jākontaktējas ar pašvaldību sociālajiem palīdzības dienestiem, pagasttiesām, bāriņtiesām;**
- *nepieciešams kontaktēties ar pacienta tuviniekiem;**
- *radušās problēmas vai neskaidri jautājumi, iespēju robežās tās risināt.**

Mūsu senči bija bagāti ne tikai ar Jāņu dziesmām un rotaļām, bet arī – ticējumiem. Tos lūkoja piepildīt, lai zinātu, cik vesels, dāsns un laimīgs būs atlikušais gads, gan arī – pats jāņubērns, vai neprecētie apprecēsies. Bija arī daži pavisam mistiski piepildījumi...

* Jāņugunis vienmēr jākur kalniņos. * Jāņuguns pelnos Dieviņš naidiņu ber. * Jāņu naktī var saprast, ko zirgi runā. * Kas Jāņu naktī gul' papardēs, tam piepildās visas vēlēšanās. * Jāņu dienas rītā saule rūto – parādās dažādās krāsās. Kurš to redz, ir laimīgs. * Jāņu naktī nedrīkst gulēt. Kurš gul' Jāņu naktī, tas gulēs visu gadu, to mocīs kaites un nelabumi. * Kas Jāņu naktī atrod un paceļ jāņtārpiņu, tas vienu gadu būs laimīgs. * Jāņu naktī jāmeklē papardes zieds. Atradējs būs laimīgs un vesels cauru gadu. Vēl ticējums vēsta, ka papardes zieds jāmeklē vienatnē, un atrast to izdodas tikai tiem, kuri tajā gadā apprecēsies. * Jāņu vakarā meitas zīlē, vai izies pie vīra, sviežot vainagus ozolā. Kurai tas uzreiz pakaras zarā, tā apprecēsies. Cik reizu vainadziņš krīt atpakaļ, tik gadu vēl iznāks meitās dzīvot. * Jāņu dienas rītā jānogriež papardes kāts pie pamatnes, un ar burtu, kas būs redzams griezuma vietā, sāksies nākamā vīra vai sievas vārds. * Krustceļos jānoliek trejdeviņu puķu vainags. Ja tas pa nakti pazūd, tad meita, kas vainagu nolikusi, ātri apprecēsies. Meitām ir savas atsevišķas – meitu – jāņuzāles: madaras, rasaskrēsliņi, kumelītes, asinszāles, zilgalvītes, rudzupuķes, buldurjāņi. Savukārt puisiem ir puisi jāņuzāles: papardes, purva grīslis, magones, nātres, kliņģerītes un suņuburkšķi. Pats labākais laiks puķu un zāļu lasīšanai, vainagu un vītņu pīšanai ir Zāļu vakars.

JĀŅU SIERS

2 l. piena, 1 kg biezpiena,
5 olas dzeltenumi, ķimenes,
sāls, 80 g sviesta.

Pienu ar sāli uzkarsē, pievieno biezpienu un, nepārtraukti maisot, uz lēnas uguns vāra, kamēr biezpiens savelkas ar sieru. Nokāš un marles kulītē notecina. Biezpienu liek katliņā, nepārtraukti maisot, silda, kamēr biezpiens saveļas kamolā un atlec no trauka malām. Lēnām iemaisa olas dzeltenumu, ķimenes, sāli pēc garšas. Satin marlē un noliek zem sloga, var saliet dažādu formiņu bļodās.

RABARBERU KŪKA

4 kāti rabarberu, 250 g margarīna vai sviesta
2 glāzes cukura, 4 olas, 250 g skāba krējuma,
3 glāzes miltu, 1 tējkarote sodas.

Sagriež rabarberus. Atdala olas dzeltenumu no baltuma. Tad sviestu saputo ar cukuru, pievieno olas dzeltenumus, un burciņu skābā krējuma, pievieno tējkaroti sodas un 3 glāzes miltu, beigās iecilā saputotos olas baltumus un rabarberus. Cep cepeškrāsnī.



PAR PAPERDES ZIEDU...

Papardes zieds ir viena no latviešu lielākajām botāniskajām mīklām, un zinātnieku uzskati papardes zieda jautājumā mēdz būt diametrāli pretēji. Daži pētnieki uzskata, ka nevis pīpene, bet paparde patiesībā būtu pelnījusi latviešu nacionālās puķes godu. Otru galējo viedokli pārstāv pētnieki, kuri apgalvo, ka papardei zieda vispār nav. Patiesība kā parasti meklējama vidū.

Papardes zieda aizstāvji ir izvirzījuši nopietnu un grūti apgāzamu hipotēzi. Viņi apgalvo, ka papardei zieds ir, taču tas atveras tikai pusnaktī, tāpēc faktiski nav pētāms ar tradicionālām pētīšanas metodēm, nedz arī fiksējams ar fotoaparātu. Turklāt šie pētnieki uzskata, ka papardes zieda izplaukšanai nepieciešama simbioze ar diviem pretēja dzimuma cilvēkiem. Tāpat kā dabā ir būtnes, kam attīstības ciklā nepieciešami dažādi starpsaimnieki, tā arī paparde nevar uzziedēt, ja tās tiešā tuvumā apziedēšanas laiku netiek izstarots divu cilvēku siltums. Tam ir ļoti vienkāršs izskaidrojums: paparde ir siltummīlošs augs, tāpēc, nesaņēmusi zieda attīstībai nepieciešamo siltumu, nīkuļo. Papardes zieda aizstāvji apgalvo, ka patiesībā paparde tik tālu ziemeļos varējusi iesaistīties tikai dēļ senā latviešu paraduma Jāņu naktī iet mežā, tāpat tur šai laikā bijis sastopams papardes zieda attīstībai nepieciešamais siltums. Ja mūsdienās papardes ziedu nevar atrast, tas tikai nozīmē, ka latvieši vairs neiet mežā vai arī, tur iegājuši, neizstaro nepieciešamo siltuma devu – jo papardes ziedam nepieciešams, lai šis siltums izdalītos mazliet ilgāku laiku, nekā, teiksim, ilgst mežstrādnieka pīppauze. Tāpēc, lai zinātnieki varētu dot skaidru atbildi papardes zieda lietā, būtu vajadzīga latviešu, kā pētnieki saka, siltāka attieksme pret mežiem. Vispārējās ciršanas atmosfērā uz papardes zieda atrašanu neesot ko cerēt.

Kamēr šis skaidrās atbildes nav, arī papardes zieda izskats ir aprakstāms tikai hipotētiski. Izplatītākais ir pieņēmums, ka papardes zieda raksturīgākā īpašība ir reibinoša un uzbudinoša smarža, dzirdēts arī, ka tas garšojot apmēram kā sakostā lūpa. Varbūt tieši minētajā smaržā arī slēpjas papardes zieda izskata noslēpums: cilvēki, kuri šo smaržu ieelpo, noreibst un tāpēc nepamana, kāds īsti izskatās teiksmainās smaržas avots.

ĀTRIE JĀŅU PĪRĀDZIŅI

3 glāzes miltu, 200 g margarīna,
1 glāze piena, ½ paciņas rauga,
2 ēd. karotes cukura, ½ tēj. sāls.

Pienu uzsilda, tad pievieno raugu, kurš samaisīts ar cukuru, pievieno taukvielas un pašās beigās miltus. Mīklu liek uz pusstundu ledusskapī. No mīklas izveido garu desu un sadala 10 vienādos gabalos. Katru gabalu izrullē un sagriež 8 daļās, izveidojas 8 trijstūri. Tad resnākajā trijstūra daļā liek žāvētu gaļu vai kādu citu pildījumu un satin.

No šīs mīklas receptes iznāk 80 mazi pīrādzini.

BARBEKJŪ MĒRCE

/ labi garšo ar liellopu gaļu /
500 g kečupa, 60 g cukura,
100 g paprikas, 50 g sarkano
sīpolu, 20 g ķiploku, pipari,
sāls, 20 g Vorčesteras mērces.

Papriku, sīpolus, ķiplokus sasmalcina, pieber cukuru un katliņā maisot karsē, līdz cukurs sāk karamelizēties, tad pievieno kečupu un vāra 10-15 minūtes. Pievieno garšvielas. Kad mērce gandrīz atdzisusi, to izkāš caur metāla sietiņu.

Trīs dieniņas velējos,
Jāņu nakti gaidīdama;
Kad atnāca Jāņu nakts,
Balts krekliņš mugurā.

Visas bija Jāņu zāles,
Ko plūc Jāņu vakarā;
Visi bija Jāņu bērni,
Kas Jānīti daudzinaja.

Jānītim, brālītim,
Div' stūrīšu cepurīte:
Vienā augs rudzi, mieži,
Otrā bērī kumeliņi

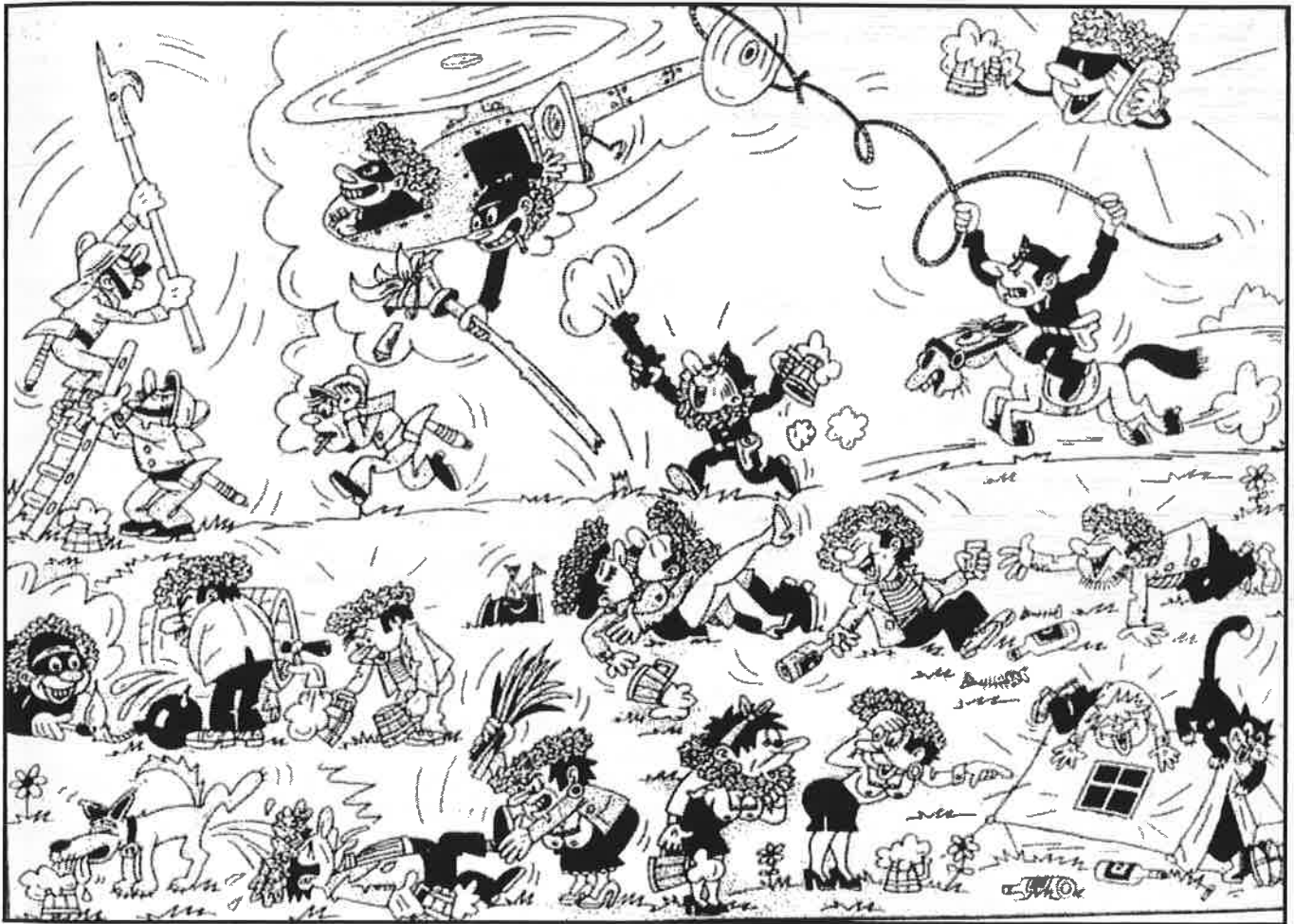
Kas tur kūra uguntiņu-
Viņā upes maliņā ?
Jānīts kūra uguntiņu,
Pēterīti kaitināja.

Sēd, Jānīti, krēsliņā,
Zaļozola lapiņās,
Zaļozola lapiņās,
Āboliņa ziediņos.

Kad es būtu tik bagāta,
Kā Jānītis šovakar:
Līdz zemei brūni svārki,
Līdz ceļiem sudrabiņš.

Kuriet lielu Jāņuguni
Pašā Jāņu vakarā:
Jāņa bērni nosaluši
Jāņu zāles lasīdami.

Eita, meitas, lūkoties,
Ko ved Jānis vezumā:
Puišiem veda līgaviņas,
Meitām staltus arājiņus.



Siera, piena, māmuliņa,
Par telīšu ganījumu,
Ja nedosi siera, piena,
Nedzīš' govīs ābolā.

Neguļu, neguļu
Jānīša nakti,
Lai mani liniņi
Vilnī nekrīt.

Labvakar, Jāņa māte,
Vai gaidīji Jāņa bērnus ?
Ja gaidīji Jāņa bērnus,
Stiep galdiņu pār istabu.

Tā bij' laba Jāņa māte,
Kur es biju šovakar,
Tā man deva sieru ēsti,
Saldu alu nodzerties.

Ja būs laba Jāņa māte,
Ar ziediem kaisīsim;
Ja būs slikta, ja būs barga,
Ar dadziem badīsim.

Jauni puiši, jaunas meitas,
Jāņu nakti neguliet,
Tad rītā redzēsiet,
Kā saulīte rotājas.

Īsa, īsa Jāņu nakts
Pār visām naksniņām,
Te satumsa, te izausa,
Te saulīte gabalā.

Labvakar, Jāņa māte,
Kur tās tavas meitas guļ ?
Mēs vedam savus puišus
Jūsu meitas lūkoties.

Jāņa māte bēdājās,
Atslēdžiņa pazudusi.
Atrauj piķis atslēdžiņu,
Dod tik saldu brandaviņu.

NUMURA VIESI.

Sveiki ! Vai redzi, dzirdi, jūti – jau jūnijs klāt... Nu jau pēc Vasarsvētkiem gaidām Vasaras Saulgriežus jeb vienkārši – “Jāņus”. Avīzes “PARKS” jūnija numura viesis – slimnīcas 3, nodaļas ārsts - psihiatrs **JĀNIS OZOLIŅŠ**. Neskatoties uz lielo darba apjomu, dakteris piekrita sniegt interviju avīzei “PARKS”, kuru pārstāvēja rubrikas veidotājs Kārlis Kukuris.

K. Kukuris: Dakter ! Kā Jūs tikāt pie sava vārda ? Ko tas Jums izsaka ?

J. Ozoliņš : Man vārdu deva vecāki. Droši vien Jūs zināt, ka Jāņu diena ir Saulgriežu maiņas svētki.

Sen, sen un ne tik sen, vārds “Jānis” bija modīgs. Jauki, ja ģimenē kādam ir šis vārds – visa radu saime zina, ka svinot “Jāņus” nozīmē, kaut vai šo reizi gadā visiem tikties. Visi gaida, atkal būs saiets!

K. Kukuris: Tātad, kas ir vispatīkamākais gaidot “Jāņus” ?

J. Ozoliņš : Jācep pīrāgi, jāsiens siers, jābrūvē aliņš... Jā, viss tas asociējas arī ar kalmju un meiju griešanu, vainagu vīšanu, pušķu veidošanu, mājas un sētas pušķošānu. Ja esat ievērojuši, tad Latvijas Radio – 2 programmās ielīgošana sākas jau maijā.

K. Kukuris: Kas vēl svarīgs būtu jāzina, sagaidot Vasaras Saulgriežus ?

J. Ozoliņš : Meijas – obligātas ! Jā, meijas visur – sētā, istabās.. Pirmsjāņu laikā pļavās griež griezes, bet “Jāņos” viņas nerimstas visu nakti. Paši svētki ir klusāki nekā Ziemas Saulgrieži – tik daudz nešauj petardes. Nebaidi svētkus – tie ir tāpa pieņakuši ! Es, kā Jānis, pats sagaidu viesus – radus, draugus, kaimiņus. Nav pieņemts, ka pats gavīļnieks staigās un aplīgo kaimiņus. Jānim šajos svētkos noteikti jābūt mājās.

K. Kukuris: Kur ir Jūsu dzimtā puse ?

J. Ozoliņš : Strenčos – no pašas pirmās dienas, šeit dzimis un audzis. Te ir mana dzimtā māja, dzimtā pilsēta.

Mīļākās vietas – pie Gaujas, vienmēr un visur. Pie Gaujas...

K. Kukuris: Kāds Jūs bijāt skolas gados ?

J. Ozoliņš : Biju sportists – vieglatlētikā (skriešanas disciplīnas), slēpošanā. Arī vidusskolas gados turpināju iesākto. Jākustas, ir...



K. Kukuris: Kā tas gadījās, ka kļuvāt par ārstu ?

J. Ozoliņš : Vidusskolas gados visās mācību iestādēs bija “Atvērto durvju dienas”. Pabiju šādā pasākumā arī Rīgā, Kronvalda bulvārī. Man ar Tēti un Mammu bija ģimeniska saruna. Nolēmām, ka “startēšu” medicīnā. Jā, bij smagi iestājeksāmeni un konkurss – tiku iekšā Medicīnas institūtā, mācījos.

K. Kukuris: Ārsta pienākumi, kompetence, atbildība ?

J. Ozoliņš : Katrā medicīnas līnijā, nozarē **ĀRSTS IR ATBILDĪGS PA CILVEKU**. Vienīgais atbildīgais ir viņš, pārējie ir pakārtoti. Sava kompetences ietvaros ārstam ir jāzina viss. Protams – semināri, konference kursi jāapmeklē (jāmācās) visu darba mūžu.

K. Kukuris: Kā paliek ar vaļaspriekiem no darba brīvajos brīžos – atpūtā ?

J. Ozoliņš : Makšķerēju Gaujas krastos – te dzimis, audzis. Šeit. Galvena hobijs tomēr ir ... gatavot ēst. Jā, to daru ar prieku un degsmi !

K. Kukuris: Noslēdzot mūsu sarunu, izsakiēt lūdzu kādu novēlējumu avīzei “PARKS” lasītājiem !

J. Ozoliņš : Visiem labu laiku, lustīgu līgošanu ! Novēlu lai piepildās ta ko katrs pats iedomājas, lecot pāri ugunskuram.

K. Kukuris: Paldies par sarunu ! Līgo, līgo....

Kādā rītā, ejot amata darīšanās, pie mūsu strūklakas satiku **JĀNI DREĢI**. Mēs esam labi paziņas jau daudzus gadus. Jānis atbildēja uz dažiem, manis uzdotiem, jautājumiem :

K. Kukuris: Jāni ! No kuras puses un cik vecs Tu esi ? Kā Tu tiki pie latviešu populārākā vārda ?

J. Dreģis : Esmu dzimis Madonas pusē – Patkulē, esmu 32 gadus vecs. Man vārdu izvēlējās Vecmāmiņa. Reizēm es viņa apciemoju. Mana Māte un Tēvs ir miruši. Man ir mīļa tante un četras māsas – Rita, Irīna, Larisa un Iveta.

K. Kukuris: Kā jūties savos vārda svētkos ?

J. Dreģis : Jā ! Man patīk sava vārda diena, kuru parasti svinu šeit – slimnīcā. Iedzeru kvasu, uzkožu sieru un izdejojos jaukām meitenēm... Forši !

K. Kukuris: Kas vēl bijis interesants, svinot “Jāņus” ?

J. Dreģis : Patika lēkt pāri ugunskuram mūsu parka laukumā. Jauki ir arī tas, ka man ir draudzene, kuru svētkos izdancināšu

K. Kukuris: Kā Tu atpūties šeit – slimnīcā ?

J. Dreģis : Apmeklēju ballītes un koncertus, kuros reizēm pats arī dziedu. Vai atceries, kā savstarpēji sacentāmies 23. martā slimnīcas dziedātāju konkursā “Dziesma manai paaudzei” ? Vinnēja Omārs, bet mēs saņēmām jaukas balvas.

K. Kukuris: Jāni ! Ko Tu gribētu novēlēt “PARKA” lasītājiem Vasaras Saulgriežu gaidās ?

K. Dreģis : Prieku, laimi, satīcību, mīlestību un, protams, veselību !

K. Kukuris: Paldies Tev par sarunu !

DAŽI JŪNIJA VĀRDU SKAIDROJUMI :



JĀNIS - Vislatviskākais vārds, tāpēc ir vislielākā tipu dažādība. **Pirmais tips** – vīrišķīgais Jānis. Iejūtīgs kolēģis, pasakains bērnu tēvs, labs laulāts draugs. Tomēr arī šis Jānis bieži izstrādā tādas gājienus, par kuriem grūti spriest – kāpēc? Vīrišķība izpaužas galantumā pret dāmām. Viņš ciena un mīl savu darbu. Nepļēguro un nedauzās pa svešu ģimeņu labirintiem. **Otrais tips** – jūtīgais sapņotājs. Piemīt maigums, iekšēja kautrība, bijība pret sievieti. Vai sapņotājs vienmēr ir spējīgs visus vest uz priekšu? Šis Jānis reizēm nobaidās no vilinājuma, stipras kaislības, nobaidās no sevis. Varbūt tās ir tipiskas Jāņa šaubas – vai vispār iespējama miesas un dvēseles tieksmju saskaņa? **Trešais tips** – baudītājs, pašapzinīgais un triviālais dzīves tramdītājs, dimdinātājs un arī tukšinieks. Šie pēdējā laikā saradušies ļoti daudz un par tiem atmiņā iegulst rūgtas mieles.

LĪGA - **Pirmais tips** – meklē dzīvē dinamiku, ir grēcīga, bet laimīga. Alkst ārkārtēju situāciju, kur sevi apliecināt. Var meklēt saskaņu ar vīrieti gadiem ilgi un to neatrast. Līgas fantāzija spēj aizraut vienīgi garīgi bagāta personība. Līga nemēdz pakļauties kategoriskiem pieprasījumiem. Ar pretīgumu noraugās glēvos vīriešos. Tāpēc krietna daļa Līgu var būt arī visu mūžu nesaprastas. **Otrais tips** – apskaužams dzīvības sulīgums viņai plūst pa dzīslām. Viņa ienirst dzelmē, tad uzpeld un ap sevi veido tīksmības galu. Šī Līga ļauj vaļu kaislībām, slīpēti apved ap stūri pat neatvairāmas vīrišķības pretendētus. Jāņu nakts burvība Līgai piešķir spēju neļauties skumjām vai melanholiskām pārdomām.

PĒTERIS - **Pirmais tips** – enerģisks, ar plašu vērienu apveltīts. Kā jūras viļņi – tik skaļi un vareni pieaug Pētera dievišķā prasme uzvarēt. **Otrais tips** – nosvērts, taču pārāk pedantisks cilvēks. Dzīvi veido plānveidīgi un neatzīst improvizāciju. Izturība, neatlaidība un ellišķīga pacietība pavada viņu visu mūžu. Sievietēm šis Pēteris ir labākais atbalsts. **Trešais tips** – bezrakstura glēvulis, ka sola daudz, bet puse paliek nerealizēta. Vientiesīgs egoisms un naiva ticība savam pārākumam. Šo Pētera tipu ievieto svārstīgo pulkā.

BIRUTA - Lunkana, darbīga, spriega, veikla un attapīga. Labsirdīgi veido ap sevi plašu paziņu loku, necieš gaušanos un laiskumu. Vīrietis ar Birutu vienmēr bauda komfortu, jo viss ir sagādāts, iekrāts un pašūts. Neviens draudīgs mākonis nespēj Birutu izsist no segliem, jo viņa mācēs izklunkurot, izšļūkt un izritināties no jebkuriem pinekļiem. Arī egoisma un pašpārliecinātības izpausmes piešķir viņai viegli uzbudināmas sievietes dabu. Mīlestībā Biruta nepazīst robežu un šķēršļu. Tikai nelielai daļai Birutu ir melanholijas pieskaņa, tāpēc ka nācies vilties partnerī. Taču, kaut arī realitātē nav sasniegusi kāroto, šī Biruta māk pieskaņoties apstākļiem.

INETA - Efektīga un mērķtiecīga. Zina, ko grib no dzīves. Kaut arī neradīs harmoniju ar visiem, izbēgs no konfliktiem. Ir tāda, kāda ir. Uz prāta apsvērumiem dibina arī seksuālās attiecības.

ARTŪRS - Mīl nakti vairāk nekā dienu, un tas latvietim ir neraksturīgi. Talantīga intuīcija vada pa brīnumainu ceļu. Pēc neveiksmēm nāk pēkšņi, negaidīti panākumi. Savu "ego" viņš prot aizsegt ar sapņaina ideālisma masku. Talantīgs sava amata pratējs.

GITA - Apbrīnojami viegli tiek pāri grūtībām. Prot kombinēt, pielāgoties, arī pakļauties. Ja mīlestības romāns ir īss, pat tad neko nenožēlo, nesūrojas. Kontrolē savu "es" un viegli, lunkani slīd pa dzīves koridoru, zinot, ka ik diena var sagādāt pārsteigumu. Labsajūtu papildina garšīgi ēdieni un ceļojumi. Viņai nav tik komplicēts raksturs kā Ligitai.

VIKTORS - **Pirmais tips** – piemīt ātra daba un spītība. Viņš neatlaidīgi urķējas, līdz sasniedz vēlamo. Zina, ar ko draudzēties. Elegance rada stabilitātes sajūtu. Mīlēdamas mākslu, Viktors bieži uzstājas kā zvaigžņu aizbildnis un apjūsmotājs. **Otrais tips** – mīl baudīt visus pasaules labumus un dzīvē kombinē šaha gājienus. Bohēma netraucē viņu sasniegt virsotnes. Pricējies par laimes vēlīgo smaidu. Necentieties Viktoru novirzīt no viņa takas!

VIESTURS - **Pirmais tips** – siržu laužējs. Aizplīvuroti prot attaisnot savus nedarbus, tāpēc sievietēs izraisa ziņkārību. Ir ļoti viegli aizkaitināms, ja partneris gadās



spēcīgāks. Tad viņam patīk ieņemt nesaprastā pozu, neļaujot iedragāt pašcieņu. **Otrais tips** – šis Viesturs ir piekāpīgs un izpalīdzīgs. Taču viņam ir sarežģītas attiecības ar tādām sievietēm, kuras necieš pārlieku loģiskumu un kategoriskumu.

Koki ir dzīvi un ārstē.

Dažādu tautu pasakām par apburtajiem mežiem un kokiem brīnumdariem droši vien ir savs pamats, jo gandrīz katrs cilvēks spēj sajūst, ka no koka strāvo dabiska enerģija. Kā šī enerģija spēj ietekmēt cilvēku, stāsta dziednieks ZIEDONIS KĀRKLINŠ (Dziednieku savienība).

Koki ir dzīvi.

Cilvēki jau sen zinājuši par koku enerģiju, tāpēc turējuši tos savā tuvumā. Daudzas latviešu tautasdziesmas liecina, ka ap māju ir audzēti dažādi koki - tuvāk vai tālāk no mājām, atkarībā no to enerģētiskajām īpašībām. Kokiem, tāpat kā cilvēkiem un dzīvniekiem, ir aura jeb enerģētiskais lauks. Katrai sugai šis lauks ir citādāks, ar specifiskām īpašībām. Ja cilvēks pareizi māk tās izmantot, var ārstēt dažādas kaites, kā arī atgūt psihisko un fizisko veselību. Dabā nav nekā sliktā, cilvēkam tikai jāiemācās to pareizi izmantot. Problēmas sākas, ja cilvēks šīs īpašības izmantot neprot.

Kokiem piemīt spēja izjust sāpes, ciešanas, emocijas un prieku, tiem ir atmiņa. Viņi atpazīst cilvēkus, kuri reiz ir darījuši tiem pāri, un par to atkārtotu ierašanos mežā izziņo citiem kokiem. Taču cilvēks par koka izturēšanos neko nenojauš, jo koku emocionālās izpausmes ir mierīgas un stabilas. Koks un citi augi ir noteikta dzīvības forma. Dzīve attīstās pa konisko spirāli - sākumā esam bijuši kādā no augu formām, tad sekojusi dzīvnieku forma, tagad spirālē esam sasnieguši cilvēka veidolu. Tāpēc arī augam ir svarīgi, kā tas aiziet bojā - vai tiek izmantots, piemēram, zāļu tēju iegūšanā, vai vienkārši nonīkst. Pirmajā gadījumā augam ir iespēja pacelties pa vairākiem spirāles lokiem. Svarīgi koka augļus vākt ar rituāla palīdzību - pirms ziedu un zaru laušanas ar koku aprunāties un viņam palūgt. Šādā gadījumā koks labprātīgi ziedosies.

Enerģijas apmaiņa ar kokiem.

Ikdienas dzīvē cilvēkam vajadzētu kontaktēties ar dažādiem kokiem, jo cilvēks no tiem gūst enerģiju un paplašina savas iespējas sevi realizēt. Taču pirms dziednieciskās pastaigas mežā nepieciešams zināt koku enerģētiskās īpašības. Ir koki, kas atņem cilvēka enerģiju, un ir tādi, kuri ar to bagātina. Piemēram, vasarā ieejot egļu mežā, cilvēks jutīsies iztukšots, bet ziemā egļu mežs sniegs bagātīgu enerģiju.

Kā notiek enerģijas apmaiņa? Koka vai krūma enerģētiskais maksimums ir laikā, kad tas zied. Vajadzētu izmantot koku, kurš vecāks par divpadsmit gadiem. Jaunākiem kokiem enerģija vēl nav pietiekami spēcīga. Turklāt, ja koks aug viens pats, tam ir spēcīgāka enerģija nekā biežoknī augušam - tur koki izstīdžē, cīnās par eksistenci un zaudē savu enerģiju.

Maksimāls koka enerģijas daudzums ir no rītiem, uzreiz pēc saules lēkta. Kokam vēlams tuvoties lēnām, apmēram divus trīs metrus no tā apstāties, domās ar viņu parunāties un palūgt enerģiju. Tad var iet kokam tuvāk, apkāpt, pieglausties, piespieties ar muguru vai zem tā nogulties. Pastāv viedoklis - ja cilvēks vēlas no koka iegūt enerģiju, ieteicams tam tuvoties no dienvidu puses. Ja cilvēks ir novārdzis un vēlas negatīvo enerģiju atstāt, iesaka tuvoties no ziemeļiem. Ja vēlas relaksēties, nepieciešams izmantot koku ar spēcīgu enerģiju, piemēram, ozolu vai osi. Līdzsvaram var izmantot kļavu vai bērzu. Ja ir vēlme atbrīvoties no sāpēm, slimo ķermeņa vietu var piespiest pie koka un domās lūgt kokam, lai tas atņem sāpes un negatīvo enerģiju. Enerģijas saņemšanas laikā cilvēkā var rasties atšķirīgas sajūtas - viegls reibonis, miegainība (tāpēc bieži ir vēlme zem koka pasnaust), spēka pieplūdums, vēsums, karstuma vilnis u.c. Pēc enerģijas apmaiņas nevajadzētu aizmirst kokam pateikt paldies. Ja konkrētais koks nav sniedzis nepieciešamo, tas nevēlas kontaktēties. Šādā gadījumā vajadzētu meklēt citu koku.

Sibīrijā populārs ir dziedniecības veids ar koka ripām - noteikta koka ripas liek uz slimajām ķermeņa vietām. Ripa veic enerģētisko iedarbi un pēc tās atkal atjauno savas īpašības. Šādi koka ripu var izmantot apmēram gadu. To var likt arī zem pakauša guļot vai no attiecīgā koka pagatavot gultas rāmi.

Katram cilvēkam atbilst savs koks - sava koku suga un noteikts indivīds. Zināms seno priesteru druīdu sastādīts koku horoskops, taču šis horoskops vairs neatbilst patiesībai. Laika gaitā kalendārais laiks ir nemitīgi pārbīdīts, tāpēc tagad nobīdes ir par apmēram 50%. Kā tad cilvēkam uzzināt, kurš ir viņa koks? Intuitīvi. Jāieklausās sevī, kurš ir tas koks, pie kura visbiežāk gribas pieiet, kurš it kā pievelk. Tas arī būs īstais.

Koku dziednieciskā iedarbība.

Akācija. Jaunās dzīvības koks, veicina jaunas dzīvības rašanos. Ja mīlējās zem akāciju krūma, nekādi pretapaugļošanās līdzekļi nespēj palīdzēt pret grūtniecības iestāšanos. Rada mundrumu un labu garastāvokli.

Alksnis. Ģimenes aizbildniecības koks. Savā enerģijā dalās ar ģimenēm. Palīdz uzturēt radnieciskās saites starp ģimenes locekļiem, viņus saliedē.

Apse. Dzirdēts, ka tas ir raganu koks, vampīrs un ka ar apsi nevajadzētu kontaktēties. Tajā pašā laikā apse transformē negatīvo enerģiju citās kategorijās. Ir kā starpnieks «starp šo sauli un to sauli». Cilvēku atbrīvo no negācijām. Folklorā teikts, ka, ar apses mietu piedurot, tiek iznīcināts ļaunais un nelabais. Senos laikos, kad aku grodus taisīja no koka, izmantoja tieši apsi. Ūdens šādās akās ir dzidrs, tīrs un garšīgs. Arī tupeļu pazoles tika gatavotas no apses - šis koks nodrošina labu kontaktu cilvēka kājām ar zemi, pasargā pēdas no problēmām (svīšanas, sēnītes u.c.).

Bērzs. Pēc pastaigas bērzu birzī cilvēks jūtas mundrs un atpūties. Ieteicams cilvēkiem ar elpošanas ceļu traucējumiem, labi ietekmē ādu. Atdod savu pozitīvo enerģiju.

Ceriņš. Pasargā no spokiem, nelaiž tos savā tuvumā. Veicina visu veidu attīrīšanās procesus. Ieteicams cilvēkiem, kuriem ir sirds un asinsvadu slimības.

Egle. Ziemā - koks devējs, bet vasarā - koksņēmējs, uzkrāj sevī enerģiju no apkārtējās vides, tāpēc arī dzirdēts viedoklis, ka egli nav vēlams stādīt tuvu pie mājas. (Vēlamais attālums ir ap 200 m.) Egle savā dāsnumā ir skopa, jo cilvēkam sniedz tikai nepieciešamo minimumu. Egles enerģija iedarbojas lēni, ilgākā laika posmā. Ja saslimis kāds orgāns, vasarā var doties pie egles, kas negatīvo enerģiju atņem.

Ieva. Enerģijā dalās ar jauniešiem. Labi attīra emocionālo auru. Palīdz noskaidrot un izskaidrot attiecības.

Jasmīns. Izstaro mīlestību, mieru, garīgumu. Labi ietekmē miegu. Ja cilvēks noguris, iesaka pagulēt zem jasmīnu krūma - tas novērš negatīvās emocijas, palīdz atgūt spēkus un nomierina. Palīdz, ja ir seksuālas disfunkcijas.



Papele. Nereti cilvēki to sauc par vampīru, taču vajadzētu dēvēt par koku- asenizatoru. Papele pārtiek no negatīvajām enerģijām - uzņem tās un transformē. Papele aug tikai tur, kur ir negatīvās emocijas. Papeles tuvumā ieteicams 10-15 minūtes uzturēties cilvēkiem, kuriem ir iekaisuma un onkoloģijas slimības, sirds un asinsvadu problēmas, kā arī galvassāpes, ko izraisījis iekaisums.

Piladzis. Maģiskā un enerģētiskā aizsardzība. Koks- ģimenes sargātājs. Efektīvs depresijas novēršanā un psiholoģiskā stāvokļa nostiprināšanā.

Priede. Saules koks - uzņem saules enerģiju un pēc tam to atdod cilvēkam. Dzīvinoša, pozitīva un aizsargājoša enerģija. Rada prieka izjūtas. Palīdz cilvēkam iemācīties sevi cienīt. Veicina naudas plūsmu atpakaļ pie cilvēka. Uzlabo vielmaiņas procesus, mazina stresu, uzlabo elpceļu darbību. Nav ieteicams uzturēties priedes tuvumā, ja ir galvassāpes.

Vikсна. Vīriešu koks. Sargātājs un cīnītājs. Palīdz iedomāto mērķu sasniegšanai.

Vītols. Sievietes maģijas koks. Saistīts ar maģiskajiem rituāliem auglībai. Enerģija spēcīga, pat asa. Mīl taisnīgumu un cenšas to ap sevi radīt. Uzņem nevajadzīgās emocijas. Palīdz atbrīvoties no emocijām, kas ir saistītas ar cilvēka auras sarkano krāsu - seksuālo daļu. Tajā pašā laikā vītols ir stiprs kaislības koks.

Ievestie koki (laurukoks, palma u.c.). Ar laiku pielāgojas vietējai enerģētikai, taču līdz tam nepieciešams paiet divām trim paaudzēm.

Kadiķis. Ar savu enerģētiku aizsargā cilvēku no negatīvām enerģijām, piemīt dziedinošas īpašības. Labi veic attīršanās procesus, tāpēc bieži ir dažādu kvēpināmo kociņu sastāvā. Palīdz elpošanas ceļu, kaulu, locītavu slimību gadījumos. Ar savu aromātu un enerģiju palīdz meditatīvajos procesos.

Kastanis. Dzīvespriecīga enerģija. Gadījumos, kad ir fiziskās un garīgās pārpūles, pārdzīvojumi un uztraukumi, iesaka kontaktēties ar kastani, tas relaksē. Var nēsāt kastaņus kabatās, somās. Palīdz kaulu un vēnu problēmu ārstēšanā. Ja sāp krusti, no kastaņiem var uztaisīt jostu, ar ko staigā pāris mēnešus. Labi iedarbojas uz sievietes organismu, palīdz atbrīvoties no dažādām slimībām, piemēram, no mastopātijas.

Kļava. Līdzsvara koks. Cilvēks tā tuvumā kļūst mierīgs, enerģija ļoti spēcīga. Palīdz cilvēkam karjeras veidošanā, piešķir pašpārliecinātību. Ieteicama trauksmainiem cilvēkiem.

Lazda. Piemērota cilvēkiem, kuriem ir spēcīgs raksturs. Palīdz attīstīt taisnīguma izjūtu. Veicina cilvēka garīgās spējas. Dzimtas turpinātājs koks.

Liepa. Sievišķā enerģija. Liepa pie mājas tur dzīvojošajām sievietēm piešķir šarmu, pievilcību, arī aizsardzību un spēku. Rada mīlestības enerģiju. Pozitīvi ietekmē cilvēka enerģētiku. Liepas tuvumā ieteicams atrasties cilvēkiem, kuri sirgst ar elpceļu slimībām.

Osis. Ass (centra) koks, ap osi viss grozās. Spēj mainīt cilvēka domāšanu. Ja cilvēkam ir kādas problēmas, kam viņš neredz risinājumu, ir vērts kontaktēties ar osi - cilvēks problēmu ieraudzīs no cita skatu punkta. Kontaktēšanās ar osi atstāj grēksūdzei līdzīgu iespaidu. Palīdz izzināt apkārtējo pasauli. Oša tuvumā čūskas nedzīvojo. Ieteicams cilvēkiem, kuriem ir elpceļu slimības, reimatisms. Tiem, kuri vēlas nodarboties ar gaišredzību, iesaka uzturēties oša tuvumā.

Ozols. Tieša saikne ar kosmosu. Uztver kosmiskās enerģijas un izplata ap sevi. Dieva koks. Ozola enerģija var ietekmēt ne tikai atsevišķa cilvēka, bet pat tautas likteni. Atrod savu pozitīvo enerģiju, uzlabo miegu, palīdz pret zobu sāpēm. Ozoli parasti aug atsevišķi cits no cita, bet savā starpā var kontaktēties pat 100 km attālumā. Ja cilvēks nodara pāri ozolam, šī informācija izplatās, un vēlāk šis cilvēks nekādu pozitīvo enerģiju no ozoliem nevarēs iegūt.

REDAKCIJAS PASTA SOMĀ MAIJĀ :

Manas pārdomas par kustību terapiju slimnīcā – precīzāk – masāža ar bumbu mūzikas pavadījumā, kuru veic kustību terapeite Ilzīte Dambīte.

Slimnīcā iestājoties aprīļa sākumā jutos kā pamatu zaudējusi zem kājām. Slima kā fiziski, tā garīgi. Pateicoties pareizai zāļu devai garīgi atspirgu ātrāk, bet mocīja roku, kāju un muguras sāpes. Pārvietojos lēnā – vecīgā gaitā un nedroši. Tad viena draudzene mani uzaicināja līdzī uz kustību terapijas nodarbībām, kuras vada Ilzīte Dambīte. Pirmajā reizē vairāk uzmanīgi vēroju un centos izpildīt līdzī kustību vingrinājumus, bet diezgan neveiksmīgi. Pēc dažām nodarbībām pievērsos taisni masāžai ar bumbu ķīniešu mūzikas pavadījumā. Šī masāža ar manu ķermeni darīja patiesi brīnumu lietas. Ar ne visai stingro, rokas vadīto, bumbu pārstaigā pa visu ķermeni, sākot no roku pirkstu galiņiem līdz kāju pēdu apakšām un pirkstiem, ar stingrākiem un vieglākiem uzspiedumiem. Tad varēja just, kā aizplūst no ķermeņa sāpes un atslābst muskuļi. Tāda sajūta pēc seansa, ka vismaz 10 kg ķermeņa svara ir pazuduši. Un jūties tik viegli un atbrīvoti, gaita kļūst vingra un liekas, ka pat augums iztaisnojas staltāks. Vienreiz teicu Ilzītei, ka es labāk ar prieku atsakos no saldā ēdiena, nekā no masāžas ar bumbu. Esmu apmeklējusi visus iespējamus masāžas treniņus un tagad jūtos kā atjaunota. Ieteicu arī citiem piedalīties šajos masāžas treniņos – un ticiet man – Jūs būsiet tikai ieguvēji !

LIELS PALDIES 6. nodaļas visiem medicīnas darbiniekiem, sirsnīgajai dakterītei RUSMANEI, vecākai māsiņai LIEPIŅAI un visiem pārējiem, kas palīdzēja man atgūt veselību ! Paldies Tev, ILZĪT, par tavām masāžām un treniņiem.

= Ar cieņu Anita Bruzinska =

Māmiņ, Tu, kas mani sagaidīji,
Aiz rociņas ievedi dzīvē,
Tik daudz ko no manis pieprasīji
Un pēc tam palaidi brīvē.

“Eiropas noriets” kā Špenglers saka,
Mūsu Latvijai tuvojas jau,
Tā ir uz nākotni izlauztā taka,
Un pagaidām cita ceļa mums nav.

Mana daiļrade, manas ēnas,
Kuras tik viegli izdzēstu tu,
Manas dienas, kas velkas tik lēnas,
Vai darīsi mani reiz laimīgu ?

Paldies Tev saku, ka skolu man devi,
Iemācīji iepazīt sevi.
Tagad es bērņus varēšu skolot,
Kā arī Tevi lutināt, lolot.

Visi sprauksies ārā no zemes
Mazie asniņi zaļojot jau,
Tīrumu irdinās arkla lemess,
Cilvēkiem Eiropā brīvdienu nav.

Dzīve ir kuģis, kas spēcīgi trauc,
Meklējot savējo krastu,
Savējo – mani, no kura tu sauc,
Pagaidām – neatrastu.

Pa zaigojošu esamības taisni,
Uz priekšu laika kuģis mani nes,
Pār robežām tas dažkārt mani aiznes
Un atnes atpakaļ, pie manas sievietes.

Katrā ziņā - piedalīšos,
Zinu – gaidi mani Tu,
Līdzko spēšu – atgriezīšos,
Priecīgs laimi radišu.

Mīļā, Tavas acis ir tik dziļas,
Ka pat zvaigznes tagad tuvu šķīet,
Vai lai uzticos tām, vai lai viņos,
Vai lai ticu mīlestībai kaut mazliet.

..... Dzejoļu autors Romāns Čaupals 10. nodaļā

Dzīves jēga ir, sevi iepriecinot, pasauli ap sevi daiļāku un labāku vērst.

Īstajā laikā paveikt visvajadzīgāko, īstajā brīdī izsacīt pateicību, mierinājuma vārdus vai bez vārdiem tuviniekiem apliecināt mīļumu un labestību. Ja to neesi spējījis, tad var iznākt, ka esi pat savu mūža laimi nokavējis.

Aptaujāt cilvēkus, ko viņi dara, kā iepriecina sevi, kā tiek pāri grūtībām, vai izmanto un kādas tieši iespējas, kas mums tiek dotas !?! Lai visi, kurus tas interesē, varētu saņemt, sniegt, sajust ! Vai tas, ko viņi saņem vai sniedz ir kādam vajadzīgs !?!

Iet pa dzīvi un pamanīt:

Kad esi neaizstājams

Brīdī, kad esi vajadzīgs,

Kā ūdens, kā gaiss, kā mājas.

.....Vineta Karaseva, 6. nodaļā

Vēlos dalīties savos iespaidos par draudzības pēcpusdienām 6. nodaļā. Šie ir arī citu cilvēku iespaidi un domas, jo es par to runāju ar daudziem cilvēkiem.

*Par ļaunumu mums nevajaga
Ar ļaunu pretī atdarīt.
Top neauglīga dzīves vāga,
Ja viņā naida sēkļa ķrīt.*

*Lai sirdī atriebtķāres sārtus
Dzēš labestīgu domu strauti,
Lai uzplaukst piedošanas vārdi,
Kas zemojas, tas iegūst daudz.*

*Mēs bieži esam visiem vējiem rada
Un mākoņiem, kas viņiem līdzī steidz
To aizmirstot, kas sargā Jūs un vada,
Par dzīvību kam paldies jāpateic.*

Sirsnīgs PALDIES visiem, visiem, kuri atbalstīja un piedalījās šajos pasākumos. Atvainojamies visiem tiem, kuriem sagādājām neērtības ! Ļoti ceram uz jauno kultūras centru ! Lai veicas ! = Ilze Šveicare un Vineta Karaseva =

APSVEIKUMI .

*Šīs dienas rīts,
Kā spārnos mani nes ...
/ L. Briedis /*

*Mīļi sveicam jūnija mēneša jubilāres Tamāru, Žannu, Ingu
un vārda dienu gaviļniekus Intu, Pēteri, Viktoru.
Priecīgus Vasaras Saulgriežus nodaļas vadībai, māsiņām, personālam,
mums un Jums !*

= Novēl 3. nodaļas pacienti =

**SIRSNĪGI SVEICAM VĀRDA DIENĀ
DR. JĀNI OZOLIŅU
UN NOVĒLAM VISU TO, KO VARIZTEIKT CIEŠĀ
ROKASSPIEDIENĀ !**

= 3. NODAĻAS KOLEKTĪVS =

**ĪPAŠI VĀRDA DIENĀ SVEICAM
ĀRSTNIECĪBAS UN APRŪPES DARBINIEKUS :**

**LĪGU DARGĒLI, LĪGU OZOLU,
JĀNI OZOLIŅU, JĀNI TĒRAUDKALŅU !**

= SVEIC AVĪZE "PARKS" =

PATEICĪBA

Ļoti cienījamam 1. nodaļas personālam :

*Ar putnu dziesmām,
Dzeņa skaņām,
Arī drēgkiem rītiem pēc lietus,
Bet tur jau egles zaļas,
Ievām ziedī,
Zied arī olu plūmes pavasarī
Un bērza zaros lapas saplaukušas.
Pa televizoru Dieva vārdus sludina,
Bet izrādās, ka būritis strazdiem
piesiets liepā.*

*Sanitāre skrej pa istabiņām,
Kļājot jaunas vietas.
Ienāk soliste un spēlē klavieres.
Mēs visi rītos sakām viena otrai "Laburitu!"
Vajag tikai gribēt, varēt...
Jāsatiekas, jāsavaldas, pats galvenais ir
skaņas...
Gribēt, varēt, darīt, censties, paveikt
un teikt: "Es arī to visu varu..."
Rakstīt, darīt, mācīties, spēlēt,
Es tomēr to visu zinu !*

Mīļš paldies par visu labo un paveikto Jums visām... Par manu veselību, par pavadīto laiku
"Annas mājā" 1. nodaļā !

= Ar mīļiem vārdiem Inga Mežule =

JŪNIJA VĀRDA DIENU GAVIĻNIEKI :

Biruta, Mairita, Emma, Inta, Ineta, Elfrīda, Sintija, Igors, Margots, Ingrīda, Ardis, Gaida, Arnis, Frīdis,
Frīda, Mundra, Ligita, Gita, Malva, Anatols, Ingus, Mairis, Vidvuds, Nora, Ija, Zigfrīds, Ainārs, Uva,
Tija, Saiva, Sentis, Baņuta, Žermēna, Vilija, Justīne, Juta, Artūrs, Artis, Alberts, Madis, Viktors, Nils,
Rasma, Maira, Rasa, Emīls, Egīta, Monvīds, Ludmila, Laimdots, Līga, Jānis, Milija, Maiga, Ausma,
Inguna, Inguns, Malvīne, Malvis, Viesturs, Kitija, Pēteris, Pāvils, Pauls, Tālivaldis, Mareks.

Mīļi sveicam !

JŪNIJA AFIŠA

Otrdien, 1. JŪNIJĀ, PLKST. 11:00
Rehabilitācijas centrā
VASARSVĒTKU KONCERTS.

Trešdien, 2. JŪNIJĀ PLKST. 9:30
Slimnīcas sporta laukumā
SPORTA DIENA.
un
BALLĪTE PLKST. 14.30
kā arī sporta laureātu apbalvošana.

Otrdien, 22. JŪNIJĀ PLKST. 14:00
kopā ar Strenču kultūras nama folkloras kopu
"GAUJMALIETES"
IELĪGOSIM UN IZDEJOSIM "JĀŅUS".

!!! SEKOJĒT LĪDZI INFORMĀCIJAI !!!

- Iespējams, ka šajā mēnesī tiks atklāts pacientu klubs, bibliotēka un datorklase iegūs jaunas telpas...
- Pie mums jūnija mēnesī viesosies Aknīstes PNS Pacientu Padome.

UZMANĪBU !

Jūs piekrītat, ka "PARKA" redakcija ir nopelnījusi atvaļinājumu ? Paldies !
Tāpēc nākošo avīzes numuru gaidiet augusta mēnesī...
Saulainu vasaru dabā un sirdīs !!!

Mīlie lasītāji !

Ja Jūs vēlaties papildināt savas vēstules "PARKAM" ar zīmējumiem – ilustrācijām, tad lūdzu zīmējiet uz balta papīra lapām, jo tikai tā publicējot mēs varam garantēt Jūsu zīmējumu kopiju kvalitāti. Pateicamies par sapratni !

= Avīzes redkolēģija =

Galvenā redaktore Inga Esīte. Redaktore Daira Kozure, Literārais redaktors - fotogrāfs Kārlis Kukuris, Māksliniece Inga Laicāne, Korespondente Ilze Šveicare, Maketētājs Dainis Matisovs, Konsultanti Inga Āboliņa (3. nod. DTI), Jekaterina Jeremējeva (slimnīcas galvenā māsa), Anita Jefimova (sociālais darbinieks), Natālija Verhovska (9. nod. sabiedrības veselības māsa).

Par faktu precizitāti atbild autors, par sludinājumiem - to iesniedzēji.
Publikācijas ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli.

MŪSU ADRESE: Strenču slimnīca, RC, Avīze "PARKS" Strenči, Valkas iela. – 11, LV – 4730

Avīze iznāk vienu reizi mēnesī.
Avīzes cena - 25 santīmi.