

Strenču psihoneiroloģiskā slimnīca  
Informatīvi izglītojošā  
avīze

# PARKS



2004. gada

Nr. 4

maijs



= 1 =

## Redaktora sleja.

Sveicināti maijā ! Sveicināti Eiropā !!!

Nu tas mirklis ir klāt, sākot ar 1. maiju būsīm viena no 25. valstīm Eiropas Savienībā. Dīvaina sajūta – arī agrāk mēs bijām viena no 15 republikām Padomju Savienībā, dzīvojām pēc “varenā krievu lāča” diktāta un cēlām komunismu. Tagad dzīvojam kapitālismā, ceļam tirgus ekonomiku un ceram uz Santa Klausa brīnumiem. Vai tas piepildīsies, rādīs laiks... Protams, ka manna no gaisa nekritīs un ķīseļa upes netecēs – paies vēl daudz, daudz gadu līdz mēs sasniegsim attīstītas Eiropas Savienības valsts statusu un bez nopietna darba tas tā arī paliks tikai sapnis. Pareizi saka Gēte: “Par maz ir vēlēties, vajag arī darboties !” Nu tad uz priekšu un lai mums veicas jaunajā savienībā !

Šī savienība ir tikpat raiba, cik raiba mūsu vēsture, un maija svētku un piemiņas dienu spektrs ir tam lielisks pierādījums. 1. maijā jau kopš padomju laikiem svinam Darba svētkus. Zem padomju saukļa “Visu zemju proletārieši apvienojieties !” šie ir arī Eiropas Savienības sociāldemokrātu iecienītākie svētki. 4. maijs – Latvijas Republikas Neatkarības deklarācijas pasludināšanas diena. Brīvība un neatkarība, kas pēc tik daudziem gadiem tika atgūta deviņdesmitajos gados, nu ir uzticēta NATO un Eiropas Savienībai. Cerams, ka mums to nekad nenāksies nožēlot. 9. maijs – Otrā pasaules kara upuru piemiņas diena. To atzīmē gan valstis Eiropā uz Rietumiem no Latvijas, gan lielā Krievija pa labi no mums, jo neviena valsts, neviena tauta un neviena māte negrib piedzīvot kara šausmas. Un varbūt ir tikai likumsakarīgi, ka nākošie svētki ir Mātes Diena.

Diena, kad godinām cilvēces radītāju un turpinātāju – Māti. Diena, kad pateicamies Mātei par doto dzīvību, par mīlestību un rūpēm, kas pieliktas mūs audzinot, par vienmēr doto atbalstu un padomu grūtos brīžos. To, cik spēka, enerģijas, izturības un zināšanu tas prasa, zina tikai viņas – mūsu Mātes, jo tā īsti izprast var tikai to, ko pats esi piedzīvojis un izjutis. Sāpes, darbs un laimes mirkli mijas katras mātes ikdienā. Mātes zina, cik skaists un zūdošs ir laimes atspīdums sava bērna sejā, un bieži vien tikai viņas zina un jūt, kā panākt tā atkārtošanos. Ivans Turģeņevs ir sacījis: “Laimei nav rītienes, tai nav arī vakardienas, tā neatceras to, kas pagājis, un nedomā par to, kas nāks; tai ir tikai tagadne un tā nav diena, bet acumirkļi.” Tāpēc sagādājiet arī Jūs savām Mātēm pēc iespējas vairāk skaistu acumirkļu. Biežāk saki, ka mīlat viņas. Palīdziet tām, lai arī viņas kaut uz acumirkli kļūtu laimīgākas, jo nekad nevar zināt, kurš mirklis būs tas pēdējais kopā. Mīliet un lutiniet savas Mātes ne tikai svētkos, bet arī ikdienā, un biežāk saki **PALDIES !**

Mātes – tās ir mūsu ģimene, tās vienmēr rūpējas par mūsu mājām, par mieru, labklājību un satiecību. Cerams, ka arī mēs ņemsim piemēru no viņām un rūpēsimies, lai iesaļojot Eiropas Savienības lielajā ģimenē, mēs prastu rūpēties viens par otru tik pat labi, kā mātes rūpējas par savu pirmdzimto. Lai izdodas !

**= Redaktore Inga Laicāne =**

**Redkolēģija ierosina šādas jūnija mēneša tēmas :**

1. Ko es gaidu no šīs vasaras?
2. Mana jaukā Jāņu nakts.
3. Ko es domāju par šīs vasaras sporta aktivitātēm (ierosinājumi, pārdomas) ?

Jūsu domas - rakstos, aprakstos, dzejā un zīmējumos gaidīsim līdz 20. maijam centra “RASA” pastkastītē.



1. attēlā - “Parka” galvenā redaktore I. Esīte, “Rasas” ergoterapeite I. Bogdanova un grupa “Cerība” pēc nodarbības centrā “Rasa” 20. aprīlī. 2. attēlā - “Mūsu Dāmu Pops” ( 6. nodaļa ) kārtējā koncerta laikā.

## MĒNEŠA NOTIKUMU APSKATS.

**12. aprīlī** 5. nodaļas kapellā notika Lieldienu dievkalpojums, kuru vadīja Strenču Ev. Luteriskās baznīcas mācītājs Raitis Jākobsons un piedalījās Valmieras Ev. Luteriskās Sv. Sīmaņa baznīcas mācītājs Valters Korālis. Tika nolasīta Latvijas Ev. Luteriskās baznīcas arhibīskapa Jāņa Vanaga Lieldienu uzruna, ar kuru viņš vērsās pie kristiešiem visā Latvijā. Dievkalpojuma apmeklētājiem bija iespēja klausīties garīgu mūziku un dziedāt līdz.

**13. aprīlis** – saules pilns rīts. Plkst. 14.00 slimnīcas klubā tika aicināti visi interesenti uz koncertu, kurš bija veltīts Lieldienām. Koncertā uzstājās Strenču kultūras nama tradīciju ansamblis "Gaujmalietes". Dziesmas vijās ar rotaļām, mīklām un ticējumiem. Šajā koncertā pie mums ciemojās arī draugi no Valkas aprūpes centra, kuri aktīvi piedalījās rotaļās un mīklu minēšanā. Paldies par kuplo skatītāju pulciņu un ziediem koncerta izpildītājiem!

=Daira Kozure =

### Iknedēļas pasākumi 6. nodaļā:

30. martā, 6. nodaļas mājīgajā zālītē uz "Dzejas dienu" uzaicināja dzejnieces Silvija Silakmene- Zalaka un Daiga Lapiņa. Viņas lasīja pašu sarakstītus dzejoļus. Lūgtie viesi lasīja Ārijas Elksnes, Imanta Ziedoņa, Austras Skujiņas un Aleksandra Čaka dzeju. Protams, neiztika arī bez muzikāliem priekšnesumiem. Jā, bija iespēja arī uzdejojot. Dzejas diena bija izdevusies ļoti jauka.

Nodaļas meitenes uzdrošinājās sarīkot nu jau par tradīciju kļuvušos "Draudzības vakarus," kuri notiek katru nedēļu. Viņas par atbalstu un sapratni izsaka pateicību nodaļas vadītājai, Dr. Elitai Rusmanei, vecākajai māsai Dzidrai Liepiņai, darba terapijas instruktorei Ārijai Ābolai, pārējām māsiņām un to palīdzēm. Īpaši gribas izcelt Lieldienu pasākumu, kurā skanēja dzeja, dziesmas, bija olu ripināšana un citas atrakcijas, kuras vadīja Toms Karasevs. Notika arī jautri danči. Atliek pateikt, ka "Draudzības vakaru" idejas autore, režisore un izpildītāja ir Vineta Karaseva, kurai nenovērtējamu atbalstu sniedz dziedošās meitenes- Ella Goršanova, Daiga Lapiņa, Ilze Šveicare, Ilva Daidere (viņa ne tikai dzied, bet arī spēlē ģitāru). Gribētos teikt, ka mums ir savs "Dāmu Pops." Piedalījās arī dzejas lasītāja un dziedātāja Iveta Boicova (1. nod.), dziedoņi- Ēriks, Dzintars un Mihails Bojanovs (3. nod.), kā arī kāds dziedošs fotoamatieris= korespondents u.c.

6. nodaļas vadība un meitenes, kā arī citi saprot, ka šādi pasākumi ir nepieciešami. Tomēr, vai arī mēs- pārējo nodaļu pārstāvji nevarētu uzdrīkstēties nākt klajā ar idejām, veidojot savus pasākumus? Tas būtu lieliski! *Mīlais lasītāj, ierosinu Tev pārdomāt šo priekšlikumu. Varbūt tieši Tu varētu organizēt kaut ko jaunu arī savā nodaļā?*

= Kārlis Kukuris =

### Ceļojums.

Tā ap pusdienu laiku izbraucām no nodaļas skatīt uz Valkas-Valmieras ceļa gulbjus, kas bija neredzēts gadījums. Gulbji bija nolaidušies pie Slaunēm pļavā, kur bija sakrājies ūdens. Tie atpūtās no tālā ceļojuma. Līdz šim mēs nebijām redzējuši tik daudz gulbju kopā - uz pļavas bija salasījušies ap 15 gulbju. Gulbjus vēroja arī kupls skaits cilvēku. No cilvēkiem putni nebaidījās, jo bija atlidojuši uz savu dzimteni.

= Tālis Kušners (9. nod.) =

### Darba grupu satikšanās:

Bija skaists otrdienas rīts un mēs satikāmies, lai draudzīgi parunātu par padarīto savās grupās. Mēs, pēc Zviedru projekta izveidotās grupas, sastapāmies kopā pirmo reizi. Kopumā bijām 3 mazākas grupiņas – "Cerība" 3. un 6. nodaļas grupa, kurā ir gan meitenes, gan zēni; 1. nodaļas grupa "Cerību Stars", kurā ir tikai meitenes, un 3. nodaļas grupa "Možums", kurā ir tikai zēni. Šis rīts mums sākās ar pasaku "Runcis zābakos". Pēc pasakas noklausīšanās, mums bija jāiztēlojas, kāda daļiņa mēs esam šīs pasakas ietvaros. Katrs grupas dalībnieks to bija sapratis savādāk un, savas domas atspoguļojot vizuāli uz papīra, radās ļoti interesanti darbiņi. Patika arī slimnīcas personāla līdzdalība saietā. Slimnīcas galvenā māsa Jekaterina Jeremējeva iepriecināja ar K. Apškrūmas dzejoli:

*Kad pilnu sirdi nav kur iztukšot,  
Kad izmisuma slotām nākas pērties,  
Tad jāatrod, kāds cilvēks jāatrod,  
Kas palīdzēs uz rīta zvaigzni vērties.*

*Kad bēdu okeānā liekas – ir gals kļāt,  
Kad dienām galotnīte aizlūzusi,  
Tad jāatrod, kāds cilvēks jāatrod,  
Kas parādīs, kur meklēt saules pusi.*

Ļoti saviļņoja Jekaterinas Jeremējevas zelta vārdi: "Mums ir tiesības būt savādākiem!" un "Nedomājiet, ka mēs nedomājam!"

Mēs uzzinājām, ka veidosies pacientu padome katrā nodaļā. Tā kā darbs pie šī projekta vēl turpināsies, jāņem pašiem aktīvāka līdzdalība. Mums jāpalīdz ar savām idejām, lai katrā pašvaldībā izveidotos dienas centri, kuros varēsīm darboties, pavadīt arī savu brīvo laiku. Ļoti daudzi grupu dalībnieki piekrita, ka mēs visi kopā esam kā liela ģimene, kuru palīdz saturēt mūsu māsiņas – 1. nodaļā Ritas, Svetas un divas Zinas māsiņas, 3. nodaļā – Neldas un Agnijas māsiņas, 3. un 6. nodaļās – Evas un Ilzītes māsiņas. Viņām visām liels paldies par padarīto darbu un, protams, pateicamies šī projekta vadītājai Ingai Esītei un Jekaterinai Jeremējevai.

Kāpēc visas grupiņas turas kopā? Mūs vieno vajadzība tikties ar līdzīgi domājošiem, laba saprašanās mūsu starpā, liels atbalsts visiem, draudzīgums. Šī pasākuma izskaņā mums katram bija jāuzraksta novēlējums citiem. Viens no tiem skanēja šādi – *viss, kas ar mums notiek, notiek, lai mēs kaut ko iemācītos.* Svarīgākais ir saprast, kas ir tas, kas mums jāiemācās – vai jāmaina sava izturēšanās, vai jāmaina savs domāšanas veids, vai uzvedība. Un kamēr tas nav izdarīts, nekā nemainīsies.

*Pieņem, ka viss, kas ar Tevi notiek, notiek, lai darītu Tevi stiprāku. Dievs neuzliek lielākus pārbaudījumus kā cilvēks spēj izturēt. Turies!*

= "Cerības Stara" dalībniece Daira =

## MĀTES DIENAI !

Mātes diena – attieksme pret šiem svētkiem var būt ļoti dažāda. Kā pret jebkuriem svētkiem, kuri ieradušies pie mums nesen. Taču visas pasaules mātes, arī tās, kas Latvijā audzina vai ir audzinājušas bērnus, nepārprotami ir pelnījušas savu dienu. Maija vidūca diena lai ir visskaistākā gan pavisam mazu, gan jau pieaugušu bērnu mammām. Neaizmirstiet savas mammas un priecājieties, ka pašas esat māmiņas! Ar zilu vizbuliņu pušķīti vai mällēpeņu dzelteno kupenu, ko bērns pasniedz mammai, vienalga, kas tas būtu, katra mamma gaida. Iepriecināsim savas māmiņas, vecmāmiņas, vecvecmāmiņas, jo katra mamma savās mājās ir kā mazs gariņš, kurš iepriecina visu ģimeni.

= Daira Kozure =

*Ir kādam jābūt mājas gariņam,  
Kas, dienu iesākot, teic gaišu laburītu,  
Kas visiem iedot spēj pa saules staram,  
Lai arī kādā ceļā aizvadītu.*

*Ir kādam jābūt mājas gariņam,  
Lai priekā dzīparu ik sirdī ievadītu,  
No savas labestības lauzt pa zariņam,  
Lai visu varavīksnes krāsām tītu.*

K. Apškrūma

### MANA MAMMA.

Māmulīte ir vismīļākā un sirsnīgākā, kas manā dzīvē vispār ir. Vistuvākā, kas dod prieku. Viņa ir visstiprākā, kas rūpējas par visu un visiem, kas ir apkārt tuvāki cilvēki. Liels paldies viņai par to, ka ir mani izaudzinājusi par darboties grībošu. Viņa man ir iemācījusi mīlēt darbu no sirds. Lai ko, bet darbs ir cilvēka daļa, kas vienmēr jāpaveic ar mīlestību. Mamma → darbs → mīlestība → miers – tā varu teikt par viņu, jo viņai tas ir dzīves moto. Viņai bez darba nebūtu ne mīlestības, ne miera. Viss ir tā pakārtots, lai būtu tieši tā.

= Daiga Lapiņa =

### APSVEIKUMI !

Sveicu savu mīļo māmiņu  
RADZIŅU JAUTRĪTI  
Mātes dienā!

*Turi manu roku cieši,*

*Turi mīļo māt,*

*Lai es mūžā varu droši,*

*Lai es varu mīlestību*

*Tavu saglabāt.*

= Novēl Biruta Karitone =

\*\*\*

*Gluži kā sniedzīņš, ziemu krīt,*

*Tu esi tik gaiša un maiga.*

*Māmiņa mīlā, sakū Labrīt*

*Un pieglaužu vaigu pie vaiga..*

*Tu jau to zini, ka visādi iet,*

*Nez, kur tās nelaiimes rodas?*

*Laboties gribas, bet tomēr mazliet*

*Atkal pa reizītei gadās.*

*Nesolu šorīt, bet noskūpstu,*

*Jaukā lai Tev ir šī diena,*

*Māmiņa mīlā, tik laba kā Tu*

*Nav pasaulē laikam nevienas.*

= Bruno Saulītis =

Gaišu un mīļu Mātes dienu vēlam  
mūsu dakterītei E. Rusmanei un vi-  
sām, visām māmiņām!

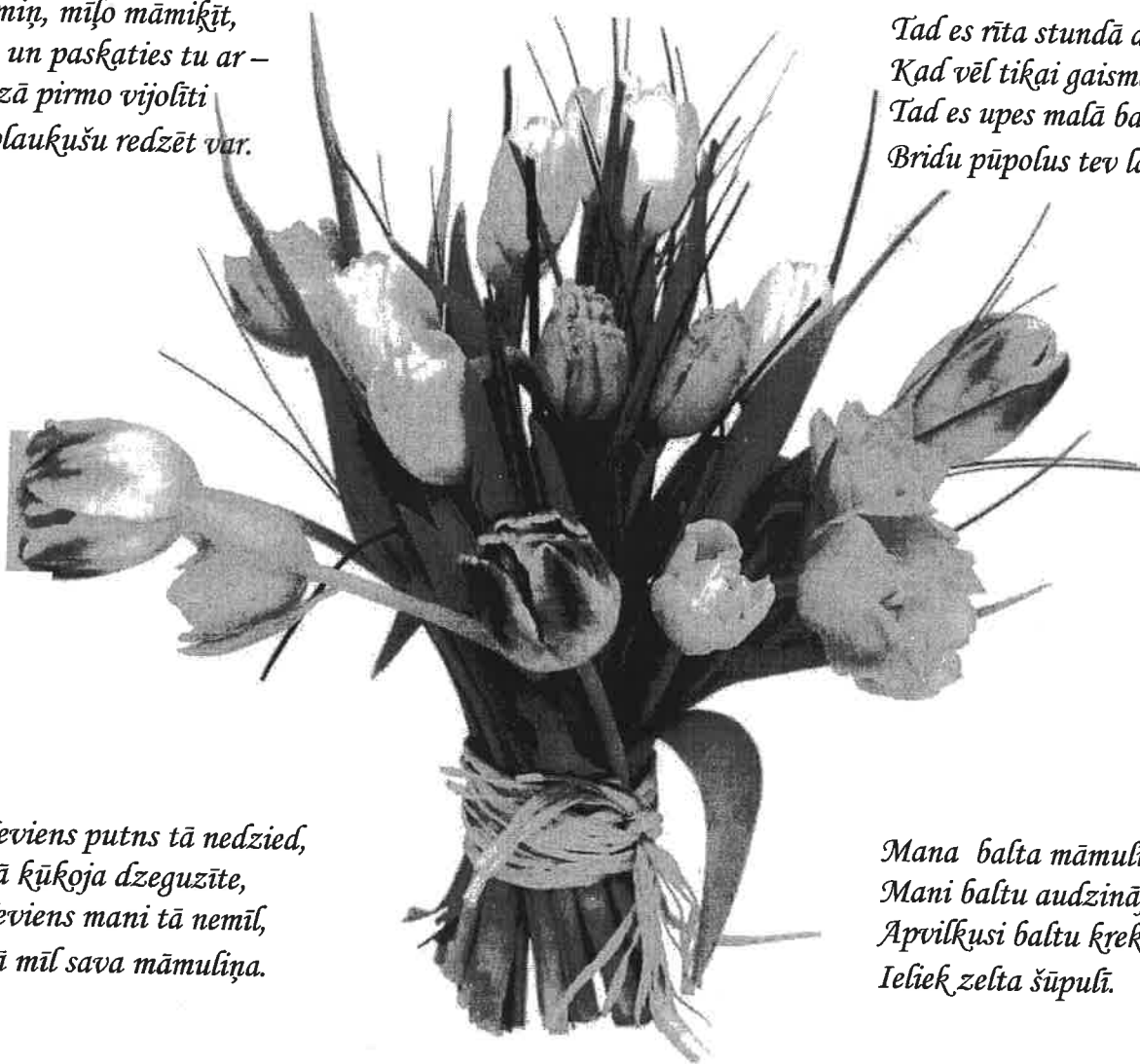
=6. nod. meitenes=



Tikai vienu vītolzaru,  
Kas tik sudrabaini mirdz,  
Māmiņ, es tev pasniegt varu  
Dāvanai no visas sirds.

Māmiņ, mīšo māmiņīt,  
Nāc un paskaties tu ar –  
Dārzā pirmo vijolīti  
Uzplaukušu redzēt var.

Tad es rīta stundā agrā,  
Kad vēl tikai gaisma aust,  
Tad es upes malā baltā  
Bridu pūpolus tev lauzt...



Neviens putns tā nedzied,  
Kā kūkoja dzeguzīte,  
Neviens mani tā nemīl,  
Kā mīl sava māmulīņa.

Mana balta māmulīte  
Mani baltu audzināja:  
Apvilksusi baltu kreklu,  
Ieliek zelta šūpulī.

Es to savu māmulīņu  
Padomam vien turēju,  
Kuru darbu nezināju,  
Pavaicāju māmiņai.

Tek saulīte vakarā,  
Iet māmiņa vecumā.  
Steidziet, bērni, jautājiet  
No māmiņas padomiņu.

Kaut es būtu māmulīņu  
Caur zemīti dzirdējusi,  
Es ietītu viņas vārdus  
Villainītes stūrītī.

Bērns ir tik nopietns,  
Nemiens actiņās vīd,  
Ierauga māmiņu –  
Smaida tūlīt.

Balts miers guļ šūpulī,  
Un mātei apkārt kļusums,  
Tad pirmo grabulīšu apašums,  
Tad apašs cilvēciņš iet pirmam gadam pretim.

Māmiņa nopietna,  
Acīs tai rūpes vīd,  
Uzlūko bērniņu –  
Smaida tūlīt.

Un māte savos sapņos lūdz,  
Lai izaug liels un labs,  
Lai nav vairs karš,  
Lai viņam māja ir un mājas miers.

= Lolija Vēze =

= Lija Brīdaka =

Mūsu vidū ir cilvēks, ar kuru pamatoti lepojas 6. nodaļas meitenes, vadība un kolēģes. Ar viņas tiešu līdzdalību tiek plānoti un veikti dažādi rokdarbi, darbi un pasākumi. Tas var būt koncerts, masku balle, ballīte, kā arī dažāda izmēra un stilu dekoru, vāzišu un pušķu izgatavošana. Gadās, ka arī slimnīcas pasākumos ar savām idejām, darbu un personisku darbošanos 6. nodaļas darba terapijas instruktore **ĀRIJA ĀBOLA**, kuru meitenes reizēm sauc tā vienkārši un mīļi – “Ārucītis”.



**Kārlis:** Ārija! Liekas, ka Tu slimnīcā (6. nodaļā) nestrādā pirmo gadu. Kad un kā viss sākās ?

**Ārija :** Nodaļā strādāju 11 gadus, no 1993. gada. Biju sanitāre. Nu jau vairākus gadus esmu 6. nod. darba terapijas instruktore.

**Kārlis:** Kādi ir Tavi pienākumi ? Tavas darba dienas ?

**Ārija :** Tieši esmu padota nodaļas vadībai. Palīdzu darbā personālam. Cik nu varu paveikt, tik arī daru. Dzīvoju meitenēm līdzi, palīdzu pasākumu organizēšanā, rokdarbu un arī citu darbu veikšanā. Savas domas meitenēm neuzspiežu. Teritorijas un telpu sakopšanas darbos meitenes darbojas brīvprātīgi.

**Kārlis:** Ziemassvētki, Sv. Valentīna diena, Lieldienas un citi svētki... Ienākot 6. nodaļā acis ikreiz nofiksē kaut ko jaunu – kādu dekoru, pušķi, spilventiņu... Kā tas viss rodas ?

**Ārija :** Protams, mums katriem svētkiem ir sava tēma, pieeja un izpildījums. Nav līdzekļu dzijas, diegu un citu lietu iegādei. Tomēr, darām ko varam. Sausās puķes un augi ir skaistāki nekā mākslīgie izstrādājumi, tāpēc zarus, zīles, mizas, sūnas, smilgas un citas lietas vācam pašas. 2 reizes gadā nodaļā strādā studentes – praktikantes, kuras arī nodarbojas ar meitenēm skaistu lietu radīšanā. Man regulāri un ļoti daudz palīdz sociālā darbiniece Santa Prauliņa. Viņai ir kolosāla izdoma un darbaspējas. Esam labi sastrādājušās.

**Kārlis:** Meitenes rada fantastiskus rokdarbus, dzied, raksta un lasa dzeju, organizē un vada pasākumus! Lūdzu nosauc viņas!

**Ārija :** Visaktīvākā tomēr ir Ineta Vaite. Viņa ada un tamborē. Apbrīnojamas darba spējas, izdoma un pacietība. Tu domā, ka ir viegli uzadīt mazītiņas zeķītes mūsu lellei Bārbijai ? Daiga Lapiņa un Silvija Silakmene-Zalaka ir dzejnieces. Nesen viņas noorganizēja dzejas pēcpusdienu, uz kuru tika ielūgti arī citu nodaļu pacienti, kuriem tika dota iespēja kopā ar meitenēm lasīt dzeju un atziņas, kā arī dziedāt. Mūsu “Dāmu Popu” Tu pazīsti – Daiga Lapiņa, Ella Goršanova, Ilva Daidere, Ilze Šveicare, kā arī (nu jau retās reizēs) Gundega Kabule. Pēdējā mēneša laikā katru nedēļu mūsu nodaļā notiek draudzības vakari (dzeja, dziesma, dejas), kurus organizē Vineta Karaseva. Lūgti tiek visi nodaļu pacienti un katrs no viņiem var saņemt kaut ko deklamēt, lasīt, dziedāt. Meitenes to uzņem ar prieku un aktīvi iesaistās šajos pasākumos. No viesiem lasa un dzied Iveta

Boicova (1. nodaļa), Viesturs (5. nodaļa), Mihails Bojanovs (3. nodaļa), Tu pats un citi. Visiem īpaši iespaidies atmiņā Lieldienu pasākums, kurā bez dzejas, dziesmas un dejas, notika arī atrakcijas un olu rīpināšana. Atrakcijās piedalījās daudzi, bet par to vadītāju bija Toms Karasevs. Pēc šiem pasākumiem vismaz dažām meitenēm neesot vajadzīgas mēģa zāles. Tas nu tā...

**Kārlis:** Mani bieži pārņem sajūta, ka šeit (6. nodaļā) ir tāda īpaša labvēlīga attieksme pret cilvēkiem, kuri grib ar kaut ko nodarboties, un to arī dara. Ko Tu teiktu par to ?

**Ārija :** Nodaļas vadītāja Dr. Elita Rusmane un vecākā māsa Dzidra Liepiņa iedrošina meitenes iesaistīties un turēties kultūras aprītē. To, ka sabiedriskas aktivitātes dod papildus stimulus kļūt veselākām, saprot lielākā daļa pacientu. Uzskatu, ka jādarbomas visu laiku.

**Kārlis:** Zinu, “Dāmu Popam” un dzejniecēm, kā arī viņu kolēģēm un kolēģiem citās nodaļās negribētos apstāties pie sasniegtā. Vai tā ir ?

**Ārija :** Jā, piekrītu. Nodaļas un slimnīcas dziedātājas(-i) un dzejnieces(-ki) ļoti grib izbraukumu koncertus uz citām slimnīcām, pansionātiem. Tas ir jauki, tas vieno cilvēkus. Paskaties kaut vai uz mūsu attiecībām ar Valkas pansionāta dziedātāju komandu. Jauki, vai ne ?

**Kārlis:** Kas būtu vajadzīgs pacientiem kādā siltākā gadalaikā ?

**Ārija :** Būtu kolosāli, ja izdotos kāds brauciens uz jūru, kādu ezeru, vai kaut kur citur. Noteikti, ka kaut uz dienu kolektīvi izbraukt pie dabas vēlas ne tikai mūsu nodaļas meitenes. Ir svarīgi izvest cilvēkus vasarā pie dabas. Nodaļa paliek nodaļa. Transports ? Domāju, ka ja būs vēlēšanās, to nokārtosim.

**Kārlis:** Jā, tas būtu jauki. Vai ir cilvēki, kuriem Tu gribētu pateikties – par viņu labajiem, vajadzīgajiem darbiem, padomiem, atbalstu ?

**Ārija :** Protams. Sirsnīgs paldies par ierosmēm, atbalstu un palīdzību Dr. Elitai Rusmanei, vecākajai māsai Dzidrai Liepiņai, māsai – saimniecei Ligitai Krauklei, galdnieku meistaram Arvīdam Skrīvelim, visām nodaļas māsiņām un to palīdzēm! Paldies manām meitenēm! 27. aprīlī centrā “Rasa” tiks atklāta pacientu radošo darbu izstāde. Mūsu nodaļas ekspozīciju esam gatavas nodot izstādes apmeklētāju vērtējumam. Ticu, ka arī citu nodaļu radošie cilvēki būs pacentušies izveidot kaut ko jauku.

**Kārlis:** Tomēr, lūdzu pasaki kādu vārdu avīzes “Parks” lasītājiem!

**Ārija :** Avīzes “Parks” kolektīvs ir kolosāls! Avīzi pārku, nesu mājās un klusībā izlasu visu. Man patīk. Lasītājiem un “Parka” komandai novēlu veselību – ja tās nav, tad nav nekā... Radošu veiksmi visiem Jums!

**Kārlis:** Paldies par interviju!

= Intervēja Kārlis Kukuris =

## MANS VAĻASPRIEKŠ.

Mūža mīlestība – suņi!

Suņi ir visa mana dzīve. Esmu 1. kategorijas kinologs- eksperts par alu suņiem (medību). Izstādēs vērtēju suņu zobu sakodienu un eksterjeru. Vēl esmu 3. kategorijas dienesta suņu dresētāja. Ir 2 kursi. Pirmais ir paklausības kurss, kur jāzin “Sēdi!”, “Guli!”, “Stāvi!”, blakus iešana, mantu atnešana saimniekam. Otrais – aizsardzības kurss, kur savukārt jāzin noziedznieku aizturēšana, konvojēšana, mantu un cilvēku meklēšana.

Bez tam nodarbojos ar suņu sportu. Sacensībās ir 3 posmi. Pirmais – suni nosēdina 50 m attālumā, piesauc un atpakaļ pārvar 3 šķēršļus. Tas viss notiek uz laiku. Suņi vada tikai ar balsi, tas nedrīkst būt pavadā vai tam pieskarties, tad ir 15 soda sekundes. Otrais – garā šķēršļu josla un trešais posms – pārvar trīs šķēršļus un aiztur noziedznieku.

Tagad es audzinu cverģšnauceru, kuram 28. februārī palika gadiņš.

= Gita Taube =

### PAVASARA SALĀTI.

Gurķi un burkānus nomazgā, notīra un sagriež ripiņās. Salātus nomazgā, nosusina un sasmalcina. Tomātus sagriež daiviņās. Redīsus sasmalcina. Visas sastāvdaļas liek salātu traukā un pārlej ar mērci, kuru gatavo šādi: 5 ēdamkarotes olīvu eļļas, sajauc ar 3 ēdamkarotēm medus, 1 citrona sulu, pievieno ķiploku, maltos piparus un sasmalcinātus zaļumus.

### SALĀTI AR SIERU.

Papriku nomazgā, izņem sēklas un sagriež grezdenos. Tomātus un olas sagriež daiviņās. Sieru un gurķus sagriež nelielos gabaliņos. Salātu lapas saplucina palielos gabalos. Visas sastāvdaļas saliek salātu bļodā un pārlej ar mērci, kuru pagatavo šādi: 5 ēdamkarotes olīveļļas, ½ citrona sulas, sāls, cukurs, 1 tējkarote sinepes, smalki sakapātas selerija lapas.

= Iesniegusi Daira Kozure =

## VITAMĪNI PAVASARIM.

Pasaules sports netradicionālajā orientēšanās sportā. Latvijas izlase izcīnīja pirmo vietu. Neviens tā arī nesaprata, uz ko Latvija orientējas.

Jauna sieviete pieskrien pie policista:  
-Man uzmācas kāds tips!  
-Kurš?  
-Kaut kāds maniaks!  
-Vai akls?

Vasara nav tad, kad ir silti, bet gan tad, kad ir nauda....

Jānis jautā Pēterim:

-Kā tava govys var dot 50 litrus piena dienā?  
-Vajadzīgs maigums. Ieeju kūtī un jautāju tai: "Kas mums šodien būs – piens vai liellopu gaļa?"

Skolotāja: "Kur mūsu klases žurnāls?"  
Jānītis: "Kāda gan mūsu žurnālam klase?! Lūk "Playboy" – tas gan..."

-Hallo, vai Zaķīšu dzīvoklis?  
-Nē!

-Bet kāpēc no klausules ausis lien laukā?

-Idiot! Tu sarunājies ar spoguļi!

Baznīcā sarunājas divi draugi:

-Cik lielu ziedojumu tu ielīki aploksnē?  
-Tavuprāt aploksnē neko nemaksā?!

-Kad no rīta zvana mans modinātājs, man ir sajūta, it kā uz mani šautu...

-Ko tu? Lec kājās?

-Nē. Guļu kā beigts.

Dievs nolēma pārbaudīt, kā studenti mācās, un nosūtīja uz Zemi engeli izlūkot. Engēlis atgriežas un stāsta:  
-Mediķi un filologi mācās, politehniķi uzdzīvo.  
Pēc trim mēnešiem engēlis tiek sūtīts vēlreiz un atgriežas ar ziņojumu:  
-Mediķi un filologi mācās, politehniķi uzdzīvo.  
Pirms sesijas Dievs izšķirošo reizi sūta engeli izlūkos, tas atgriežas un stāsta:  
-Mediķi un filologi mācās, politehniķi lūdz Dievu.  
Dievs: -Ahā! Viņiem arī palīdzēsim!

## PĀRDOMAS PAR EIROPAS SAVIENĪBU...

1. Maijs ir klāt. Varu droši apgalvot, ka nu jau esam Eiropas Savienībā.

Pašsaprotams ir tas, ka daļa Latvijas sabiedrības ir eirooptimisti, bet otra daļa – eiropesimisti. Šoreiz izšķīros aprakstīt eirooptimistu viedokli dažos, mūs interesējošos jautājumos.

Jau pagājušajā gadā tika prognozēts, ka pēc valsts iestāšanās ES diezin vai vērā ņemami mainīsies produktu un pakalpojumu cenas. Šobrīd šai prognozei var piekrist. Valsts ekonomiskie rādītāji caurmērā ir normāli. Inflācija pagājušajā gadā pieaugusi par 2,9 %. Iekšzemes kopprodukta pieaugums sastādīja 7,5 %, pie tam, vidējās darba algas paaugstināšana pilnīgi pielāgojas- pieskaņojas šiem skaitļiem. Valstī samērā veiksmīgi attīstās visas nozares un aug reālā darba alga. Pieaugot ienākumiem, palielinās arī pieprasījums un cenas. Tiklīdz kritīsies pirkspēja, noteikti kritīsies cenas. Protams, ka savu iespaidu atstāj ārējie ekonomiskie faktori – piemēram, naftas cenu dinamika, valūtas kursa svārstības u. c. Nedrīkst pilnībā ņemt vērā arī subjektīvos cēloņus, kas saistīti ar masu apziņu. Piemēram, gaidot inflāciju, pircēji sāk iepirkt ilgstošas lietošanas preces, bet uzņēmēji var pacelt cenas. Par palaišanas mehānismu minētajos apstākļos vienmēr kļūst: “Viena tante teica!” Tā kā cenas aug un augs, pie mums palielināsies birokrātiskais aparāts, kurš būs jāuztur, kā arī tēriņi dažādu ES normatīvu un direktīvu ievērošanai un izpildei. Kopumā labklājības līmenis nopietni nemainīsies, tā kā augs vidējā darba alga. Diemžēl valstī ir simtiem tūkstoši pensionāru (arī invalīdu), kuru ienākumi ir daudzkārt zemāki par iztikas minimumu.

Jā, tirgus ekonomikai ir raksturīga ienākumu polarizācija. Pēc iestāšanās ES tā var arī pastiprināties. Augs konkurence, vājie šajā konkurences cīņā zaudēs, bet valsts viņiem palīdzību nesniegs. Iedzīvotāju vidusslānis pieaugs un vidējais labklājības līmenis pakāpeniski paaugstināsies. Zaudētajos nokļūs bezdarbnieki, strādnieki bez specialitātes u. c. Mēs varam ilgi spriedelēt par pensionāru un invalīdu grūto dzīvi, par to, ka valdība ignorē mūsu dzīves (sadzīves) intereses. Tomēr, rodas jautājums: par ko gan mēs balsojam Saeimas un pašvaldību vēlēšanās? Vai tad ne par šo Saeimu, šo valdību, šīm pašvaldībām, kuras pateicoties mums tika pie lemtā tiesībām un varas? Ir redzēti un piedzīvoti dažādu interešu grupējumu piketi, streiki, demonstrācijas. Jāatzīst, ka pensionāru (arī invalīdu) pārstāvji nav darījuši neko. Varbūt kaut kādā līmenī un šaurā lokā “apsprīdusi situāciju” – ne vairāk. Ja būtu citādi, būtu labvēlīgi rezultāti. Par mums sāktu domāt arī “augšas”. Vai tiešām MŪS viss apmierina? Ja, nē, tad par savām sociālajām tiesībām vajag cīnīties un tādas iespējas demokrātiskā sabiedrībā ir. To uzskatāmi nodemonstrēja cīnītāji pret krievu skolu latviskošanu. Cita lieta- vai tas bija tā vērts...

Vai mūsu uzņēmumi gatavi Eiropas tirgum? Vai nebūs tā, ka mūsu produkcija tiks izspiesta no tirgus, ievēdot dārgo importa produkciju? Importa produkcijas šobrīd ir diezgan, pat cenas tai ir puslīdz pieņemamas, jo vai citādi tai būtu iespēja atrast pircēju. Mūsu lielie gaļas un piena pārstrādes uzņēmumi ir konkurētspējīgi ārējā un iekšējā tirgū. Kas attiecas uz mazajiem uzņēmumiem, tad viņu iespējas ierobežo mūsdienu ekonomiskā sistēma. Tas ir jūtams uz mazo veikalīņu, ražotņu, bet pēc iestāšanās ES gaidāms konsolidācijas process arī pārtikas produktu ražošanā – mazās maiznīcas, alus darītavas, piena pārstrādes uzņēmumi izzudīs vai kļūs par lielo uzņēmumu filiālēm. Nāksies apvienoties kooperatīvos arī nelielām zemnieku saimniecībām – tā būs vieglāk saņemt kredītus, lētāk iegādāties dažādu tehniku. Problēmas būs ar tirgiem: viņiem jāsasniedz civilizētu standartu līmenis vai jāizzūd. Jau šobrīd daudzos lielveikalos (veikalos) var nopirkt kvalitatīvākus (nekā tirgū) produktus. Starp citu, šajā gadījumā pircējiem (mums) būs pilna pārliecība par pirkuma kvalitāti un to drošību.

Pirmkārt, mēs būsim atklātā un attīstītā ekonomiskā telpā (kā savulaik PSRS). Otrkārt, mēs varēsim izmantot milzīgu zinātnieku potenciālu, kas uzkrāts ES valstīs, izveidota zinātniska likumdošanas bāze ekonomikas sekmīgai attīstībai, bez kuras mūsu sabiedrība šobrīd ir zaudētāja lomā. Diemžēl, var noskaidroties, ka mēs nemācējām savlaicīgi pieņemt visus nepieciešamos likumdošanas aktus un par to mums nāksies maksāt sodus, bet šajā apstākļi mums jāvairo vienīgi LR valdība. Protams, kā saka, šīs nav mūžīgas problēmas, ir izaugsmes problēmas, no kurām nekur neizbēgsim.

Prognozējamā cenu dinamika uz pārtikas produktiem 2004. gadā. Paliks iepriekšējā līmenī vai maz izmainīsies cenas - gaļai un tās produktiem, taukiem, dārzeņiem, bezalkoholiskajiem dzērieniem. Cenas var pieaugt – maizei un tās izstrādājumiem, zivju produkcijai, augļiem, ogām, alkoholam un tabakai./ LR ZA Ekonomikas institūta direktores R. Karnītes teikto “Subbotā” 16.-22. 04. 2004. tulkoja un sagatavoja Kārlis Kukuris /

Ar Dievu “mātušķai” mēs saucam-  
Tā nespēj mūs vairs sasaistīt.  
Uz Eiropu jau šodien traucam-  
Tur Pienu upes tecēs rīt.

Jau sapņos Eiromedus podi  
Un Eironauda rokās krīt,  
No Briseles Romano Prodi  
Zin pateikt, kā mums dzīvot rīt

/ Jānis Lulle - 3. nod./

Latvija, Māt, rod taciņu mums,  
Kur gaismas ir vairāk un brīvība zēl,  
Kur Latvijas bērnam ceļā nestāvēs tanks  
Un taciņa zaļā viņu saulītē cels.

Mēs solāmies, Māt, tevi mīlēt mūždien  
Un nosargāt tevi, netaupot viņu un sevi.  
Mēs solāmies, Māt, kopā Laimīti kalt  
Un pat kapā nīsto naidnieku prast ienīst un kaut.

/ Pēteris Zelčs – 3. nod./

## CIRCENĀ LŪGŠANA. / Monologs no Nacionālā teātra izrādes “Žurka Kornēlija”/

Nez vai līdz Eiropai vēl daudz verstu? Mīļais Kungs, Dievs un Pestītāj! Tu nu redzi manu ceļu un zini, ka neeimu vis uz Eiropu, dzīdamies pēc pasaules goda un kārumiem, bet lūdzu tikai to, lai tu dotu tiem Eiropas kungiem tādu prātu, ka tie mūs, Latvijas circenišus pirmos tai Savienībā ieņemtu. Tur nu mēs visi staigātu, kā sacīt jāsaka, ar palmu svecēm rokās un rudzu kroņiem galvās kā brūtes pa debesu kāzām, raudādami slavas un pateicības asaras. Tai Eiropā priecāsimies tādos priekos, kuriem nav gala ne vienā, ne otrā galā. Un gādā, ak, gādā, Kungs un Pestītāj, ka tos igaunišus neņemtu viss pa priekšu pie Eiropas siles, jo šmuce ar viņiem vien būs. Iztaisīs vēl kādu reņģu karu vai piegāzīs pilnu Eiropu ar somu cūkām. Kurš tad šo nepazīst! Tere, tere, zdravstveuīke! Tfu, piedod, sirds aptecējās. Bet mums, mīļais Dievs, gādā vairāk tos gudros Eiropas komisārus, kas apgaismotu mūsu glupos prātņus, ka mierā un satīcībā dzīvotu. Bet nu vēl viens grūtums guļ uz sirds: dod atrast Eiropas kungus labā prātā, lai viņi neatstumtu manas vājās dāvaniņas – Staburadzes sauso tortīti, šprotu bundžiņu, Laimas bonbongu tūtiņu un kasetīti ar Paula ziņgēm. Un vēl – tā sacīt jāsaka – priecinājums miesai un garam – beku grozs, brūkļu kultīte un mētru vainadziņš. Paklausī, ak, paklausī un esi šoreizīti žēlīgs! Ak tu, Dieviņ, cik viegla top sirds caur lūgšanu un asarām!

/No žurnāla “Māksla Plusš – 02. 2002”, sagatavoja Inga Laicāne/





Sveicam MAIJA VĀRDA DIENU gavīlniekus! (Publicējam tikai mums zināmos skaidrojumus).

1.	Ziedonis	viņam raksturīga tieksme būt pirmajam. Moderna gaume, valdonīgs, pārsteidzīgs. Labs ģimenes cilvēks.
2.	Zigmunds	intelektuāls, nosvērts, taktisks, asprātīgs. Ļoti rūpējas par ārējo izskatu. Ieklausās arī otra viedoklī.
	Sigmunds	viņam patīk grēkot un par to daudz nedomā.
3.	Zigismunds	apveltīts ar inteligenci, jūtīgumu un pārdzīvojuma dziļumu.
	Gints	apveltīts ar stabilitāti un plašu zināšanu spektru. Ir kautrīgs.
	Uvis	nav mantkārīgs un ir pārliecināts par savas garīgās pasaules vērtībām.
4.	Vizbulīte	saprātīga, konkrēta, māc kombinēt, veikli iekārtojas dzīves apartamentos.
	Viola	skumja, nopietna, atgādina tumšu nakti, kad zvaigznes dejo virs ūdens kā bišu spieti
5.	Ģirts	alkst pēc rotaļām, ir lunkans un elastīgs, viņa humors var būt pat piedauzīgs, bet ne ļauns.
	Ģederts	rūpīgs, harmonijā ar sevi.
6.	Gaidis	kluss un noteikts, visu panāk ar mēru un loģiku.
	Didzis	čaklis, apsviedīgs, sirds ir laba un viņš nav cinīķis.
7.	Henriete, Henrijs,	
	Jete	moža un optimisma pilna.
8.	Staņislavs	lādzīgs, ne par ko neuztraucas, zinādams, ka viss labi beigsies.
	Stefānija	intrigante, bet visu dara milzīgās enerģijas dēļ.
	Staņislava	taupīga, korekta, varbūt pārāk ikdienišķa.
9.	Klavs	
	Einārs	mērķtiecīgs, džentlmenis, neļauj sev kāpt uz galvas. Ātri orientējas jebkurā situācijā.
10.	Ervīns	labsirdīgs, bet netiek galā ar savām jūtām.
	Maija	maiga, liriska, izdarīga, pat kautra, ne vienmēr prot panākt vēlamo.
11.	Manfreds	
	Milda	sirsnīga, inteligenta, erudīta. Vienmēr iedziļinās cilvēkos.
	Karmena	praktiska, romantiska. Sapnis ir Karmenas vadmotīvs.
12.	Valija	ar dzīvi apmierināta, jo nedomā par sarežģīto laikmetu. Māja, vīrs, draugs un ģimene – ko vēl vairāk vēlēties?
	Ināra	nečīkst, bet rīkojas, pastāvīga, urķīga, neatlaidīga.
	Ina	apveltīta ar inteligenci un gara kultūru.
	Inārs	taisa karjeru, iesaistās biznesā. nezaudē laiku.
13.	Irīna, Iraīda	
	Irēna	impulsīva, subjektīva, jūsmīga, nepieķāpīga, gaida komplimentus.
	Ira	praktiska, kas labprāt gozējas labklājības saulītē.
14.	Krišjānis, Elfa, Elvita, Aivita	
	Taiga, Arita, Airita,	
15.	Sofija	par sevi pārliecināta, var būt arī ļauna un naidīga.
	Edvīns	spītīgs raksturs, liela enerģija.
16.	Edijs	nevar apmierināties ar vienu mīlestību vien. Grib būt centrā.
	Herberts, Dailis, Umberts,	
18.	Inesis	
	Inese	vārds nāk no Spānijas. Krietna saimniece.
	Ēriks	viņā ir gan no Skrejošā holandieša, no Pūcesspieģeļa, no Pēra Ģinta, no Minhauzena. Ar viņu nekad nav garlaicīgi, jo viņā ir liela asprātības deva.
19.	Sibilla, Teika,	
	Lita	ar savu daiļumu, sievišķību vilina, mulsina un apdullina.
20.	Venta, Selva,	
	Salvis	krietns un darbīgs. Mīl savu profesiju, kuru izvēlēties.
21.	Ernestīne, Ingmārs	
22.	Emīlija	viņas pasaule ir gaiša un liekas, ka Emīlija dzīvo dzidrā telpā, kur iespīd draudzības un mīlestības saule.
23.	Leontīne, Lonija, Ligija, Leokādija	
24.	Marlēna	
	Ilvija	dzīvo romantiski mistiskā noskaņā un plūc no baudas koka viņu, kas pagādās.
	Ziedone	labprāt nododas sapņiem un bieži sajauc, kad tie beidzas un sākas rūgtā īstenība.
25.	Anšlavs	
26.	Edvards, Varis,	
	Eduards	vīrišķīgs, stipras dabas cilvēks ar labu humora izjūtu. Visu dara pats.
27.	Loreta	
	Dzidra	lietišķa, darbīga, viņai patīk valdīt, neielaižas ar glēviem un nelgām vīriešiem.
	Gunita	darbīga, simpātiska, draudzējas ar stipra rakstura vīriešiem.
28.	Vilhelms	
	Vilis	noteikts, rūpīgs, precīzs. Dod priekšroku mācībām, darbam, karjeras kalšanai.
29.	Maksis, Raivo,	
	Raivis	raksturīgais ir : ņemt no dzīves, nevis dot tai. Dāmu sabiedrībā viņš izraisa interesi.
30.	Vitolds	nosvērts, reāli domājošs, vīrišķīgs. Nav gaisa piļu cēlājs. Ir labs atbalsts dzīvesdraugam.
	Lolīta	žirgtums un enerģija vada viņas prātu. Fantāzija dažkārt aizved viņu sānsoļos.
31.	Alīda	vienkārša un taisnīga. Praktiska un cītīga. Cenšas sekot savai sirdsbalsij. Dievina glāstus, skūpstus un slavu.
	Jūsma	ir ar reālu skatīenu uz dzīvi. Var krist arī uz nerviem ar pārāk pareizu parādību vērtējumu.

# MAIJA AFIŠA

\*\*\*\*\*

**7. MAIJĀ PLKST. 11:00**

Pavasara KONCERTS Mātes Dienā -

“Tu, mana – vismīļākā, visgaišākā... Māt!”.

Gaidīsim Jūs slimnīcas klubā.

\*\*\*\*\*

**12. MAIJĀ PLKST. 14:30**

DEJU VAKARS 1. nodaļā.

\*\*\*\*\*

**26. MAIJĀ PLKST. 9:30**

SPORTA DIENA slimnīcas sporta laukumā.

Esi aktīvs un piedalies !

\*\*\*\*\*

**26. MAIJĀ PLKST. 14:30**

DEJU VAKARS 10. nodaļā vai “Lapenītē”.

\*\*\*\*\*

## APSVEIKUMS !

Sveicu savu mīļo ZIGMUNDU BORMANI 38. šūpuļa svētkos un vārda dienā !

*Vajag, lai cilvēks mīlētu,  
Un viņu kāds mīlētu ļoti.  
Vajag, lai cilvēks ticētu,  
Un viņam kāds ticētu ļoti.*

Novēlu veselību un mīlestību, prieku un satiecību !

= Novēl Biruta Karitone =

\*\*\*\*\*

## PATEICĪBA .

Gribu mīļi pateikties 6. nodaļas kolektīvam par laipnību un rūpēm man esot slimnīcā.  
Liels paldies dakterītei E. RUSMANEI un vecākajai māsai DZ. LIEPIŅAI par ārstēšanu.

Lai Jums pietiek spēka un izturības rūpēties par visiem, kas atpūšas pie Jums.

Lai nekad nepietrūkst Jūsu smaidi un labie vārdi !

= Ar cieņu – Daiga =

\*\*\*\*\*

Galvenā redaktore Inga Esīte.

Redaktore - māksliniece Inga Laicāne, Literārais redaktors - fotogrāfs Kārlis Kukuris, Korespondentes Daiga Lapiņa un Daira Kozure, 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.