

Strenču psihoneiroloģiskā slimnīca
Informatīvi izglītojošā
avīze

PARKS



2006. gada

Nr. 23

aprīlis



REDAKTORA SLEJA.

Pavasaris, pavasaris... Tas ienes papildus enerģiju mūsu sirdīs un prātos.

Nu jau trešo gadu man svarīga ir atziņa, ka „Parks” ir avīze, kuru lasa. Avīze, kas gādā par jaunumiem, notikumu apskatu, jokiem, apsveikumiem un sludinājumiem.

Mēs varam diskutēt, apspriežot viedokļus par mūsu avīzi - tie būs dažkārt pretēji, kategoriski, pat viegli kašķīgi. Esmu bezgala priecīgs par tiem slimnīcas darbiniekiem, kuri apgalvo, ka „Parks” ir arī viņu avīze, tātad - avīze visiem. Tepat jau visi esam tikušies - slimībām un amatiem nav dzimuma vai piederības frakcijām.

Runājot pa pārmaiņām, vēlos Jūs informēt, ka turpmāk MŪSU AVĪZĒ būs vairāk vietas testiem, jauniem lasītāju iesūtītiem darbiņiem. Ceru, ka rakstošie un zīmējošie lasītāji izrādīs lielāku aktivitāti un uzdrīkstēšanos.

Jā, turpmāk ik pēc diviem mēnešiem „Parks” tiksies ar saviem lasītājiem, lai pārrunātu ierosinājumus, atzinumus un atskaitītos par padarīto.

Novēlu MŪSU LASĪTĀJIEM krāsainu, siltu un darba prieka pilnu pavasari.

Patiesā cieņā = Kārlis Kukuris, redaktors =

PAVASARA DZIESMA.



Liekas pavisam drīz sāksies. Tas ir laiks, kad mostas daba un cilvēku sirdis. Pavasarī visiem gribas vairāk atraisīties un justies priecīgākiem. Visiem mirdz acis, kad saulītes draiskie saules zaķīši atmirdz sejā. Pavasarī uzzied pirmās pavasara puķītes - **sniegpulkstenīši**. Visiem gribas būt jautriem un laimīgiem, lai gan ārā nav nokusis sniegs un jau var dzirdēt šur tur skanam putnu balsis. Liels prieks par pavasari ir visiem cilvēkiem. Pavasaris ir romantikas pilns laiks. Tad gribas ātrāk satikt savus draugus. Visi ir ļoti priecīgi un pateicīgi siltajam laikam un siltajai saulītei. Pavasaris ir prieka pilns mēnesis un tāds viņš ir visiem.

= Iveta Boicova - literārā redaktore =

Avīzes redkolēģija:

Redaktors: Kārlis Kukuris.

Literārā redaktore: Iveta Boicova.

Māksliniece: Daiga Lapiņa.

Fotomākslinieks: Aldis Ozoliņš.

Korespondentes: Daira Kozure, Diāna Berkule.

Korektore: Iveta Rutka.

Maķetētāja: Inga Laicāne.

Konsultanti: Dainis Matisovs,

Sandra Paķalne,

Svetlana Pehure,

Jekaterina Jeremejeva.

Mūsu adrese: Strenču PNS, RC „RASA”,

avīze Parks”

Valkas iela 11, Strenči. LV - 4730.

Koncerts veltīts 8 martam.

—Septītajā martā notika sievietēm veltīts koncerts. Tajā piedalījās daudzi mūsu dziedošie pacienti.

Devītajā martā mūs uzaicināja dziedāt 7. nodaļā. Koncertā bija 14 dziesmas. Jānis iesāka ar dziesmu „Tu izvēlēties palikt”, Irēna nodziedāja „Svētku diena”, Santa – „Mēmā dziesma”. Evita visus priecēja ar dziesmu „Vardīte”, Anatolijs – „Atnāk jauka vasariņa”, Leo uz ģitāras nospēlēja un dziedāja „Tāpēc jau”, bet Didzis nodziedāja „O, sole mio”, tad Antonijs dziedāja „Pār ciemata jumtiem”, es nodziedāju „Sasatiku puisīti”, bet Fēliks – „Nokrāso manu pasauli”. Kārlis – „Es esmu nabags vecpūsis”, Diāna dziedāja „Krustceles”. Kārlis un es duetā nodziedājām „Smilšu rausi” un nobeigumā Omārs – „Kas kaitēja nedzīvot.” Ceru, ka visiem patika.

= Ar cieņu – Daiga =



23. martā. Pacientu klubīnā notika koncerts
„Dziesma manai paaudzei”-
2006

Pirmo dziesmu nodziedāja Māris Puisāns. Viņš nodziedāja tautasdziesmu. „Kur tu teci gailīti” Koncerts bija ļoti interesants. Daiga Lapiņa atraktīvi nodziedāja dziesmu „Man māmiņa piesacīj”. Daigas dziedāto dziesmu skatītāji uzņēma ar aplausiem. Leo Siliņš bija izvēlēties, dziesmu „Atgriešanās, kuru spēlēja līdzīgi uz ģitāras. Fēliks Jansons dziedāja dziesmu „Spogulīt, spogulīt...” Didzis pārstāvēja 9. nodaļu. Viņš izvēlējās dziesmu angļu valodā „J am sealing”. Antonijs Politers izpildīja dziesmu „Iesim blakus”. Nākamā bija Diāna Berkule no 6. nodaļas ar dziesmu „Rasa”. Kārlis Kukuris no 3. nodaļas dziedāja dziesmu „Dziesma par spēli”, kas daudziem lika aizdomāties Daiga Pulkstene no 6. nodaļas izpildīja R. Paula dziesmu „Mežābele”. 9. nodaļu pārstāvošais Jānis Plūme dziedāja „Pie jūras dzīve mana”. 10. nodaļas pārstāvis Raimonds Lelis izpildīja dziesmu „No Rīgas iet vilciens uz Valku”. Arī Anatolijs no 10. nodaļas ar dziesmu krievu valodā „Vējš no jūras”, savaldzināja skatītāju sirdis. Ar aplausiem skatītāji pavadīja Jāņa Volgepea dziedāto dziesmu „Suņi zaķiem pēdas dzina”. Dziesma tika izpildīta atraktīvi. Koncerts ļoti aizkustināja un priecēja skatītājus, konkursa žūriju un pašus dalībniekus. Izpildītas dziesmas tika ļoti stingri vērtētas. „Grand prix” (lielo balvu) ieguva Didzis Graudiņš. 1. vietu ieguva Kārlis Kukuris no 3. nodaļas. 2. vietu ieguva Omārs Zagars no 9. nodaļas. 3. vietā – Daiga Pulkstene no 6. nodaļas. Par „Skatītāju simpātiju” balsojumā kļuva Daiga Lapiņa no 6. nodaļas.

Koncerta dalībnieki bija ļoti priecīgi par skatītāju atbalstu, jo dažiem no viņiem šī bija pirmā uzstāšanās publikas un žūrijas priekšā. Izsaku cerību, ka par tradicionālu (jau trešo reizi) kļuvušais konkurss notiks nākošā gada martā!

= Ar cieņu, Iveta Boicova = koncerta skatītāja=

Atbildes uz 9. nodaļas pacienta sūdzību Strenču PNS Pacientu padomei.

SPP 4. marta sēdē izskatīja 9. nodaļas pacienta anonīmo sūdzību. Nelielam problēmas ieskatam publicējam pacienta sūdzības fragmentus..

„... Stāsts par maniem piedzīvojumiem Strenču PNS 9. nodaļā. Man pārmeta par to, ka es, ja man kāds piedāvāja kādu ēdienu. Viņš pats to negribēja ēst, es viņu nepiespiedu to dot tieši man. Tāpat, ēdot stāvēja pie mana galda un skatījās uz mani, kā es ēdu, tas mani tracināja...”

„Tāpat ir arī ar dzērieniem - kafiju vai tēju. Neatļauj pirkt kafiju un ja ir kafija, tad, ja karsto ūdeni – atbilde ir, ka nevaram dot. Vienam pacientam pārmeta, ka viņš ir dalījis kafiju citiem, kuras tam nav bijis. Daktare pasauca pie sevis, pārmeta par to, noņēma brīvropaigu un vēl teica māsiņai viņam iešpicēt...”

„Lai visi varētu pārliecināties, kā te iet, tad Jums pašiem jāieņem pacienta loma Strenču PNS nodaļā.”

Sniedzam atbildi uz sūdzībā uzdotiem jautājumiem ar izrakstu no SPP protokola Nr.3:

1. *Kāpēc pacients ar savu ēdienu nevar rīkoties kā viņš vēlas?*

- Pacients nodaļā var rīkoties ar savu ēdienu kā vēlas. Nedrīkst tikai neēst vai visus ēdienus atdot citam pacientam.

2. *Kāpēc pacienti nevar pa nakti paturēt savu radio, ja tas netraucē?*

- Radio aparāts 9. nodaļā atstāts pie pacienta pa nakti varētu būt arī bīstams, jo kāds to var izmantot kā ieroci pret citu pacientu.

3. *Kāpēc pacientam jādzer daudz zāles un viņš nezina zāļu blakusparādības, kas traucē?*

- Par zāļu dzeršanu un blakusparādībām, pacientam jālūdz sava ārsta vai nodaļas medmāsas skaidrojums. Pārsvārā pacienti par to ir informēti un saņem nepieciešamo informāciju pēc tās pieprasījuma.

4. *Kāpēc pacientiem nav dotas brīvā laika pavadīšanas tiesības brīvā dabā vai nodarbībās?*

- SPP ir informācija un liecinieki, ka 9. nodaļā regulāri notiek nodarbības ar pacientiem, ko vada darba terapijas instruktore. Arī pastaigās pacienti tiek vesti, ko slimnīcas citu nodaļu pacienti un personāls redz.

5. *Kāpēc pacienti, kas pārkāpj iekšējos likumus, netiek sodīti par pārkāpumiem un ļauj brīvi staigāt pa nodaļu?*

- Ja pacienti pārkāpj iekšējās kārtības noteikumus, tie tiek sodīti par pārkāpumiem no personāla puses, bet, ja ir pretenzijas par citu pacientu uzvedību, tad jebkurā laikā var vērsties pie nodaļas vecākās māsas, lai kopīgi rastu risinājumu atklātai problēmai.

6. *Kāpēc pacientiem spiež ēst to, ko viņš nevēlas un neļauj atdot draugam?*

- Neticam, ka pacientu 9. nodaļā „ar varu” spiež ēst to, ko viņi nevēlas.

7. *Kāpēc pacientiem neļauj paturēt kafiju un tēju, un iedzert, kad to vēlas?*

- Kafiju un tēju pacientiem ļauj iedzert no rīta. To neļauj paturēt tāpēc, ka abas satur kofeīnu, kas iedarbojas uzbudinoši – izsauc nemieru un samazina miegu. Dažiem pacientiem nav mēra sajūtas kafijas vai tējas lietošanā, kas var pasliktināt šī pacienta veselības stāvokli, tāpēc nodaļās pastāv ierobežojumi to lietošanā un glabāšanā.

8. *Kāpēc nodaļā daktare izvirza savus likumus, kas neatbilst patiesībai un nav apstiprināti?*

- Katras nodaļas vadītājam ir tiesības vadīt nodaļu tā, kā uzskata par nepieciešamu, ja tas nav pretrunā ar slimnīcas iekšējās kārtības noteikumiem.

Aicinām arī citu nodaļu pacientus izteikt savu viedokli par Jūs interesējošiem jautājumiem un, ja ir neskaidrības, rakstīt Slimnīcas Pacientu padomei. Savas sūdzības lūdzam iesniegt izskatīšanai SPP locekļiem personiski – I.Laicānei, D Lapiņai, I.Boicovai, K.Kukurim.

=Ar cieņu Inga Laicāne – Slimnīcas Pacientu padomes priekšsēdētāja =

KAS JŪS VADA: PRĀTS VAI JŪTAS

1. **Vai tev ir priekšstats par to, kādam jābūt tavam partnerim?**
 - A. Jā, protams. Tāds taču ir katram
 - B. Nē, man patīk, ja mani pārsteidz
 - C. Man nav precīza priekšstata, taču ir zināmas prasības, kurām jāatbilst partnerim
2. **Vai tici mīlestībai no pirmā skatiņa?**
 - A. Nē, tas nav iespējams
 - B. Reizēm savstarpējas simpātijas rodas ļoti strauji
 - C. Jā, protams
3. **Kas, tavuprāt, dara vīrieti un sievieti laimīgus?**
 - A. Patstāvīgi savstarpēji mīlas apliecinājumi
 - B. Uzticēšanās un tuvība
 - C. Savstarpēja cieņa
4. **Pabeidz frāzi: "Neuzticība attiecībās ..."**
 - A. nav nekas skaists, bet sastopama daudz biežāk, nekā šķiet"
 - B. gandrīz vai nav piedodama"
 - C. liecina par dziļu krīzi attiecībās"
5. **Kādu komplimentu tev visvairāk gribētos dzirdēt attiecību sākumā?**
 - A. Uz tevi var paļauties
 - B. Es bezprātīgi mīlu tevi
 - C. Man šķiet, ka mums var iznākt kaut kas nopietns
6. **Kā tu uzvedīsies, ja visos jautājums tavš un partnera viedoklis atšķirsies?**
 - A. Centīšos izskaidrot savu viedokli.
 - B. Turpmāk šai tēmai nepieskaršos.
 - C. Sākšu domāt, vai esam piemēroti viens otram.

NOVĒRTĒJUMS.

Saskaitiet atbilžu dotos punktus, izmantojiet te redzamo tabulu.

1 2 3 4 5 6

A 3 3 1 3 2 2

B 1 2 2 2 2 2

C 2 1 3 1 3 3

6 – 9 punkti

Tu esi kaislīgs cilvēks ar izteiktu plašu jūtu gammu. Visos lēmumos noteicošie tev ir sirdsbalss diktētie apsvērumi. Tas nav slikti, tomēr nevajadzētu pavisam ignorēt veselā saprāta argumentus.

10 – 14 punkti

Kamēr attiecības nav aizgājušas par tālu, tu jūtām vaļu, tomēr, pirms atvērt sirdi otram cilvēkam, tu ņemsi talkā arī saprātu. Tādā kārtā tev izdodas izvairīties no vilšanās, taču vienlaikus arī nākas zaudēt dažu labu iespēju.

15 – 18 punkti

*Tu esi ļoti prātīgs cilvēks. Jūtas nepārsteigs tevi kā pērkonš no skaidrām debesīm – tām vispirms ir jānobriest. **Padoms:** nevairies no jūtām, ļauj tām ienākt tavā dzīvē.*

PASTA SOMA.

2005. gada 7. aprīlī mani no Strenču slimnīcas aizveda uz Vecpiebalgas slimnīcu. Daudzi domā, ka tas ir pansionāts, bet nē, tas tā nav. Tā ir **Vecpiebalgas psihoneiroloģiskā slimnīca Cēsu rajonā**. Tās jau, tagad es varētu saukt par savām mājām. Skaista, brūnu ķieģeļu māja, kurā savas pagaidu mājas ir atraduši apmēram 70 cilvēki. Augšas stāvā dzīvojam mēs meitenes, bet lejā mūsu puīši. Lai gan tie ir dziļi lauki un Vecpiebalga ir 6 km no slimnīcas, ir arī ezers, kalni un lejas mierīgām kājām ceļš. Mūs aizved gan uz Vecpiebalgas centru, gan Cēsu pilsētu, gan arī var doties uz savu pusīti, ciemos pie draugiem, vecākiem, bērniem.

Vasarā var noplūncāties **Alauksta ezerā**. Rudenī bagāto ražu dod lielais ābeļdārzs, ko paši esam izaudzinajuši, kopjot un strādājot tajā. Brīvajā laikā, notiek dažādi pasākumi, spēlējam bumbu, dažādas sporta spēles. Ir arī trenāžieri, uz kuriem var atgūt fiziskos spēkus. Tas viss pieder pie **rehabilitācijas** nodarbēm. Par mums ļoti rūpējas slimnīcas personāls un dzīvot veselībā palīdz jaukā dakterīte **Anita Zariņa**. Slimnīcā ir arī sava padome un avīzīte "**Soli pa solim**". Tur var lasīt dažādus rakstiņus, informāciju, dzeju, sveicienus savos svētkos. **Piem:** Vārda un dzimšanas dienas. Arī es esmu slimnieku padomē. Tur ietilpst **vadītājs, avīzes redaktors** un ir vēl dažādi pienākumi.

Nesen Vecpiebalgas slimnīcā sākās **EQVAL** darba programma. Strādāju par palīgu dārzniecītei, vēl strādā puīši galdniecībā. Tā kā visas savas zināšanas var izteikt darbā. Kam patīk nieciņi un darbiņš sīkām lietiņām, var arī nodarboties floristikas kursos. Slimnīcai ir arī savs busiņš, ar kuru var nokļūt Cēsīs pie ārstiem, arī ekskursijās uz **Inešu zvēru dārzu un Rundāles pili**.

Nav garlaicīgi, viss ir jauki. Pašlaik veselības sarežģījumu dēļ, esmu šinī slimnīcā, bet noteikti atgriezīšos Vecpiebalgā. Tur ir jauki un mājīgi!

Kad apklusis ir smilšots lauks,
Es zinu, tad vējš uz citu pusi sauc,
Un pati māte man tā tīk,
Kā vērot pat lielu un arī mazu zaru labpatīk.
Tā man šai saulē dzīvot neapnīk.
Ik rītiņu rīta saule rītos,
Mēnestiņš aizvien ik vakarus spīd,
Jo domāju ik dien – Paej malā mākonīt.

= **Liāna Gāzēja, Vecpiebalgas PNS pacientu padomes pr-tāja** =

Pavasaris nāk ar prieku,
Dāvā pilnu laimes sieku.
Manā sirdī prieks vien mīt,
Katrs, to var saskatīt.
Gribētu jums dāvāt prieku,
Cauri dziesmām pilnu sieku.

Prieks ar pavasari priecīgs nāk,
Atnes uzplaukušu pūpolzaru.
Un ja kādreiz bēdīgs prāts,
Tad var jauki pasapņot.

Iveta Boicova.

Atvainojos Latvijas Psihiatrijas Māsu apvienībai, tās prezidentes Jekaterinas Jeremejevas personā, par nekorekti formulētu jautājumu rubrikā "Numura viesis", 2006. gada februāra (Nr.21) numurā.

= **Kārlis Kukuris – redaktors** =

Par Vecpiebalgas slimnīcu

Vecpiebalgas slimnīcā rūpējās gan par slimnieku veselību. Protams, jātiek galā ar dažādiem darbiņiem. To neuzspiež darīt, bet, kam ir prieks darīt kādu darbiņu, tas arī gaida to un, kad pienāk jauna diena, lai varētu sākt darboties. No paša rīta tiek vingrots, ir iegādāti trenāžieri. Notiek arī floristikas kursi. No dažādiem materiāliem un pašu audzētiem un koptiem sausajiem ziediem top vareni darbiņi. Ziemas laikā esam nedaudz brīvāki. Kad sākās dārza darbi, puīši un meitenes tiek saukti uz dārzu. Ja laika apstākļi un mūsu darba rokas visu kārtīgi ir paveikušas, tad arī izdodas varena raža, kas savukārt tiek pašu spēkiem novākta. Palīdzam tehnikai. Apkārtne ir zāļu pļaviņas, kas tiek nopļautas ar zāles pļaujamo mašīnu. Puīši galdniecībā gan taisa remontņus nodaļās, krāso, tad atkal dodas uz galdniecības māju. Līdz tam seko meistari, dārzniecīte. Meitenes mizo virtuvē kartupeļus un palīdz arī citos darbos. Reizi mēnesī notiek slimnīcas padomes sapulce, kurā apspriež nākamos darbus un izvērtē arī padarīto. Tā nu lūk īsumā par darbiņiem Vecpiebalgas slimnīcā. No darbiņa nevajag baidīties, tad jau viss notiekas.

= Liāna Gāzēja =

~ Māmiņai ~

Māmiņ, tu man devi gaismu,
Māmiņ, tu man devi visu.
Māmiņas, viss jaukākās,
Māmiņas, viss skaistākās.
Mātes dod mums padomiņu,
Visos dzīves ceļos ejot.
Lai mūžiņš tam ir ilgs,
Jo mātes ir viss dārgākās.

Lai cik kādi dzīvē esam,
Visi ilgi dzīvot vēlas,
Redzēt visus smaidošus,
Dzīves priecīgus un ņiprus.

Šodien saule debesīs,
Lai tā spīd mūsos visos
Lai mēs visi viens otram,
Labsirdīgus vārdus sakām.

Mīlīgi un jauki,
Ģimenītē jūtamies,
Bērniem, tēviem, mātēm,
Komfortu, lai rada.

Dziesma, lai mūžīgi skan,
Lai nebiedējam viens otru,
Lai stiprinām viens otru ar labiem vārdiem,
Ar mīlestību un ar darbiem.

RĪTS.

Es izeju rīta agrumā ārā,
Es jūtu ziemas elpu dzestro,
Es jūtos tik atbrīvota brīva,
Dziesmu dienai sacerot.

~ Ziemas miers ~

Ziemas mieru iemantojam,
Ziemas mieru iegūstam,
Ziemā gribam būt darbos,
Sevi, citus sargājot.

Ziemas skaistā rota,
Ir kā mākslinieku ota,
Tā ir dota, lai mums būtu,
Dzīves prieks un optimisms.

Ziemā, lai uzzied ziedi,
Ziemā tie zied un zied,
Bērniem, mātēm, tēviem,
Uzplaukst dzīves dzīvot prieks.

Enģeļi esam mēs,
Dzīves priecīgi un mundri,
Un ja kādreiz skumji kļūst,
Uzmundrinām mēs ar vārdiem.

Ziema dod mums savu auru,
Ziemas mieru piepildot,
Ziemas drēgnums, lai mums rimto
Siltu tēju malkojot.

ELPA.

Mana elpa elpot vēlas,
Manā mīļā Latvijā,
Elpojam mēs viens pēc otra,
Elpojam par brīvu.

/Avīzes korespondentu dzejoļus apkopojā Iveta Boicova /

Numura viesis



Šodien Jums būs iespēja tuvāk iepazīties ar mūsu avīzītes redaktoru **Kārli Kukuri** (3. nodaļas pacientu), kas ir arī nodaļas pārstāvis Strenču PNS Pacientu Padomē. Kā intervētāji šoreiz iejutās **Viesturs Siliņš** (3. nod.) un **Inga Laicāne** (Pacientu Padomes priekšsēdētāja un avīzes maketētāja).

Viesturs: Sāksim varbūt ar nelielu ieskatu Tavā bērnībā - kas ir Tava dzimtā puse, kādās skolās esi mācījies un par ko izmācījies?

Kārlis: Mana dzimtā pilsēta ir Valmiera, kaut gan augu Burtnieku ezera krastā un Rīgā. Esmu mācījies "Jāņmuižā", kara ķīmiķu un komjaunatnes skolās. Pēc atgriešanās Latvijā, pabeidzu mācības IeM Valsts Ugunsdzēsības un glābšanas dienesta Mācību centrā. Stažējos Rūsišbergas (Zviedrijā) glābšanas dienesta skolā.

Inga: Kas bija noteicošais profesijas izvēlē un par ko vēlētos strādāt tagad, ja būtu tāda iespēja?

Kārlis: Runājot par profesijas izvēli - man likās būtiski apgūt zināšanas un iemaņas arodos, kuri prasa maksimālu koncentrēšanos, acumirkliģu reakciju, atbildību par saviem lēmumiem un karjeras iespējas. Jā, tās nav tikai profesijas, tas ir dzīvesveids. Par ko vēlētos strādāt tagad? Pēdējo gadu laikā esmu krietni daudz domājis par to, meklējot iespējas strādāt jebkuru darbu.

Inga: Vairāki Tavas dzīves gadi saistīti ar dienestu armijā un ugunsdzēsējiem. Kādas ir atmiņas, un kāda dzīves pieredze gūta tajos laikos, vai tā noder arī tagad?

Kārlis: Viennozīmīgi - dienests PSRS Bruņotajos spēkos un LR IeM Ugunsdzēsības un glābšanas dienestā deva kolosālas zināšanas, iemaņas un nenovērtējamu pieredzi. Tomēr, pēdējos 9 gados tam nav nekādas nozīmes. Jā, pat pašas gaišākās atmiņas mēdz būt sāpīgas....Nē, tagad dienesta un darba gadu pieredze man neko būtisku nesniedz, jo mana dzīve kopš tiem laikiem ir kardināli mainījusies. Laikam skrienot mainās gan cilvēki, gan viņu skats un attieksme pret dzīvi, līdzcilvēkiem (sabiedrību kopumā).

Inga: Kas ir tas, kas Tev palīdz dzīves grūtākos brīžos un ko Tu ieteiktu citiem tādās situācijās?

Kārlis: Domāju, ka cilvēks nogurst nevis no dzīves, bet no prātošanas par dzīvi. Jā, dzīvē gadās neapspaužami grūti brīži, kurus pārvarēt varu tāpēc, ka blakus ir tuvs, saprotošs un mīļš cilvēks. Nenoliedzami, daudz laika es pavadu slimnīcā. Esmu ļoti pateicīgs 3. nodaļas vadītājam – ārstei Lienei Lapiņai, ārstiem Andrim Arājam un Jānim Ozoliņam, vecākajai māsai Evai Apinei, darba terapijas instruktorēm Ingai Āboliņai un Inetai Malkei, saimniecības māsai Aldai Zeiļukai, visām medicīnas māsām un lielākajai daļai sanitāru par profesionalitāti, sapratni, iejūtību un atbalstu.

Inga: Zinām, ka aizraujies ar mūziku un labprāt dzied. Vai tā ir tikai aizraušanās, sevis apliecināšana, vai arī sniedz Tev garīgu piepildījumu?

Kārlis: Nē, mans muzicēšanas laiks beidzās pirms pārdesmit gadiem. Arodskolā spēlēju bungas un basu, biju skolas orķestra vecākais. Dienot armijā biju bundzinieks grupā (brīvajos brīžos), kuras sastāvā bijām divi latvieši, divi igauņi, divi lietuvieši. Vai spējat iedomāties, ko mums nozīmēja 1986.-1990. gados Padomju valstī dziedāt "Atmostas Baltija" un citas līdzīga satura dziesmas? Mēs to darījām regulāri, "neraustoties" ne no viena...Jau daudzus gadus uz mūzikas terapijas nodarbībām pie Raldas Ziemules es ikreiz eju kā uz svētkiem. Jā, es mēģinu dziedāt citiem un sev. Apzinos, ka manu priekšnesumu mērķis nav muzikāla vērtība. Nav... Ir dialogs-parādīt ko jūtu, kas esmu.

Viesturs: Vēl viena Tava aizraušanās ir literatūra. Kas ir Tavi mīļākie autori, kādas grāmatas? Kas patīk no jaunajiem literārajiem darbiem? Ko lasi patreiz?

Kārlis: Jā, cik sevi atceros – lasu. Patīk lasīt A. Kolberga, T.M. Rīda, Ē. Stroda, A. Mariņinas, M. Zariņa, E. Topoļa, F. Ņeznanska, E.A. Po, E. M. Remarka, O. Rudņeva, Ž. Simenona, A.K. Doila un daudzu citu autoru darbus. Tomēr, Egils Lukjanskis un Mario Pjūzo – ārpus konkurences.

No dzejniekiem vēlos izcelt A. Čaku, J. Ziemeļnieku, O. Vācieti, A. Skujiņu un D. Lapiņu. Viestur! Esmu lasījis daudzus, Tevis radītus dzejoļus. Veiksmi Tev arī turpmāk!
Visu laiku mīļākā grāmata? M. Pjūzo "Krusttēvs".

Inga: Tu labprāt ne tikai lasi, bet arī raksti. Kādi ir Tavi lielākie panākumi šajā jomā?

Kārlis: Nē, es nerakstu neko fundamentālu. Nu jau ilgu laiku nerakstu neko un nedomāju to darīt. Rakstu "Parkam".

Inga: Tā kā esi mūsu slimnīcas avīzītes "Parks" redaktors pastāsti lūdzu par savu darbību tajā – kas iepriecina un kas varbūt sarūgtina?

Kārlis: Nē, mūsu izdevums nav komerciāls produkts. Žēl, ka iznākot jau trešo gadu "Parks" ir melnbalts. Atliek cerēt, ka ar laiku tas kļūs krāsaināks. Ja atceraties no avīzes nodibināšanas brīža (30.01.2004.) redakcijā strādāja un strādā Tu – Inga, Daiga Lapiņa, Aldis Ozoliņš, Dainis Matisovs un es. Nedaudz vēlāk mūsu rindas papildināja Daira Kozure. Jā, cilvēki ir nākuši un gājuši, bet šis kodols ir palicis neskarts – lūk, pozitīvs fakts.

Inga: Strādājot ar Tevi kopā slimnīcas Pacientu Padomē, esam iepazinuši Tevi kā aktīvu pacientu tiesību aizstāvi un cīnītāju par slimnīcas sniegto pakalpojumu uzlabošanu savā nodaļā. Gribētos zināt Tavas domas par pašreizējo situāciju slimnīcā un vai nepieciešams to mainīt?

Kārlis: Gandrīz vai piekrītu, tomēr, ar mazu iebildi – 3. nodaļā, kuru slimnīcas Pacientu padomē pārstāvu es, nav savas padomes. Runājot par tuvāko nākotni, domāju, ka ne visās nodaļās acumirkļi tiks dibinātas padomes. Varbūt nelielas pašpalīdzības vai atbalsta grupas? Savulaik, piedaloties projektā "Patstāvīgas dzīves prasmes" mēģinājām darboties pēc minēto grupu parauga (modeļa). Tas daudziem deva zināmas zināšanas, pieredzi un iemaņas. Grupu, kurā piedalījos es, vadīja Ilzīte Dambīte un Eva Apine. Paldies viņām, ka palīdzēja pacientiem un pacientēm saskatīt ikdienas dzīvē daudz pozitīva! Kā ar SPP būs turpmāk? Laiks rādīs. Tas atkarīgs arī no padomes locekļu mērķtiecības un aktivitātes. Darbosimies!

Inga: Tagad, veselībai uzlabojoties, tu dzīvo ārpus slimnīcas teritorijas – irē apdzīvojamo platību tepat Strenču pilsētā. Kādi plusi un mīnusi ir šādai dzīvošanai?

Kārlis: Nē, nedomāju, ka mans veselības stāvoklis varētu pozitīvi mainīties.

Jā, man ir iepatikusies šī pilsēta- Strenči, tādēļ jo īpašs prieks, ka nu jau gandrīz gadu dzīvoju šeit. Nē, saikni ar slimnīcu neesmu zaudējis - man ir iespēja vadīt pacientu avīzi un darboties Pacientu padomē. Ticu, ka pastaigas slimnīcas parkā un mežā dziedē mūs.

Inga: Ar sociālām un psihosociālām grūtībām savā ikdienā saskaras, atļaušos teikt, visi mūsu pacienti, bet kas Tavuprāt varētu mainīt Latvijā radušos situāciju?

Kārlis: Viennozīmīgi, tās pastāv, tomēr neticu, ka mūsu pašu (pacientu) spēkos būtu iespējams kaut ko kardināli mainīt. Latvija ir viena no retajām bijušās PSRS republikām, kurā nav pieņemts (tātad nedarbojas) "Psihiatrijas likums". Par kādu valsts un sabiedrības attieksmi pret cilvēkiem ar garīgas veselības problēmām var runāt? No comments...

Inga: Arī mūsu slimnīcā notiek pozitīvas pārmaiņas – tiek veidotas pacientu darbnīcas, 11 pacienti strādā EQUAL projekta ietvaros, saņemot reālu algu par savu darbu. Varbūt padalīsies savās pārdomās par rehabilitācijas procesiem mūsu slimnīcā un tās perspektīvām?

Kārlis: Kam tiek veidotas šādas darbnīcas? Kā notika 11 darbinieku atlase EQUAL finansētajam projektam 2005. gada vasarā? Man ir informācija, ka šī atlase... Žēl, ka tā...

Inga: Varbūt nerunāsim nobeigumā par tumšām pusēm, bet beigsim uz gaišākas nots - ko Tu novēlētu avīzes lasītājiem un veidotājiem?

Kārlis: Novēlu veselību un izturību visiem! Lai piepildās lasītāju un avīzes veidotāju vēlmes, nodomi un radošie plāni! Veiksmi visiem!

Inga: Kā mūsu slimnīcas Pacientu padomes priekšsēdētāja SPP vārdā izsaku lielu prieku, ka tieši Jūs esat 3. nodaļas pārstāvis un avīzes „Parks” pārstāvis mūsu sanāksmēs, kur vienmēr veidojas ļoti interesantas un auglīgas diskusijas par pacientiem aktuālām tēmām. Man ir patīess prieks strādāt kopā ar tik zinošu, atsaucīgu un radošu cilvēku. Liels paldies par iespēju iepazīt Tevi šajā intervijā. Ceru, ka Tava un SPP sadarbība turpināsies arī turpmāk un būs labs ieguldījums nākotnē. Lai Tev arī turpmāk izdodas viss iecerētais!

Apsveikumi



Īss mūsu mūžs.
 Un daudz vēl tajā ēnu
 Cik labi, ka ir cilvēki kas prot,
 Šo īso mūžu pārvērst skaistumā.
 Savāksim kopā it visu to mīļumu
 Senās dziesmās un teiksmās kas snauž,
 Salasīties kā zvirgzdus tos vārduņus,
 Ko mātes bērnam gar šūpuli sprauž
 Un gaismā, kas palo ap Tevi,
 Pašai Tev starot liek....

/Jūlijs Vanags/

Mīļi sveicam mūsu dakterīti SVETLANU TĒRAUDU skaistajā jubilejā! Vēlam būt tikpat sirsnīgai, atsaucīgai un jaučiai kādu Jūs redzam ikdienā! Laimi, veselību, izturību vēl 1. nodaļas meitenes.

Neticiet vārdiem- ne saviem, ne citu, ticiet tikai darbiem - saviem, ne citu.

/L.Tolstojs/

Vēlamies izteikt pateicību slimnīcas celtnieku brigādei par skaisti un operatīvi izremontētām šūšanas darbnīcām. Skaistā vidē arī darbi sokas raitāk.

Lielu paldies saka šuvējas un novēl spēku, izturību, darba sparību mūsu celtniekiem arī turpmāk!

Izsāpēt sarkanu rozi no krūma,
 Izdziedāt putnu no mākoņa drūma,
 Izraudāt zivi no viļņa zila,
 Izelpot liesmu no malkas šķilas,
 Izšķirt uz nāves un dzīvības strīpas,
 Kaut vienu dzirksteli mīlestības.

/ J.Sirmbārdis /

**Mīļi sveicu
 dr. Ilonu Paegli
 vārda dienā!**

Liels paldies par Jūsu sapratni, iejūtību un lielisko ārstēšanu. Lai Jums ikdienā ir mazāk rūpju, bet vairāk prieka un laimes.

= Inga Laicāne, 1.nodaļa =

Vai brālīti ,vai brālīti,
 Tavu lielu gudrību:
 Ko actiņas apredzēja
 To rociņas padarīja.

Kas darbiņu nedarīja,
 Tas staigāja raudādam'
 Kas darbiņu padarīja,
 Tas staigāja dziedādams.

Es negāju lepnu prātu
 Nevienā vietīnā,
 Savu darbu padarīju
 Vēl otram palīdzēju.

Apkures sezonai beidzoties, vēlamies pateikties mūsu slimnīcas kurinātājiem par siltumu, ko devāt visai slimnīcai ziemas spelgonī. Lai Jūsu dotais siltums atgriežas Jūsu sirdīs ar uzviju.

Paldies !

= Slimnīcas Pacientu padome =