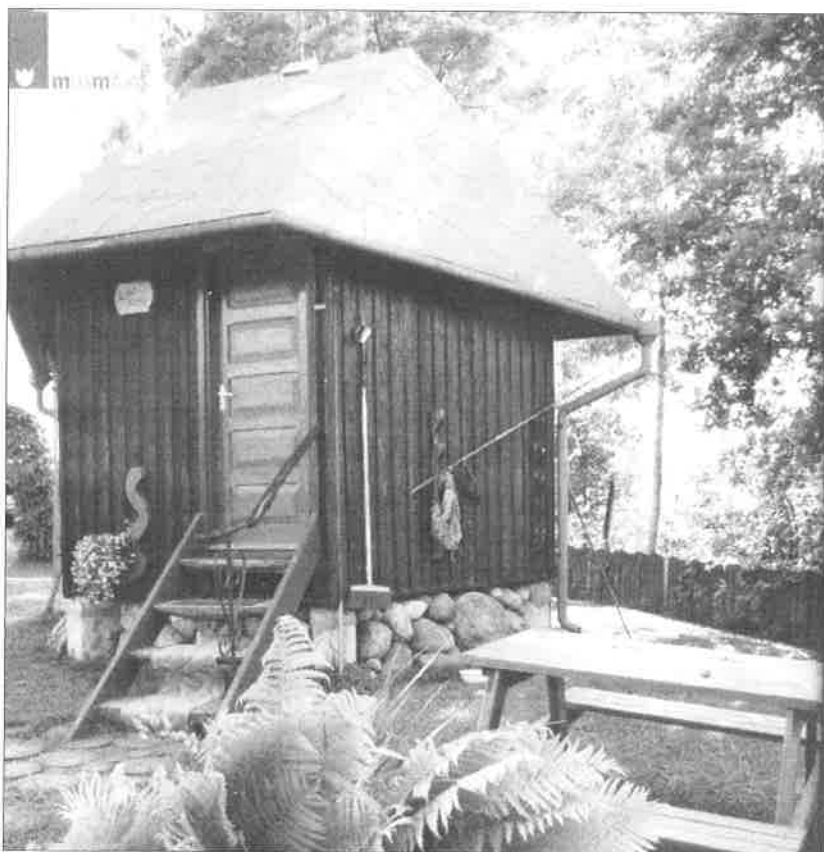


Strenču psihoneiroloģiskā slimnīca
Informatīvi izglītojošā
avīze

PARKS



2007. gada

Nr. 34

jūnijs

= 2 =

Redakcijas sleja:

Vēl saule karsē tik spoži, un drīz sāksim gatavoties Līgo svētkiem – Vasaras saulgriežiem, kad ir visīsākā nakts un garākā diena, kad uzzied papardes zieds, kad jāņtārpiņi rotājas. Lai ielīgojot Jāņus un Līgas, kā arī visus cilvēkus apsveicot un labu novēlot, netrūkst ne laba vārda, ne smaida un humora dzirksts, lai silti top ap sirdi katram, kam grūti klājies, kam kā trūkst. Nepaiesim garām nevienam, pat tam, kurš pakritis – varbūt jūs esat viņa pēdējā cerība...

= Valda =

Pateicība

Vilnim Velderam, 8. nodaļas pacientam, un Ivaram Andersonam, 5. nodaļas pacientam, par sagādāto pārsteigumu slimnīcas bibliotēkai, ziedojoš jaunās grāmatas.

Pacientu un bibliotekāres Sandras vārdā paldies.

Ceturdien, 21. Jūnijā plkst. 14.00
SPORTA LAUKUMĀ

NOTIKS LĪGOŠANA

Jāņa diena svēta diena
Aiz visām dieniņām:
Jāņa dienu Dieva dēls
Saules meitu sveicināja.

Lustīgu līgošanu un ziedošu vasaru
novēl „Parka” redakcija!

22. Jūnijā plkst. 13.30

Sporta laukumā

Labdarības koncerts

“Nāburgi” no VALKAS

Saules un auglības svētki

Katru gadu vasarā līgo dziesmas pāršalc visu Latviju, jo klāt ir Līgo svētki vai Jāņi, kā nu kurš tos sauc. Tie ir vasaras saulgrieži, kad ir visgarākā diena un visīsākā nakts. Tad ļaudis aizkur ugunsurus vai darvas mucas kārts galā, lai izgaismotu īso tumsas brīdi, ēd sieru un dzer alu, bet īstiem līgotājiem jāprot alus dzert tā, lai nepiedzertos līdz saules lēktam. Jā, un, protams, visi dzied līgo dziesmas, aplīgojot gan laukus, gan pļavas, gan viens otru. Tautas dziesmu pūrā līgo dziesmu ir gana. Cilvēki mājas izrotā ar mejām, ozollapu vijām, arī sevi ar vainagiem – vīriešiem no ozolzariem, sievietēm no ziediem un dažādām zālītēm. Tautas dziesmā teikts:

Jāņu nakti nepazinu,
Kura sieva, kura meita,
Ij bij' sievai, ij bij' meitai
Galvā ziedu vainadziņš.

Par šiem svētkiem ir daudz ticējumu. Kas tad teikts "Ainas laika grāmatā 2001"?

20. jūnijs – sākas gada II ceturksnis, kad jāvēro kāda sagaidāma vasara: vai pārsvarā pūtīs aukstais – sausais vai siltais – mitrais vējš.

22. jūnijs – Zāļu diena, kad lasītās zāļu tējas un gieztās slotas ir īpaši ārstējošas. No šajā laikā savāktajām zālēm savārtītās tējas līdzēs kā cilvēkam, tā lopam.

23. jūnijs – Līgo diena arī ir zāļu lasīšanas laiks, bet tad galvenokārt lasa ziedus un zarus vainagu vīšanai. Pušķošanās ar jāņu zālēm un vainagiem ir paredzēta auglības veicināšanai.

Jāņu nakts – nakts no 23. uz 24. jūniju. Auglības labad tiek kurti ugunsuri, aplīgota visa dzīvā radība, arī lauki, sēta, ēsts siers, dzerts alus, lai būtu svētība laukam un tīrumam.

24. jūnijs – Jāņi – svinama diena, vēl turpinās līgošana, bet jau prasās pēc siļķes, skāba gurķa un avota ūdens.

Līgot vēl var līdz pat Pētera dienai – 29. jūnijam, kas pieskaitāma pie Pērkona dienām un ir jāsvēta, lai Pērkons sargā.

Vēl gribu pieminēt 27. jūniju – Septiņu gulētāju dienu, kas slavēna ar laika apstākļu vērošanu: ja ielīst Septiņos gulētājos, tad līs 7 nedēļas.

Visām Līgo svētku paražām un izdarībām ir viens uzdevums – saglabāt veselību kā cilvēkiem, tā lopiem un ietekmēt izdošanos saimniecības darbos.

Dadžus, nātres un pīlādžus apsprauda Līgo vakarā ap kūts, laidara un istabas durvīm, lai ļaunajiem gariem un raganām aizsprostotu iekļūšanu iekšā. Arī pie tīrumiem un pļavām iesprauž pīlādža zaru, lai velns neizbradā.

Jāņu kroņi jāizžāvē un jālieto dažādu slimību ārstēšanai. Ļoti vērtīga "Jāņu zāle" ir vīgrieze, to sakņu sulu liek uz traku suņu un čūsku kodumiem, bet ziedus lieto pret garo kāsu, arī kā nomierinošu līdzekli. Vīgriezes plūcot, Jāņu naktī nav jābaidās no čūskām, jo, kā tautas ticējumos teikts, kur vīgriezes aug, tur čūskas nemājo.

Ļaunuma atvairītājas, šķīstītājas un lauku auglības veicinātājas spēks piemīt Jāņugunij, kuru centās iededzināt ar saules rietu, lai tīrumi nepaliktu bez gaismas līdz saules lēktam. Tā paša iemesla dēļ jāaplīgo viss, kas redzams, kam jābūt veselam, auglīgam, skaistam. Jālīgo līdz laikam, kad saulīte sāk rotāties.

Arī tradicionālajiem Jāņu ēdieniem – saules simbolam sieram jāveicina veselība un auglība gotiņām, bet alus dzeršana dos svētību druvām.

Un kur tad galvenā paraža – papardes zieda meklēšana un tā maģiskais spēks. Kurš to atrada, to vairs nekāds ļaunums nevarēja aizsniegt. Tikai jāatceras, ka papardes zied tikai Jāņu naktī.

Lai būtu vesels un skaists, jāmazgājas saulgriežu nakts rasā un tā jāsakrāj saullēkta laikā – vēlāk arī noderēs šis skaistumkopšanas līdzeklis.

Tagad, apbruņojušies ar tādām zināšanām, varam mierīgi mācīties Līgo dziesmas un gaidīt saulgriežu nakti, lai zināšanas liktu lietā.

Līgojat(i), līgojat(i),
Nav vairs tālu Jāņu diena,
Šī dieniņa, rītdieniņa,
Parīt pati Jāņu diena.

Līgo, līgo...

10. nodaļas prezentācija

Nodaļas vadītājs dakteris Jānis Ozoliņš pēc jaunajā amatā pavadītajām 100 dienām ar labiem vārdiem un paldies pieminēja savu ilggadējo priekštecī dakteri Juri Rusmani un stāstīja par nodaļas darbu, atšķirību no citām Strenču Psihoneiroloģiskās slimnīcas nodaļām, tās vēsturi un specifiku. Pēc nodaļas vecākās māšas Andra Ozola uzrunas, kurā tika uzteikts nodaļas personāla komandas gars, notika koncerts, kurā pacienti uzstājās ar savām sirdij tuvākajām dziesmām – Fēlikss dziedāja „Nokrāso manu pasauli”, Anatolijs dziedāja un uz ģitāras sevi pavadīja dziesmā „Dzīvoja reiz lapa zarā”, un Alens uzstājās ar dziesmu „Liepas satumst”.

Tad Andris Ozols pieteica skečiņu, kura fabula balstīta uz nodaļas ikdienu – kā ar policiju tiek atvests jēgu pārdzēris puisietis, kuru moka delīrija murgi, kā viņam tiek izpumpēts alkohols un kā plēgurs pēc kāda laika atkal nokļūst nodaļas ārsta rokās. Ludziņu veidoja Armands, Līga, Rudīte, Ziedīte, Anatolijs, Guntis un galvenajā, žūpas, lomā Dace – pacientu aprūpētāji, kuri uzveduma izskaņā dziedāja maķenīt par dzērājdziesmu pārveidoto „Aiviekstes ozoli”.

Beigās nodaļu svētkos sveica Strenču Psihoneiroloģiskās slimnīcas direktors Vitālijs Rodins, un personāla daļas vadītāja Maija Ancveriņa sacīja paldies nodaļai un tās darbiniekiem.

Agnese



Ingas Siliņas koncerts

Šā gada 23. maijā ievu ziedu pašā plaukumā notika Ingas pašas izveidotais solokonzerts ar Ingas izvēlētām melodijām un visu koncerta saturu.

Inga labi prata savienot gan dziedāšanu, gan runāšanu. Viņa pati teica, ka “dižens ir tas mākslinieks, kurš prot to visu apvienot”. Daļa skatītāju bija tik saviļņoti, ka acīs bija sariesušās asaras un pa kādai arī noritēja.

Raksta un koncerta varone pati izteicās, ka mākslas mīlestība viņai esot jau iedzimta, jo ir dižā Edgara Liepiņa novadniece.

Izsakām pateicību Ingai Strenču Psihoneiroloģiskās slimnīcas pacientu vārdā.

Lai viņai veicas, lai rodas atkal jaunas dziesmas un teksti!

Galvenais – nenogurt!

Dzīves uguni kurt! Inga! Mēs esam ar tevi!

= Pacientu vārdā Valda =



Paldies

Prieks un smieklī.

PRIEKS – pacīlājošs un ierosinošs tīksmais jūtu pārdzīvojums, kas pieder pie steniskiem afektiem. Tas ierosina asinsriti pat vissīkākajos asinsvadiņos, atjauno dzīves enerģijas rezerves visā organismā, tā veicinot garīgā un fiziskā darba spējas.

Prieks vienmēr pavada jaunrades procesu. Īsts prieks nāk no labas sirdsapziņas, no cēlas un taisnīgas domāšanas un rīcības, no nejaušu sīkumu neievērošanas, no harmoniskas dzīves mierīgās un noteiktās gaitas.

SMIEKLI – tā ir patiesa prieka izpausmes sastāvdaļa, tiem jābūt vētrainiem, tādiem, kas nāk no sirds dziļumiem, drebina krūtis un atjauno dvēseli.

Maskavas profesors E. K. Senns ir zinātniski pierādījis, ka smiekliem cilvēka dzīvē ir liela psiho fiziska nozīme, jo tie atsvaidzinoši iedarbojas uz pārpūlēto nervu sistēmu. Viņš ir izsecinājis, ka smejojoties pazeminās asinsspiediens krūšu kurvja un galvas daļā, bet tās sava veida ķermeņa vibrācijas, kas rodas smejojoties, veicina stimulējošu, pamudinošu asinsspiediena paaugstināšanos, kas reizē ar atvieglinātu asins apmaiņu pakļauj smadzenes īpatnējai masāžai.

Smieklī masē smadzenes, apgādā tās pastiprināti ar asinīm un intensīvi atbrīvo no “pārpūles produktiem”, veicinot smadzeņu atpūti. Veselīgi smieklī dod organismam tik nepieciešamo mundrumu, aktivitāti un svaiguma sajūtu.

Prieks, veselīga līksme un smieklī ir vislabākās zāles, kuras jālieto regulāri un neierobežotā daudzumā. To pamata rezultāts – veselība, kas veicina skaistumu.

TICĒJUMI

Prieks gaidāms:

- ja niez kreisā acs;
- ja ar labo kāju izkāpj no gultas;
- ja zirneklis nolaižas acu priekšā.

Priecīgs būs gads vai tikai vasara, ja pirmo ierauga gaišu tauriņu;
ja no kāršu skavas, kas palikta zem spilvena, no rīta izvelk kādu ercenu.

- Sapņi vēstī prieku, ja raud;
- ja redz aunu;
- ja dzer degvīnu no pudeles;
- ja redz vīzes.

Ja sapnī redz baltu audeklu, būs priecīgs ceļojums.

Pēc “Ainas laika grāmatas 2001” = sagatavoja: Inga Siliņa 6. nod. =

= 7 =

Pasta soma

Tur aiz loga jau modies rīts,
saule tik spoži spīd.
Un Gauja rotājas kā ko gaidīdama,
smaidīdama.

Tā vasaras saule no Gaujas uz jūru
to zilo horizontu, to
balto jahtas buru. Kuru?

Ķērc vārnaste, tur lido kajjas.
Pilsētu atstāt domā kādas Maijas.

Bet varbūt viņas tepat zivju dīķī
ievilks kādu laivu, paņems grozu
un iestādīs ūdensrozi.

Ar bērniem uzspēlēs kādu spēli,

kā jau mātes, ja vajadzēs,
parādīs mēli un tad tecēs atkal

kā Gaujas tur, kur

kāda govs mauj.

Urrā! Ierūcas mašīnas motors.

Tad ceļa putekļi pacelsies
virpulī draiskā.

Kā? Nu jauki man atkal būs
mani lauki!

25. 05. 2007.

= Valda Ostrovskā =

Kad tumšas domas sirdī zogas
Un satraukumā pukst tev sirds,
Tad palasi šīs manas rindas,
Kas rakstītas no visas sirds.

Nav dzīve salda tā kā medus,
Ko kāri karotēm var smelt,
Ikkatram cilvēkam uz zemes
Savs rūgtais piliens klāt ir likts.

Lai arī cik tev grūti būtu,
Izmisumā nedrīkst krist,
Saņemot vajag visus spēkus –
Grūtībām var pāri tikt.

= Inese Baranova, 6.nod. =

Varbūt tikai šovakar varu
dienas kādas pirms vasarsvētkiem
būt tāda, kāda es esmu.

Varbūt es varu būt tikai
tāda šobrīd, kad ābeles zied,
kad cilvēki atver sirdis un
smaidīdami viens otram
pretī iet, - bites zumina,

medu vācot. Vai meduslācim
Vinnim būtu jāizlien no
savām vēsajām priežu meža

sūnām tur, uz jūras pusi
paost, kā smaržo šis

saulgriežu gaiss? Vai tu
vari sev atbildēt, kā jūties

šobrīd? Vai tikai apkārtne –
ziedi, pļavas un ābeles –

smaržo?

Es atmostos, es atkal jūtos
brīva, dzīva,

dabai piederoša.

Es atkal skrienu pa pļavām,
mežiem un laukiem,

es nevienam neatskaitos,

kur esmu, kur eju, ko daru, -

es zinu, cik un kā, ko es varu!

Tu domā, ka var tā – tikai

kā gribi un vēlies,

ka, kad no rīta esi cēlies,

viss notiks!

Nekā!

Šī nav pasaka. = Valda =

Ja dzīvē grūti ir, palūkojies uz augšu.

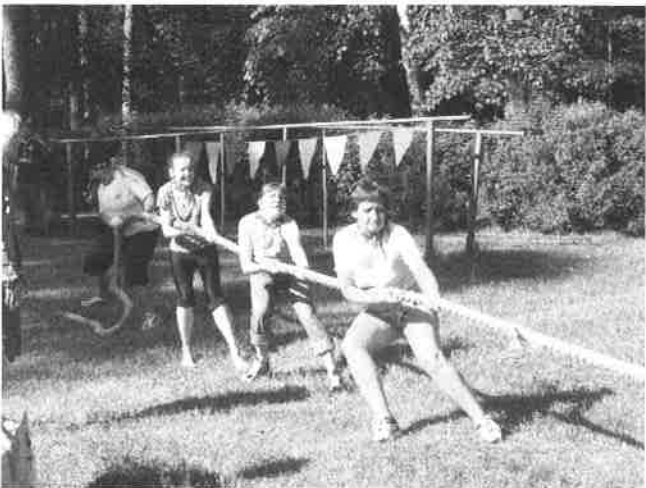
Tu spēsi būt jauks un spēcīgs,

Tu vari būt arī grēcīgs, bet

Ar tevi viss būs labi,

Un palīdzēs pat ceļa stabi.

= Valda Ostrovskā, 6. nod. =



7. jūnija SPORTA SVĒTKI

Ai, Jānīša vakariņš,
Ozuliņa tērētājs!
Grib dārziņi, tīrumiņi,
Grib meitiņas vainadziņu.

Es nopinu vainadziņu
Visādām lapiņām,
Ziedēj, mans vainadziņš
Visādiem ziediņiem.

Līgojati, līgojati,
Nav vairs tāļu Jāņa diena:
Šī dieniņa, rītdieniņa,
Parīt pati Jāņa diena.

Eita, meitas, kōdeilōs,
Dzīdit skaistys Jōņa dzīsmys,
Reitu byus Jōņa dīna,
Skaista sauleite leigōs.

Kōdeiles, munas kōdeiles,
Cīši greuši salaseitos,
Cyta pleukta jeureņōs,
Cyta jeuras maleņā.

Plūc, māsiņa, ko plūkdama,
Saplūc raibus puķu pušķus,
Zilus, baltus, iedzeltenus,
Kas Jāņos uziedēja.

Visas puķes noziedējšas,
Papardīte neziedējse;
Tā ziedēja Jāņa nakti
Sudrabiņa ziediņiem.

Bur man buri, skauž man skauģi,
Nevar manis izpostīt:
Dieviņš taisa dzelžu sētu
Apkārt manu māju vietu.

Tiesa, tiesa, ne meliņi
Vecu ļaužu valodiņa:
Zirnīts auga kāstīti,
Kaņēpīte cekulā.

Līgo saule, līgo bite
Pa lielo tīrumiņu,
Saule sienu kaltēdama,
Bite ziedus lasīdama.

Guli, guli Jāņa māte,
Tavi darbi padarīti:
Cūkas pupas izravēja,
Kazas šķina kāpostiņus.

Jāņa bērni danci veda
Apkārt kuplu ozoliņu,
Es tev lūdzu, Jāņa māte,
Ieved danci istabā.

Nāciet šurp, Jāņa bērni,
Garām vis neejiet,
Es jums došu, kas man būs,
Kvasu dzert, sieru ēst.

Nākat šurpu, Jāņa bērni,
Nenākat bīdamies,
Te dzied pate Jāņa māte,
Alus kannā rociņā.

Ai, bagāta Jāņa diena,
Atved man arājiņu;
Ja ved jaunu, tad ved skaistu,
Ja ved vecu, tad bagātu.

Dievs dod man lielai augt,
Es grib, Jāni vīru ņemt:
Kad atnāca Jāņa diena,
Visi Jāni daudzina.

Jānīšam skaista sieva,
Pēterami vēl skaistāka,
Jēkapiņam gadījāsi
Tīri tāda čigāniete.

Ko mēs labu vēlēsim
Jāņa mātei šovakar?
Ilgu mūžu, labu laimi,
No Dieviņa veselību.

Koncerts pie strūklakas Vasarsvētkos.

Gribēju uzrakstīt savus iespaidus par 31. maija koncertu, lai gan, savu iemeslu dēļ, nenoklausījos un nenoskatījos to līdz galam, bet, ja Strenču Psihoneiroloģiskās slimnīcas vadību interesē mans pacients kā arī avīzes "Parks" mākslinieciskās redaktora viedoklis, tad atļaušos to paust.

Tas bija super! Iespaidīgi! No otras puses, es, cilvēks ar papīra nerviem, vairāk raudāju nekā skatījos. Jautāsi, kāpēc? Lai gan tas bija tik jauki, bērni un veci cilvēki manī vienmēr izraisa prieku un reizēm arī žēlumu par to, kas varēja būt, bet nebija. Skatoties bērņu raitos deju soļus, atcerējos, ka kādreiz arī pati deju Priekuļu vidusskolas tautisko deju kolektīvā, un tas bija viens no jaukākiem laikiem. Bija mēģinājumu atbildības nasta, kad nu neparko negribējās kārtējās divas stundas lēkāt un mācīties jaunos deju soļus, bet bija arī jautri brīži, kad mēs, meitenes, nogrimējām kādu no puisiem un tad smējāmies, kad rīkojām atpūtas vakarus.

Lai tie bērni, kuri tagad deju, augot lielākiem un izejot savā dzīvē, to turpina arī tālāk, jo to stāju un latviskuma, savas identitātes izjūtu nekas neiemāca labāk kā tautas dziesmas un dejas!

Paldies par sagādāto emociju pārpilno prieka brīdi!

= Valda Ostrovska, 6. nod. =

