

Parkinsonihaiguse Seltsi laagripäevad Karaskil. R. Sillakivi

20. juuli reede hommikul läks sõiduks Tallinnast Tartusse. Tublid Tartu Parkinsonihaiguse Seltsi esindajad olid organiseerinud laagripäevad Karaskil. Tartust sõitsime koos tartlastega laagripaika. Kui kohale jõudsime oli pererahvas meid tervitamas. Vaatasin ümbrust. Olin siin esimest korda. Oli ka neid, kes olid mitmendat korda. Meie päralt oli kaks kena majakest ja ümber majade hästikorrastatud ümbrus. Muru korralikult niidetud ja palju lilli. Karask asub Tartu ja Võru vahel ja on looduslikult kaunis kohas. Künklik maastik, järvesilm, kus võis ujuda, palju varjulisi ja ka päikeseküllaseid kohti. Esimene mulje oli väga hea.

Ja siis algas majutamine. Toad olid kahel korrusel kahele või kolmele inimesele. Kõik said endale meelepärased toanaabrid. Maja oli äärmiselt puhas ja mugavalt sisustatud. Loengute saalis oli pehme mööbel. Seal võis ka vabal ajal end mõnusalt tunda ja suhelda laagrikaaslastega. Puhketoas võisid televiisorit vaadata. Seriaalide vaatajatel ei jäänud ükski seeria nägemata. Laagri päevakava oli hästi läbimõeldult planeeritud. Loengud huvitavad ja vajalikud. Reedel saime teada uut parkinsoni tõvega seotud probleemidest. Meile luges professor Toomas Asser. Dr. Pille Taba loengu teema oli "Parkinsoni tõve kodulehekülj internetis". Tal oli kaasas ka kaasaskantav arvuti ning palju pildimaterjali. Peale loengut saime esitada individuaalselt küsimusi ja võis ka arvituga tutvust teha. Laupäeval luges meile medõde Ene Olt "Põiehädad neuroloogiliste haigustega patsientidel". Ene Ilves rääkis ravimtaimede kasvatamisest ja Ene Täht ravimtaimede kasutamisest kõhukinnisuse ja lihasevalude korral. Saime ravimtaimi vaadata, katsuda ja meelde jätta. Ülle Krikmann pidas loengu "Veelkord söömisest. Mida ja millal". Söögid olid laagris isuäratavad ja maitsvad. Ergutavad olid kohvipausid. Teenendamine lahke ja sõralik.

Ilmadega vedas. Kõik päevad olid palavad ja päikesepaistelised. Äsja puhastatud järvevesi meelitas ujuma. Minule magedas järvevees ei meeldi supelda aga toanaaber sulistas mõnuga ja oli teisigi, kes karastavast suplusest ära ei öelnud.

Hommikuvõimlemised olid virgutavad. Oleks rohkemgi võimlemist soovinud.

Jalutuskäigud ümbruskonna looduses mõjusid tervistavalt.

Laupäeva õhtul oli meeleolukas seltskondlik olemine. Laulsime tuttavaid laule ja tantsida sai ka ning mängisime seltskondlikke mängu. Selline õhtu liidab inimesi, aitab unustada puuded ning mured. Vaatasin ratastoolis istuvat naist. Tema silmad särasid ja püüdlilikult laulis ta tuttavaid laule kaasa. Ei tea kaua oleksime seal laulnud, aga äikesevihmandis märku, et aeg on järgmiseks päevaks välja puhata. Terve öö sadas äikesevihma. Pühapäeva hommikul paistis jälle päike. Loodus oli värskelt pestud ja lõhnas meeldivalt. Natuke nukker oli meel, sest täna tuli lahkuda. Otsa said meelde jäävad päevad Karaskil. Suur tänu korraldajatele. Osavõtjatele oli ju kõik tasuta. Veelkord suur tänu.