

OBNOVITVENA REHABILITACIJA PACUG 2020

Prišlo je korona-leto 2020. V našem društvu PARAS pa je prišlo do sprememb.

V roke sem dobila prijavnico za obnovitveno rehabilitacijo. Prvič smo imeli možnost koriščenja ob morju in sicer v Pacugu. Takoj sem se prijavila. Od 11.9. do 23.9 2020 se nas je OR v Pacugu udeležilo 7 članov in 3 družinski člani.

Namestili smo se v novem delu vile Pacug. Vreme je bilo enkratno. Temperature so bile zjutraj od 18 do 22 stopinj, čez dan od 25 do 30. Morska voda v bazenu je bila vsak dan toplejša, gibala se je od 22 do 26 stopinj. Bazen je bil odprt od 10.00 do 18.00 ure.

Vsak dan smo imeli fizioterapije, ki smo se jih vestno udeleževali po vnaprej določenih urah. Mladi fizioterapevti so kar tekmovali med seboj, kdo bo boljši. Vsak dan smo imeli med 9.30 in 10.00 uro jutranjo telovadbo in meditacijo s pravilnim dihanjem. Vse je bilo na prostem ob vonju sredozemskih borovcev, cipres in morja.

Vsak drug večer smo imeli animacijo z animatorko Ireno Dolinšek. Prvi večer je bil SOLINARSKI kviz o poznavanju solin in življenju Primorcev. Zmagala je Nada L., druga je bila Marija K. Za nagrado sta dobili majhen »povšterček« z dišečo lavando in primorsko sol.

Drugi večer je bila TOMBOLA. Zmagala je naša skupina PARAS proti multipli in paraplegikom. Za nagrado smo dobili pijačo.

Tretji večer je bil GUSARSKI. Ponovno je zmagala naša članica Neva B., ki je imela najbolj mirno roko.

Četrti večer nam je ga. Irena Dolinšek predstavila IGRO za preizkušanje ravnovesja v človeku, z utežmi. Tega tekmovanja se je udeležila večina članov PARAS, multiple in paraplegikov. Zmagala je naša članica Marija K. z 21 utežmi. Nagrada je bila pijača.

Dobili smo tudi obiske. Obiskala sta nas člana PARAS, ga. Sonja z možem. Prinesla sta nam fige in grozdje. Pojedli smo veliko fig in grozdja, kar je poskrbelo za dobro prebavo. Pogledat pa nas je prišel tudi predsednik KSZZ, g. Primož Gruden.

Ker je v tem času v Franciji potekal Tour de France, smo na plaži navijali za Primoža Rogliča in Tadeja Pogačarja.

Imeli smo tudi dva dalmatinska večera s pevcem. Trikrat nas je kopališki mojster s kombijem peljal na izlet v Izolo, Portorož in Koper. Imeli smo tri obroke hrane na dan. Na voljo sta bila 2 menija, oba zelo okusna. V restavraciji je bilo strežno osebje zelo prijazno in pili smo zelo dobro kavico.

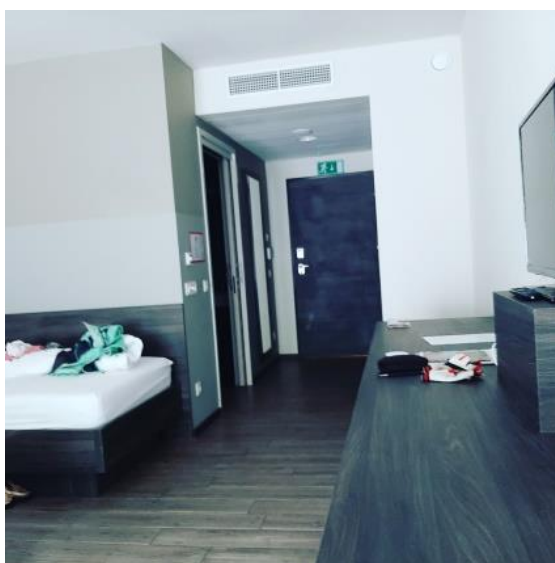
Lahko smo se zapeljali na kopanje v bližnji Strunjan, Fieso, naravno kopališče Pacug in na šolo sprehoda po lepi, zelo urejeni Izoli. S seboj sem imela invalidski voziček z električnim pogonom in sem se lahko sprehajala s člani PARAS po cesti nad Domom paraplegikov v Pacugu. Z Marijo K. sva tudi nabirali lovor, ki raste ob poti. Na teh sprehodih je bil lep razgled na Strunjanski zaliv in školjčišče v morju.

Zadnji večer smo imeli poslovilno zabavo z dobrim domačim vinom in raznimi oreščki, ki jih je prispevala naša Milena z možem. Tudi zapeli smo.

Imeli smo se res lepo, seveda je tudi fizioterapija pripomogla k boljšemu počutju.

Sklenili smo, da se naslednje leto spet vrnemo, v še večjem številu.

Nekaj utrinkov...



Fotografije in besedilo: Marta Skodlar Corn