



mammadaba

Dzīvo Latvijas valsts mežos

AKTIVITĀTE

Tieši mērķī
ar disku golfu

MARŠRUTS

Top 5 atpūtas vietas
tavai vasarai

INTERVIJA

Helvijs Fiņķis mežā
bauda tīrradnību



Saturs

PAVASARIS
NR. **63** 2025
VASARA

- 03** DABAS VĒSMAS
- 04** AKTIVITĀTE
Disku golfs
- 08** NUMURA TĒMA
Meža veltes
- 12** PIEREDZES STĀSTS
Nakšņojam mežā
- 16** MARŠRUTS IEDVESMAI
Dziļi dabā
- 20** AKTUĀLI
Top 5 atpūtas vietas vasarai
- 24** INTERVIJA
Helvijs Fiņķis

Daba svin!

Lai nu kurš gadalaiks, bet vasara ir visīstākie svētki. Netici? Pamēģini pārļaut nakti mežā un pastāsti, vai putni četros rītā bija ļoti skaļi, vai tikai skaļi. Jā, ja dabā meklē klusumu, tad vasara nebūs gadalaiks, kurā to atrast, jo vasarā notiek svinības. Takas aizaug ar papardēm, koki salapo un krūmi zeļ. Sienāži sisina un bites zum. Pat lietuvās vasarā samērcē citādāk! Jā, vasara pavisam noteikti ir dabas uzvara!

Lai pilnībā sajustu vasaras nemieru, šajā numurā aprakstīti pieredzes stāsti par nakšņošanu mežā – pat rūdītiem dabā gājējiem šad tad sanāk iekulties interesantās situācijās un negaidītos piedzīvojumos, kad viņi izlēmuši pārļaut nakti meža biežnā.

Aktīvākas atpūtas cienītājiem jāpamēģina disku golfs – ticiet man, tas izklausās vieglāk, nekā patiesībā ir. Vienas spēles laikā sakrāt 10 tūkstošus soļu man nebija problēma.

Apskatām arī labākās sēņu un ogu vietas. Nē, nē, precīzi koki, zem kuriem aug bekas, nav norādīti, bet “Latvijas valsts mežu” speciālisti pateiks, kurā virzienā skatīties, lai tu pats atrastu savu labāko sēņu vietu, kuru turēt stingrā slepenībā.

Mūsu vasaras svinēšanā pievienojās arī reperis Fiņķis, kurš pastāsta, ka, uzstājoties uz skatuves ārtelpās, koncertam piemīt pavisam cita garša, un pat savā aizņemtajā vasaras grafikā viņš mēģina atrast brīdi pastaigai mežā.

Vasara ir saulaino brīvdienu, siltuma un svētlaimīgas atpūtas laiks. Un kur gan iegūt vēl labāku atpūtu, ja ne dabā?

Tiekamies dziļi zaļajās takās!

Ieva

Šī gada dzīvotne – mala

01

Mala ir kontaktjosla, kurā satiekas divi atšķirīgi biotopi, tā ir pāreja no viena biotopa uz otru. AS "Latvijas valsts meži" apsaimniekotajās teritorijās sastopamas dažādas malas: mežmalas, ceļmalas, grāvju, purvu, ezeru, upju, pļavu un lauču malas. Bieži malas ir bioloģiski vērtīgas teritorijas, jo tajās sastopamas sugas gan no abiem blakus esošajiem biotopiem, gan tieši konkrētajai malai specifiskās.

Mazākais putniņš Eiropā

02

Varbūt šovasar būsī starp veiksmīnīkiem, kurš mežā pamanīs šo sīko olīvzaļo spalvu kamoliņu, kura garums, mērot no smailā knābīša gala līdz astes spalvu galiņiem, ir ne vairāk par 9 cm. Tieši tik sīciņš ir ne vien Latvijas, bet pat visas Eiropas mazākais putniņš – zeltgalvītis *Regulus regulus*. Vasarā šo mazputniņu skatam nokert sarežģītāk nekā gada aukstajā periodā. No agra rīta līdz pat vēlam vakaram zeltgalvīši parasti dzīvo cilvēku acīm samērā slēpti, uzturas samērā augstu, galvenokārt eglēs, kur meklē barību – kukaiņu kāpurus un oļiņas, sīkus kukaiņšus.



Putnu dzīve tiešsaistē

03

Ikviens var būt liecinieks putnu un purva iemītnieku ikdienas norisēm, sekojot līdzi notikumiem 6 ligzdās un brīnumskaitā purvā, kas pilns dzīvības. Vai zināji, ka LVM nodrošinātās tiešraides ir arī pamats konkrēto putnu sugu izpētē? Papildus LVM realizētajam klinšu ērgļu monitoringam, LVM tiešraides projekts ir sniedzis būtisku informāciju par putnu ligzdošanas bioloģiju un partneru maiņu, kas 2024. gadā publicēta Uģa Bergmaņa un Jāņa Kuzes rakstā, starptautiskā monogrāfijā "The Golden Eagle Around the World".



dabas vēsmas



Tieši mērķī!

PRECIZITĀTE, TAKTIKA UN AZARTS – ŠIE TRĪS VĀRDI RAKSTURO VIENU NO INTERESANTĀKAJIEM BRĪVĀ LAIKA PAVADĪŠANAS VEIDIEM – DISKU GOLFU.

Disku golfs jau vairākus gadus turpina savu popularitātes gājienu. Un kā nu ne – šī aktivitāte ir lielisks brīvā laika pavadīšanas veids ģimenes un draugu lokā. Tam nav vecuma ierobežojuma, nav nepieciešama īpaša fiziskā sagatavošanās, un inventāru var iznomāt (vai nopirkt) par samērīgu cenu.

Disku golfu var spēlēt gan ziemā, gan vasarā – visos laika apstākļos, vien jāsarūpē piemērots apģērbs. Un – galvenais – tas notiek dabā, tāpēc garlaicīgi nav ne mirkli! Atliek vien sameklēt disku golfa laukumu, un spēle var sākties, un, ja tā iepatīkas un padodas, Latvijā ir izveidota disku golfa federācija, kas organizē šī sporta veida sacensības. Tā ir laba iespēja izmēģināt savus spēkus pret citiem entuziastiem.



KUR SPĒLĒT

Latvijā ir apmēram piecdesmit disku golfa laukumi – gan lielāki, gan mazāki. Precīza karte atrodama Latvijas Disku golfa federācijas tīmekļvietnē.



Kā to spēlē?

Disku golfs ir dinamiska un aizraujoša spēle, kuras pamatprincips ir līdzīgs tradicionālajam golfam, taču bumbiņu un nūju vietā spēlētāji izmanto lidojošos šķīvīšus jeb diskus. Galvenais mērķis – ar iespējami mazāku metienu skaitu trāpīt disku spēles grozā.

Spēle sākas no starta laukuma, un ne vienmēr finiša grozs ir redzams uzreiz – to var aizsegt, piemēram, koki vai uzkalni. Tieši šie šķēršļi padara spēli aizraujošu un stratēģisku, jo spēlētājiem jāņem vērā ne tikai metiena spēks un precizitāte, bet arī reljefs, vējš un citi vides faktori.

Disku golfu parasti spēlē 3–5 cilvēku grupās, un tā ir lieliska aktivitāte gan draugu kompānijā, gan sacensību režīmā. Tā ir ne tikai fiziski aktīva, bet arī taktiski aizraujoša spēle, kas prasa precizitāti, pacietību un spēju pielāgoties.

Laukums

Spēles laukumu veido vidē izvietoti disku golfa grozi. Ir divu veidu laukumi – ar 9 vai 18 groziem –, un laukumi var atrasties pļavās, mežos, klajumos vai pludmalēs. Ja laukums ir mežā, jābūt uzmanīgiem, ka disks var aizlidot neprognozētā virzienā un nereti nākas to meklēt ārā no krūmiem vai koku zariem. Bet, hei, tas pāris laika padara vēl interesantāku!



Diski

Disku golfam var izmantot parasto frisbija disku, tomēr speciālie diski ir mazāki un veidoti tā, lai lidotu precīzāk.

Ir trīs veidu diski: tālie, vidējie un tuvie. Diska izvēle atkarīga no groza attāluma un plānotās trajektorijas. Tuvie un vidējie diski lido taisnāk un precīzāk, savukārt tālie var veikt lielākus attālumus. Tālie diski ir īpaši piemēroti situācijām, kur jāaplidina šķēršļi vai jāveic līkumoti metieni.

Spēlētāji komplektā parasti izmanto aptuveni 10 diskus, kas paredzēti dažādām situācijām spēles laikā. Disku golfa parkos šos diskus bieži iespējams arī iřirēt, bet veikalos iesācēju komplekts maksā aptuveni 30 eiro.

Ko darīt, ja disks pazūd?

Nereti disks aizlido ne gluži tajā virzienā, kur biji plānojis, un piezemējas brikšņos, krūmos vai augstu kokā. Lielākoties disku atrast vai atgūt nebūs grūti, un tas jādara dabai saudzīgā veidā, piemēram, nelaužot koku zarus. Ja izmanto personīgo disku, tad jau pirms spēles uzraksti uz tā savu kontaktinformāciju, jo ir liela iespēja, ka to atradīs kāds cits spēlētājs, kurš šādā gadījumā disku varēs atdot īpašniekam.

Ja disku nav izdevies atgūt, spēles marķieri jāliek iespējami tuvu vietai, kur disks varētu būt piezemējies, un no turienes jāturpina metiens.

Marķieri

Marķieris ir neliels disks, aptuveni 10 cm diametrā, ko izmanto pozīcijas atzīmēšanai. To lieto, lai precīzi iezīmētu vietu, no kuras jāveic nākamais metiens. Veicot metienu, spēlētāja kājas pozīcijai jābūt aiz marķiera, virzienā uz grozu. Ja disks izkrīt ārpus spēles laukuma, piemēram, krūmos vai ūdenstīpē, marķieri novieto pēc iespējas tuvāk vietai, kur disks piezemējies, bet uz spēles trases. Tas nodrošina godīgu un precīzu spēles turpinājumu.

Grozi

Grozi ir veidoti no metāla un ķēžu konstrukcijas, kurā no visām pusēm iespējams iemest disku. Ķēdes palīdz diskam piezemēties grozā, samazinot atlēkšanas iespēju. Parasti disku golfa laukumu veido 18 grozi, retāk – 9. Ja apsver iespēju izveidot savu laukumu, jārēķinās, ka viena groza cena ir vismaz 100 eiro.



Apģērbs

Disku golfam nav nepieciešams īpašs apģērbs, taču visērtāk būs, ja izvēlēsies apģērbu un apavus, kas piemēroti pārgājieniem vai pastaigām dabā. Svarīgi, lai apģērbs ļautu brīvi kustēties, pietuities un veikt dažādus metienus, bet apavi būtu stabili un piemēroti dažādiem segumiem. Tāpat jābūt gatavam ielīst krūmos pēc diska, pietuities zālē vai iebrist mitrā vietā. Pirms došanās spēlēt ieteicams novērtēt laikapstākļus, lai nebūtu ne par karstu, ne par aukstu un nekas netraucētu izbaudīt spēli. ▲

Disku golfs kā dzīvesveids

RŪDOLFS ŠADRINS

Latvijas Disku golfa federācijas prezidents



Ilgu laiku nodarbojos ar orientēšanās sportu, bet tas vienā brīdī apnika. Sāku spēlēt volejbolu, bet ieguvu potītes traumu, bija nepieciešama operācija un atveseļošanās.

Kādu dienu pie manis atbrauca labs draugs un atveda divus disku golfa diskus. Sākumā biju skeptisks – man nelikās, ka tas ir nopietns sporta veids. Aizgājām uz tuvāko mežu un sacentāmies, kurš ar mazāk metieniem trāpīs kokam tālumā. Draugs jau iepriekš vairākas reizes bija spēlējis, man tā bija pirmā reize, bet sanāca viņu apspēlēt.

Pēcāk aizbraucām uz tolaik vienīgo disku golfa laukumu Rīgā (tagadējo “AirBaltic” disku golfa parku Mežaparkā). Izspēlēju pirmo apli ar rezultātu +23, bet sapratu, kurās vietās varēju uzvest labāk. Bija āķis lūpā, un nākamajā reizē uzlaboju savu rezultātu par kādiem 8 vai 9 metieniem.

Disku golfa būtība ir tā, ka tu vispirms spēlē pats ar sevi, – nemitīgi jāpieņem lēmumi un jādomā taktika – kā, kādos leņķos un cik stipri metīsi disku.

Tad nopirku pats savus diskus, nesaprotot ne lidojumu būtību, ne to, kādus diskus man vajag, un sāku meklēt vietējās sacensības. Vēlāk sapratu, ka varu jau pats rīkot sacensības, un gāju šajā sporta veidā vēl dziļāk – esmu sporta skolotājs un papildus sāku trenēt bērnus disku golfā.

Pirms pusotra gada Carnikavā tika atvērts disku golfa parks “Zibeņi”, kur organizēju sacensības. Kopš 2024. gada esmu Latvijas Disku golfa federācijas prezidents.



3 padomi disku golfa iesācējiem

01 Nebaidies prasīt padomu

Ja trasē redzi kādu labu spēlētāju, kurš nav tavs konkurents, nebaidies pajautāt padomu, lai uzlabotu savu sniegumu.

02 Iestājies disku golfa klubā

Klubā varēsi gan piedalīties treniņos, gan mācīties no pieredzes bagātākiem spēlētājiem.

03 Izvēlies diskus prātīgi

Jaunajiem spēlētājiem ir vēlme pēc iespējas ātrāk iegādāties savu inventāru, bet to labāk pirkt tad, kad esi izmēģinājis dažāda smaguma diskus un sapratis, ar kuru tev spēle padodas vislabāk.





Meža dārgumu sezona – kad un kur meklēt ogas un sēnes?

GADA SILTAJĀ LAIKĀ CILVĒKI AKTĪVI DODAS IEVĀKT DAŽĀDAS MEŽA VELTES. OGOŠANA UN SĒŅOŠANA TURPINĀS LĪDZ PAT VĒLAM RUDENIM.

Daudziem no mums ir sava *slepenā* vieta, kur atrast brangākās gailenes, saldākās meža zemenes vai sulīgākās mellenes. Taču, iespējams, ikviens reiz ir piedzīvojis vilšanos, kad mājās nākas pārnākt ar tukšu groziņu. Kas varētu būt pie vainas, un kā atrast dabas velšu bagātības?

Meža veltes ir visur!

Ir kļūdaini domāt, ka dabas veltes atrodas tikai pieaugušā mežā. Dabā viss ir līdzsvarā, un katrā meža vecumposmā sastopami dažādi augi.

Arī izcirtumā var atrast vērtīgas dabas veltes – katrā ekosistēmas posmā mīt dažādi augi.

AS “Latvijas valsts meži” vecākais plānotājs Kārlis Taukačs skaidro: “Cilvēkiem jāsaprot, ka mežs nav tikai lieli vai mazi koki – tas ir vesels koku kopums

jeb ekosistēma. Šajā ekosistēmā ietilpst viss – no izcirtuma līdz jau pieaugušam mežam, ieskaitot lauces, purvus un grāvjus. Un katrā no šīm vietām aug savas sugas.”

Meža nociršana vieniem augiem kaitē, taču citiem dod iespēju. Kā norāda eksperts, visi šie procesi ir pilnīgi dabiski, jo arī pašā dabā ir sastopama kailcirte, piemēram, pēc meža ugunsgrēka. Kad izzūd viena suga, tās vietā nāk cita, jo daba nemīl tukšumu. Tas ir dabas līdzsvars un daļa no ekosistēmas.

Sugas zvaigžņu brīdis

“Ja neiedziļinās, tad, protams, no malas var šķist, ka izcirtums ir tukšs līdzenums ar celmiem un ciršanas atliekām. Pavisam svaigā izcirtumā vēl nekas nav sazēlis, bet kas notiek? Ir pazudusi ēna. Sugas, kas nespēj izdzīvot atklātā saulē un karstumā, piemēram, mellenes, aiziet bojā, bet vienlaikus šeit pamazām ienāk meža avenes, kas jau pēc diviem trim gadiem sāks ražot augļus. Tepat arī atrodamas meža zemenes. Mazajiem augiem lielie koki vairs netraucē – avenēm un zemenēm tas ir pilnbrieds. Kad ienāks lielie koki, šīs sugas izzudīs. Un tā arī ir sugu mainība – katrai sugai ir savs *zvaigznīšu* brīdis,” stāsta Kārlis Taukačs.

Kur meklēt sēnes?

Visvairāk sēņu var atrast labi koptās jaunaudzēs. “Sēnes ir mežaudzes vitalitātes jeb veselības spogulis. Lai veidotos auglķermeņi, jābūt simbiozei – sadarbībai starp sēņotni un koka saknēm.

Mana pieredze liecina, ka sēnēm vislabāk patīk augt aptuveni 20–40 gadus vecās jaunaudzēs, kuras ir rūpīgi un labi koptas,” stāsta Taukačs.

Vai gājiens uz mežu pēc sēnēm būs veiksmīgs, lielā mērā nosaka arī laikapstākļi. Piemēram, ilgstoša sausuma dēļ mežā var būt mazāk sēņu. Tāpēc, lai nepaliktu bešā, svarīgi ir ne tikai zināt pareizās vietas, bet arī ievērot dabas apstākļus un sezonālās izmaiņas. Piemēram, lietus ir svarīgs faktors sēņu augšanai, bet tas nebūt nav vienīgais. Pēc sausuma perioda sēņu augšana bieži aizkavējas pat vairākas nedēļas, jo nepieciešams laiks, lai mitrums iesūktos augsnē un aktivizētu sēņotni. Siltas nakts ar augstu gaisa mitrumu veicina straujāku sēņu augšanu, īpaši tādām sugām kā baravikas un apšubekas. Tomēr, ja pēc lietus strauji seko karsts laiks, sēnes var ātri izkalst.



Sēņu ceļvedis

Gailenes

vislabāk jūtas sausos priežu mežos. Tām patīk saulainas mežmalas, meža stigas, kur zeme nav pārlietu mitra. Gailenēm ļoti patīk kompānija – kur aug viena, tur visdrīzāk augs vēl paprāvs bariņš, tikai jāprot sameklēt. Gailenes var meklēt no jūnija līdz septembrim, bet siltos rudenos tās var atrast līdz pat ziemei.

Baravikas

būs paslēpušās vecos skujkoku un jauktu koku mežos, jo tām patīk mitrāka augsne. Tām ļoti patīk ēnainas vietas, tāpēc ir vērts paskatīties zem koku lapotnēm vai pie celmiem. Baravikas var sākt meklēt jūlijā un atrast līdz pat oktobrim.

Apšubekas

meklē tur, kur aug apsēs. Jā, sēņu nosaukums bieži vien jau pasaka priekšā, kur tām patīk augt. Bet neaprobežojies tikai ar apsēm un pārbaudi arī vietas zem bērziem un citviet, kur ir mitrāka augsne. Apšubekas būs atrodamas arī jaunaudzēs un mežmalās, jo tās aug vietās, kur koki nav blīvi saauguši. Labākais laiks apšubeku medībām ir no jūlija līdz oktobrim.



Kur meklēt ogas?

Latvijas mežos dažādu ogu augšanai ir piemēroti atšķirīgi apstākļi un meža vecuma posmi. Valsts meža dienesta dati liecina, ka Latvijas mežos vienmērīgi sadalās dažāda vecuma audzes – jaunaudzes, vidēja vecuma audzes un briestaudzes. Šis cikliskums nodrošina, ka katra augu suga var piedzīvot savu zvaigžņu stundu.

Jaunaudzes – avenu un zemeņu paradīze

Avenes vislabāk jūtas divus līdz trīs gadus vecās jaunaudzēs, kur ciršanas atliekas jau sadalās un jaunās priedītes sāk stiepties garumā. Šajā posmā avenes aug spēcīgi un bagātīgi ražo augļus. Pakāpeniski šādās teritorijās ienāk arī brūklenes.

Brūklenes – saulainu vietu mīļotājas

Kad mežs pieņemas spēkā un avenes un zemenes zaudē cīņā par vietu, pienāk brūkleņu laiks. Tās vislabāk aug sausās priežu jaunaudzēs un vēlos izcirtumos, kur netrūkst saules gaismas.



Mellenes un zīlenes – vidēja vecuma audžu iemītnieces

Vidēja vecuma audzēs ar blīvāku noēnojumu avenes un zemenes vairs nesastapsit, taču mellenes šeit jūtas lieliski. Šajās audzēs melleņu mētras plaukst visvairāk, taču, mežam kļūstot vecākam, to ražīgums samazinās. Mitrākās vietās blakus mellenēm bieži sastopamas arī zīlenes un vaivariņi, kas noder gan tautas medicīnā, gan kā kožu atbaidītāji.



Lācenes – purvu un mitru vietu valdnieces

Lācenes dod priekšroku mitriem, purvainiem apvidiem, bieži vien sūnainām un kūdrainām vietām. Tās vislabāk aug retinātās meža vietās, kur piekļūst saules gaisma, tomēr mitrums ir pastāvīgs. Lāceņu zeltaini dzeltenās ogas nobriest vasaras otrajā pusē, un tās ir īpaši vērtīgas gan uzturā, gan veselībai. ▲



Nakts mežā

VĒLIES PAVISAM VIEGLU, BET AIZRAUJOŠU PIEDZĪVOJUMU?
TĀDU, KAS NOMIERINA PRĀTU, NEPRASA DAUDZ PIEPŪLES
UN ĻAUJ PILNĪBĀ ATSLĒGTIES NO CIVILIZĀCIJAS? PAMĒĢINI
PĀRLAIST NAKTI MEŽĀ!

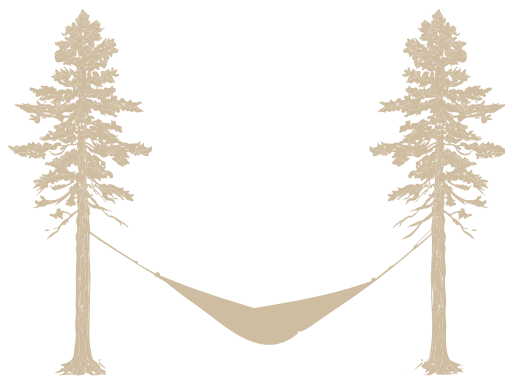
AGNESE ZELTIŅA,
IEVA SMILGA

Pieredzē un padomos dalās rūdītas dabā gājējas

Nakts pārlaišana dabā pati par sevi ir piedzīvojums. Ir cilvēki, kuri aizņemtās dzīves dēļ netiek dabā, tāpēc savu ikdienu *atšķaida* ar mini piedzīvojumu – darba dienas beigās aizbrauc līdz pirmajam nomaļajam mežam un pārlaiž tur nakti. Ja esi gulējis mežā, tad zini, par kādām sajūtām ir runa. Ja neesi – tad ir laiks pamēģināt! Negribam gan tevi mānīt – pirmo reizi gulot ārā, diez vai sanāks izgulēties. Patiesībā arī piektajā un desmitajā naktī mežā nevaram solīt vissaldāko miegu, bet pavisam noteikti varam solīt svaigu gaisu un dabas skaņas.

Vasarā varam solīt putnu balsis un moskītu dīkšanu, bet ziemā – pilnīgu klusumu un aukstu degungalu.

Un varam apgalvot, ka brokastis dabā garšo desmit reižu labāk nekā otrdienas rītā mājās. Mēs tev nemācīsim, kā un ko darīt, lai paliktu ārā, bet dalīsimies savā pieredzē, piedzīvojumos un lietās, ko esam darījušas nepareizi. Cerams, tas tevi iedvesmos nākamajam piedzīvojumam dabā!



No telts līdz hamokam, no hamoka līdz miljons zvaigžņu viesnīcai

Nakts mežā vari pārlaist dažādos veidos. Telts, protams, ir žanra klasika – atrodi gludu virsmu, bez čiekuriem un koku saknēm, uzstelli telti, ieklāj paklājiņu, guļammaisu, un naktsmītne gatava.

Aizvien populārāki kļūst hamoki, kuri jāiekār starp diviem kokiem, pāri jāpārvelk moskītu tīkls, tents, iekšā jāieliek guļammaiss, un gulta gatava. Bet ir arī citas iespējas, piemēram, tropiskajās vasaras naktīs, kad gaisa temperatūra nenokrīt zem +15 °C un sola skaidru laiku, var gulēt vienkārši guļammaisā. Šis formāts īpaši jauks ir piejūras mežos vai pie pašas jūras – tad nekas neaizsedz skatu un virs galvas pavaras viss debesu jums.

Ja neviens no šiem variantiem neuzrunā, tīmekļvietnē mammadaba.lv iespējams atrast ar nojumi aprīkotas atpūtas vietas, tajās var izrītināt guļammaisus un baudīt nakti. Vasarā vien jārēķinās, ka šīs vietas var būt ļoti pieprasītas, tāpēc jābrauc laikus.

Suns un mežs

Dabā gājēja Agnese Zeltiņa stāsta, ka piedzīvojumos nereti dodas ar savu suni un kopā ar viņu arī pavada nakts mežā. Tas, kā suns uzvedīsies, ir atkarīgs no šķirnes, rakstura un personības. Kāds visu nakti gulēs mierīgi blakus saimniekam. Cits jāpiesien, lai neaizskrien pakaļ pirmajai lapsai. “Man ir haskija un laikas jauktenis vārdā Panda, viņa ir aktīva medniece un pilnīgs brīvības gars. Viņa visu nakti jātur piesieta, lai neskrien prom. Ja guļu teltī, Panda guļ iekšā kopā ar mani. Agrāk ļoti daudz gulēju vienkārši zem tenta, nevis teltī, tad Panda sarullējusies gulēja man kājgalī, piesieta pie koka. Bet zinu, ka ir suņi, kuri nav jāsien, jo viņi mierīgi guļ blakus saimniekam. Tikmēr es dažreiz esmu pamodusies no tā, ka Panda kustina kokus, kuros iekārts mans hamoks, jo kokā ieraudzījusi vāveri.”

Suns var būt labs biedrs tiem, kuriem nav kompānijas, ar ko nakšņot mežā, bet vienam pašam bail. “Vai man ir drošāk, guļot ar Pandu, nevis vienai? Es domāju, ka jā,” stāsta Agnese. “Es mežā nebaidos no dzīvniekiem. Drīzāk – no cilvēkiem. Reiz kopā ar Pandu palikām teltī pie jūras, un viņa pirmo reizi bija tik ļoti nemierīga – viņa negulēja, visu laiku rēja uz jūru un dusmojās. Mēs gulējām pilnīgā nekurienē, un apkārt nebija nevienas dzīvas dvēseles. Es gāju ārā no telts, apkārt viss tumšs, neviena nav, bet Panda turpina riet uz tumsu. Izstaigāju perimetru ap telti – nekā nav. Tā mēs abas visu nakti nervozējām – Panda par to, kas ir ārā, es – par Pandu.”



Kas var noiet greizi?

Pārsvārā visas piedzīvojumu neražas ir saistītas ar aizmirstām lietām – zeķēm un galvas lampiņām –, bet tie patiesībā ir tīrie sīkumi. Tomēr gadās arī reizes, kad viss ir tik greizi, ka jābrauc mājās. Ja, protams, mašīna ir tepat. Ja nav, tad var sanākt, ka jāiet pat 25 km līdz tai. Tā gadījās levai un viņas draugiem, kuri nebija izpildījuši mājasdarbu un pārbaudījuši, kur īsti iet. “Ar draugiem reiz gājām apkārt Lubāna ezeram. Tas bija paredzēts kā divu dienu pārgājiens ar nakšņošanu hamokos. Liels bija mūsu pārsteigums, kad atklājām – pie Lubāna ezera īsti nav vietas, kur iekārt hamokus. Rezultātā divu dienu pārgājiens kļuva par vienas dienas 50 km gājieni. Gājieni beidzām jau dziļā naktī, kāpām mašīnā un braucām gulēt uz tuvējo viesnīcu.”

Pēc mēneša šī pati kompānija iekūlās citā kibēlē. “Gājām apkārt Smiltenei un atradām ļoti jauku vietu, kur pārlaist nakti. Sākām kārt hamokus un ātri vien pamanījām, ka vienam hamokam līdzīgs paņemta ļoti aizdomīga virve – plāna un skatā trausla. Iesējām hamoku, iesēdāmies, un... virve pārplīsa. Tajā brīdī visi sapratām, ka atkal esam iekūlušies vienas dienas pārgājienā, bet šoreiz tāpēc, ka pirms gājiena neesam pārbaudījuši inventāru. Neviena no šīm nebija pirmā reize, kad ejam dabā, lai paliktu pa nakti. Patiesībā mēs to darām gadiem ilgi, bet šajā sezonā pārvērtējām savu pieredzi un atslābām, pirms iešanas nepārbaudot nedz vidi, nedz inventāru. Toties mums tagad ir divi ļoti labi ballīšu stāsti.” ▲

Agnese un Ieva iesaka



Ja nakšņosi mežā kopā ar grupu, paņem līdzi ausu aizbāžņus

Tie tevi pasargās gan no krācošiem kaimiņiem, gan ļoti skaļiem putniem, kuri vasarā mēdz mosties jau pirms četriem un ieslēgt savus treļļus. Ausu aizbāžņi noderēs arī bailīgākiem gulētājiem, lai naktī nav jāsatrūkstas pie katras meža skaņas.

Inventārs nav jāpērk, var iznomāt

Ja vēl īsti nezini, kas tev patīk labāk – hamoks, telts vai varbūt kaut kas pa vidu (kokos iekarama telts, piemēram) –, nesteidzies visu pirkt, bet iznomā un izmēģini, lai saprastu, kas tev sirdij tuvāks. Arī tad, ja dabā ej vien pāris reižu gadā, nav vērts pirkt dārgu inventāru, bet gan labāk to aizņemties vai iznomāt.



Pārbaudi laikapstākļus, vidi un inventāru

Vides reljefu un meža biežumu ieteicams pārbaudīt ne tikai tad, ja paliec hamokā. Arī teltij ir savas prasības – ja mežs ir brikšņains vai atrodas slīpumā, telti uzcelt būs visai grūti. Pārbaudi, vai tuvumā nav skudrpūžņu, lai naktī nepamostos no skudru armijas uzbrukuma. Vides apstākļus ērti novērtēt, izmantojot LVM GEO Mobile lietotni.

dabā gājējs



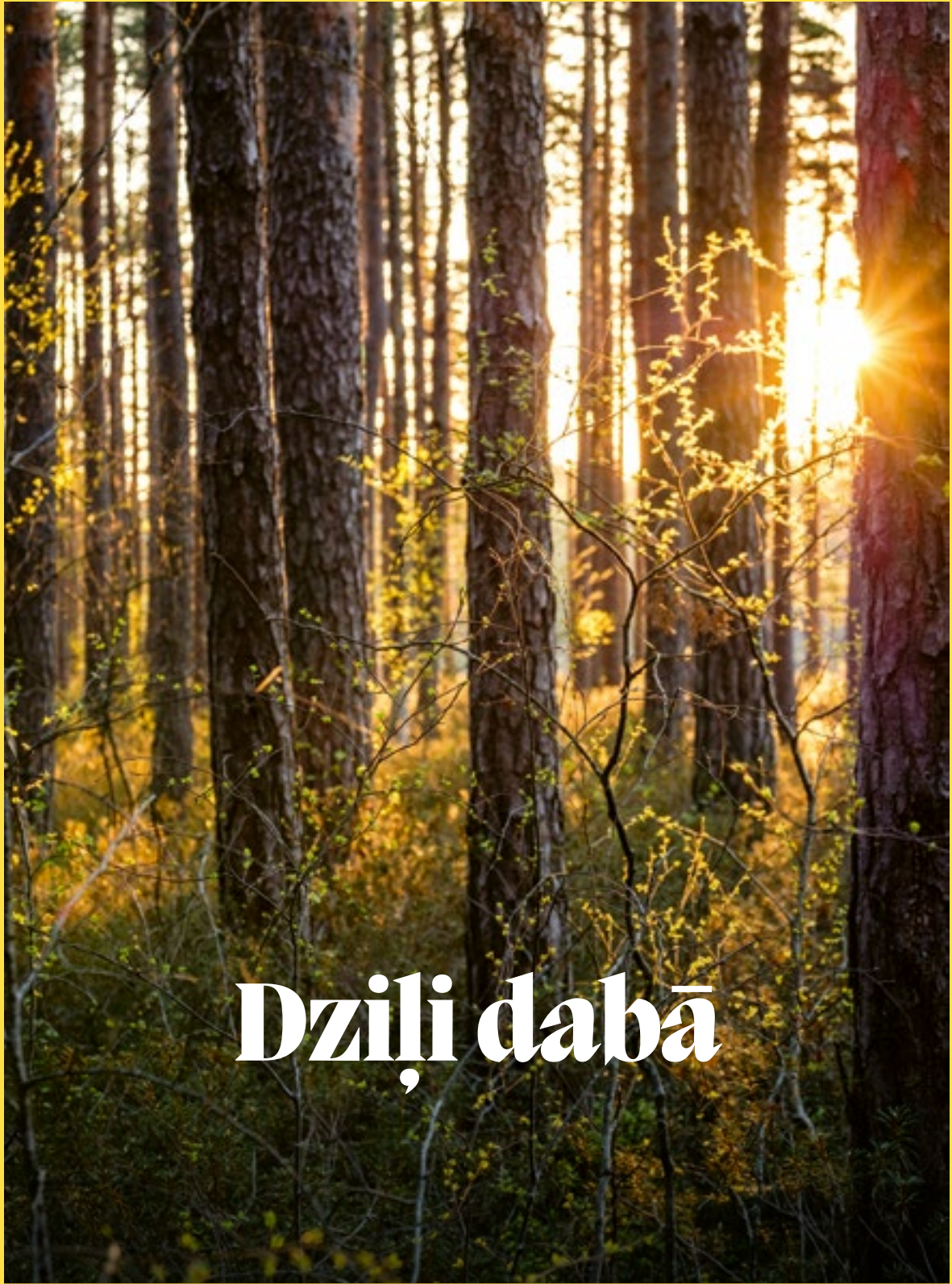
UZZINI PODKĀSTĀ

Izmanto iespēju un dodies dabā kopā ar zinošiem ekspertiem! Podkāsta “Dabā gājējs” viesi pārzina dabas procesus, zina ieteikt labākās aktivitātes dabā un tām atbilstošāko ekipējumu. Katra “Dabā gājējs” epizode ar zinošu viesi aizved mežā, atklāj daudz jauna un ļauj uz mežu paskatīties plašāk.

Klausies podkāstu “Dabā gājējs” un iedvesmojies savam nākamajam piedzīvojumam mežā!

KLAUSIES





Dzili dabā

LIEKAS, LATVIJĀ VISS JAU REDZĒTS UN NEKAS NESPĒJ PĀRSTEIGT?
DER IELŪKOTIES SAGATAVOTAJOS PĀRGĀJIENU MARŠRUTOS DZIĻI DABĀ,
LAI ATKLĀTU, CIK DAŽĀDA SPĒJ BŪT MŪSU LATVIJA.



KUR:
visa Latvija

KAD:
visu gadu

Šajā vasarā gribam mudināt tevi izpētīt Latvijas dažādību. Mums varbūt nav kalnu, bet ir tādi pauguri, pēc kuru pievārēšanas kājas sāpēs vēl vairākas dienas. Mums ir tādi dižakmeņi, kuros uzkāpt spēs vien paši drosmīgākie. Mums ir ezeri, kuri aicina nopeldēties, un tādi, kuri ar tumšām acīm skatās debesīs un ciemiņus sagaida nelabprāt. Purvi, kuri nemitīgi mainās, un liekas – kaut kur apakšā nemitīgi burbuļo. Meži, kuri ir tik plaši, ka dienām ilgi var iet cauri un galu nesaskatīt. Šajā vasarā, kura solās būt ļoti saulaina (turam īkšķus!), aicinām doties Latvijas dabā un novērtēt, cik daudz mums ir dots!

GĀRSENES DABAS TAKAS



DRUSKU PILSKALNA TAKA



IMULAS DABAS TAKA



NO VECSLABADAS APKĀRT PLISŪNA EZERAM





Gārsenes dabas takas

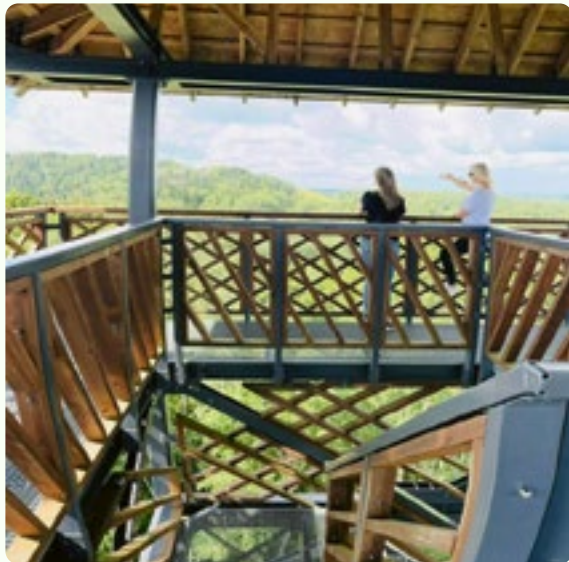
~7 km

SĀKUMS UN BEIGAS: GĀRSENES PILS PARKS

Pie Gārsenes pils (kas pati par sevi jau ir apskates vērts objekts!) atrodas 4 ha lielais pils parks, no kura iespējams doties vairākos virzienos pa dažādām dabas un izziņas takām – Kultūrvēsturisko taku, Zaļo taku, Baronu pastaigu taku, Staburaga taku, Krēslas stundas taku. Šo vietu noteikti novērtēs bērni, jo takās sastopami gan rūķi, gan lutauši, gan citi brīnumi, kas liks atplaukt fantāzijai. Takās iespējams apskatīt apmēram 40 dažādus dabas un vides objektus, piemēram, upes meandrus, Dienvidsusējas senieleju, zemestauku sēņu aleju, dižkokus, dižakmeņus, tāpat arī var aptaustīt Vistas kāju, palūkoties caur Raganas binokli.

Gārsenes dabas takas tapa vienlaikus ar pils kompleksa celtniecību, un tās ieeja atrodas pie mākslīgi veidota barona peldēšanās dīķa ar bruģētu pamatni. Taku sākumā saglabājusies ošu aleja, ko stādījis barona dārznieks, savukārt vidusposmā apmeklētāji var atpūsties uz Barona krēsla – akmens ar cilvēka veidotu sēdvietu.

Šeit pieejama arī labiekārtota "Latvijas valsts mežu" atpūtas un piknika vieta ar galdiem, soliņiem un tualeti.



Drusku pilskalna taka

3,5 km

SĀKUMS UN BEIGAS: KORNETU CENTRS VAI DRUSKU KALNA PAKĀJE

Drusku pilskalna dabas taka ir mazāk zināms 3,5 km garš apļveida maršruts Veclaicenes apkārtnē.

Maršruts nav garš, bet tas ietver uzkāpšanu divos ievērojamos pakalnos: Dzērves kalnā (203 m virs jūras līmeņa), kur atrodas skatu tornis, un Drusku kalnā (246 m virs jūras līmeņa), kas pazīstams kā viens no stāvēkajiem pilskalniem Latvijā. No šo kalnu virsotnēm paveras panorāmas skati uz Alūksnes un Hānjas augstienēm, tostarp iespējams saskatīt Baltijas augstāko virsotni – Lielo Munameģi.

Taka ved gar Pilskalna ezeru un cauri meža ceļiem, piedāvājot daudzveidīgu dabas ainavu baudījumu. Lai gan maršruts ir salīdzinoši īss, tas ietver stāvas nogāzes un kāpumus, tādēļ būs, ko pasvīst!

VAI ZINĀJI?

Pilskalns ir kalns vai pakalns, kurā senatnē atradušies nocietinājumi. Nereti tā bija novada centrālā vieta, kam bija administratīva, ekonomiska un kultūras centra nozīme. Latvijā apzināti apmēram 500 pilskalni.





Imulas dabas taka

5 km

SĀKUMS UN BEIGAS: PIE IMULAS IETEKAS ABAVĀ, NO TELŠU VIETAS "VĪTIŅI"

Imulas dabas taka iegūlusies gleznainās Imulas upes labajā krastā. Maršruts garantē ainaviskus upes ielejas dabasskatus, tostarp skatu no Langsēdes klints augšas. Ceļā iespējams apskatīt arī dabas pieminekli – Velna pēdas akmeni –, kas atrodas upes vidū. Akmens gan nav pārāk liels, bet to ir vērts pavērot, jo tā virspusē ir pēdas nospiedums. Teika vēsta, ka Velns uz tā atspēries, nākamo soli likdams jau pāri Abavai.

Jāņem vērā, ka slapjā laikā taka var būt ļoti slidena. Taka nav gara, bet nevajag novērtēt to par zemu – tā var sagādāt negaidīti lielu fizisko izaicinājumu.



No Vecslabadas apkārt Plisūna ezeram

22 km

SĀKUMS UN BEIGAS: VECSLABADĀ

Plisūna ezera pārgājiena maršruts ir 22 km garš aplveida ceļš, kas sākas un noslēdzas pie Vecslabadas pareizticīgo baznīcas, kur arī iespējams novietot automašīnu. Maršruts ved cauri autentiskajam Vecslabadas ciemam, ļaujot iepazīt vietējo kultūru un arhitektūru. Ejot apkārt Plisūna ezeram, var apskatīt vienu no Latvijas dižakmeņiem, pie kura ved koka laipas, padarot to viegli pieejamu apmeklētājiem. Tālāk pārgājiens turpinās arī gar Kovšezeru, kuru ieskauj gleznaini priežu meži.

Starp citu, pie Plisūna ezera atrodas labiekārtota "Latvijas valsts mežu" atpūtas vieta ar lapeni, tualeti un peldvietu.



Nem vērā!

Ugunsgrāku aizliegts kurināt laikā, kad spēkā ir brīdinājums par augstākā līmeņa ugunsbīstamību mežos, tāpēc seko līdzi laika prognozei un aktuālajai informācijai!



A photograph of a wooden observation deck or walkway built into a dense pine forest. The deck is made of light-colored wood and has a simple railing. Tall pine trees with green needles surround the deck, and the ground is covered with pine needles and some fallen branches. The sky is visible through the tree canopy.

Top 5 atpūtas vietas vasarai

PĒDĒJOS GADOS "LATVIJAS VALSTS MEŽI" VEIKUŠI APJOMĪGUS LABIEKĀRTOŠANAS DARBUS VAIRĀK NEKĀ 150 TŪRISMA OBJEKTOS VISĀ VALSTĪ, LAI NODROŠINĀTU ĒRTAS UN SAKOPTAS ATPŪTAS VIETAS DABĀ. ATLIEK TIKAI IZVĒLĒTIES UN DOTIES CEĻĀ!



01 Pūsēnu kalna skatu platforma

Pūsēnu kalns, kas atrodas Nīcas pagasta Jūrmalcīemā, ir īpaša vieta, jo ir visaugstākā Baltijas jūras piekrastes kāpa Latvijā. Tās absolūtais augstums ir 37 m virs jūras līmeņa.

Šī ir arī skaista atpūtas vieta, kas piedāvā gan iespaidīgus skatus, gan ērtības dabas mīļotājiem. Kalnā ved vairāk nekā 100 m garas nesen atjaunotas koka kāpnes, kas ļauj droši un ērti uzkāpt līdz virsotnei. Lai aizkavētu kāpas eroziju, ko rada cilvēku pārvietošanās pa to, ierīkota arī jauna 32 m² plaša skatu platforma, no kuras paveras gleznains skats uz apkārtni. Uz platformas izvietoti soliņi un galds, kur apmeklētāji var atpūsties un baudīt dabas mieru. Pieejama arī ugunsкура vieta.

Pūsēnu kalns atrodas dabas parka "Bernāti" teritorijā un ir aizsargājams ģeoloģisks un ģeomorfoloģisks dabas piemineklis. Daļa no kāpas 20. gs. 70.–80. gados ir norakta, un iegūtās smiltis izmantotas silikātķieģeļu ražošanai. Nenoraktās kāpas daļa stiepjas apmēram 280 m garumā un 260 m platumā.

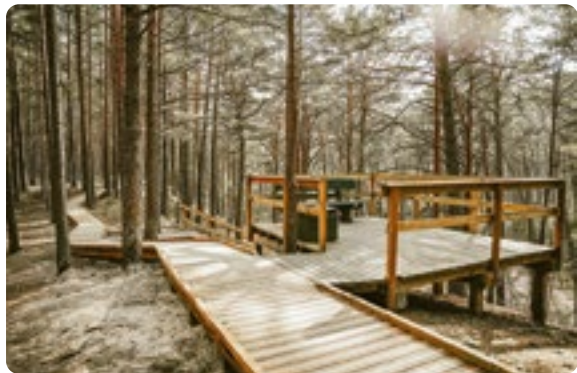
02 Atpūtas vieta pie Čertoka ezera

Atpūtas vieta pie unikālā Čertoka ezera Krāslavas apkārtnē apmeklētājiem piedāvā daudzveidīgas iespējas baudīt dabas skaistumu un mieru. Ap ezeru izveidota gandrīz 700 m gara pastaigu taka, kas daļēji klāta ar granti, bet mitrākajās vietās ierīkotas koka laipas, nodrošinot ērtu pārvietošanos.

Apmeklētāju ērtībām pie ezera izveidotas arī divas (41,6 m² un 20 m²) plašas skatu platformas, kas pieejamas cilvēkiem ar kustību ierobežojumiem un piedāvā iespēju vērot gleznaino ainavu. Teritorijā pieejams arī labiekārtots stāvlaukums un citas ērtības, kas padara šo vietu patīkamu ikvienam.

Čertoka jeb Velnezers ir īpaša dabas vērtība ar savu zaļgano ūdens krāsu un līdz pat 8 m dziļo caurredzamību. Ezeru ieskauj aizsargājama ainava, tāpēc apmeklētāji aicināti pārvietoties tikai pa noteiktajām takām, lai saudzētu unikālo vidi.





03 Ragakāpas dabas taka

Ragakāpas dabas taka ir lieliska vieta pastaigām, kur baudīt gan Jūrmalas unikālo dabu, gan uzzināt vairāk par apkārtnes vēsturi. Svaigi atjaunotā taka atrodas Ragakāpas dabas parka teritorijā, un tā stiepjas gandrīz 850 m garumā, vedot no Jūrmalas Brīvdabas muzeja cauri priežu mežam līdz pat jūrai. Ceļā izvietoti informācijas stendi un soliņi, bet stāvākajās vietās ierīkotas kāpnes. Dabas takas segumu veido gan grants, gan koka laipas, kas nodrošina videi draudzīgu un ērtu pārvietošanos.

Pastaigas laikā iespējams iepazīt Ragakāpas unikālo vēsturi – kāpu, kas izveidojusies 18. gs. vidū pēc Lielupes gultnes maiņas. Ragakāpa ir viena no augstākajām kāpām Latvijā, sasniedzot 12–17 m augstumu un stiepjoties 800 m garumā.

Ragakāpas dabas taka nav piemērota apmeklētājiem ratiņkrēslos, un maršruts nav speciāli marķēts, taču koka laipas un dolomīta šķembu segums palīdz orientēties. Atpakaļceļam var izvēlēties gan zemes ceļus, gan jūras krastu, padarot šo maršrutu daudzveidīgu un interesantu. Pilnai apskatei ieteicams atvēlēt aptuveni divas stundas.



04 Purezera taka

Purezera taka ir ainaviska pastaigu vieta, kas aicina izbaudīt dabas daudzveidību un mierpilnu atpūtu. Taka sākas ar gājieni cauri gleznainam, vecam mežam, kur starp eglītēm, papardēm un kritušiem kokiem vijas šaura taciņa. Tālāk seko gleznains skats uz purva ezeru, kuru apvij 345 m gara atjaunota koka laipa.

Kopējais takas garums ir aptuveni 4 km, un tās maršrutā izvietotas vairākas skaistas atpūtas vietas ar soliņiem un platformām, kas izbūvētas virs ūdens. Šajās vietās iespējams ne tikai atpūsties un ieturēt maltīti, bet arī kurināt ugunsgrāku, baudot saulrieta vai saullēkta burvību.

Taka atrodas netālu no Limbažu–Alojas ceļa un ir lieliska izvēle nesteidzīgai pastaigai dabā.



05 Plienciema kāpas taka

Plienciema taka ir ainaviska laipu taka, kas ved cauri dabas liegumam “Plienciema kāpa”, savienojot ceļu ar pludmali. Šeit nesen atjaunota 196 m garā koka laipa, ierīkota pārgērbšanās kabīne un soliņi. Pastaigas laikā iespējams baudīt ainavisko skatu uz Plienciema kāpas teritoriju, kas ir unikāla dabas vērtība. Pie pludmales izveidota ģērbtuve un neliels rotaļu laukums, padarot šo vietu īpaši piemērotu ģimenēm ar bērniem. Taka ir pieejama arī cilvēkiem ratiņkrēslos un ģimenēm ar bērnu ratiņiem.

Plienciema apkārtnē ir vēsturiski bagāta – ciema nosaukums cēlies no baltu vārda pliēns, kas nozīmē “kaļķakmens” jeb “mergelis”. Vēstures liecības par Plienciemu sniedz vairākus gadsimtus senā pagātnē, piešķirot šim piekrastes maršrutam īpašu noskaņu.

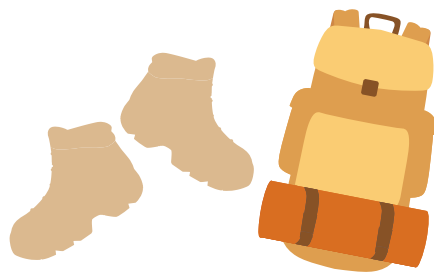
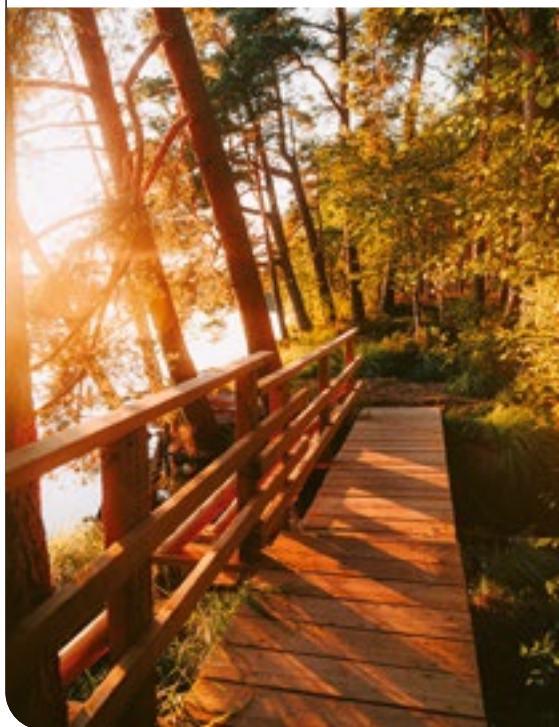
Eksperta viedoklis

KASPARS KRISTIŅŠ

LVM infrastruktūras objektu
uzturēšanas vadītājs



Latvijas valsts mežos ir izveidotas un regulāri tiek uzturētas vairāk nekā 300 bezmaksas tūrisma vietas, aicinot ikvienu dabā gājēju atpūsties mežā un baudīt mūsu dabas skaistumu. Atpūtas iespējas ir plašas: var izstaigāt kilometriem garas pastaigu takas un laipas, uzkāpt skatu torņos un platformās, baudīt pikniku svaigā gaisā, sēžot pie koka galdiem, nojumē un pie speciāli izveidotas ugunsкура vietas. Atpūtas zonas veidotas dažādās vietās – gan pie ūdeņiem, gan augstienēs, gan skaistos meža ielokos un citur.



Tūrisma vietu aprīkojumu, piemēram, galdus, solus, nojumes, laipas un kāpnes, izgatavojam no koka, kas ar laiku nolietojas, tāpēc objekti regulāri jāuztur un jāatjauno. Vairākas atpūtas vietas remontdarbu laikā pilnveidojam, lai tās būtu pieejamas cilvēkiem ar kustību traucējumiem, piemēram, atpūtas vietās “Valgalciems” un “Jaunciems” izveidotas attiecīgi 65 un 50 m garas koka laipas līdz jūras liedagam, arī jaunā skatu platforma pie Čertoka ezera veidota, lai būtu pieejama, arī pārvietojoties ratiņkrēslā.

Atpūtas vietu uzturēšana

Ik gadu LVM darbinieki monitorē bezmaksas atpūtas vietas un plāno nepieciešamos darbus, lai tās būtu drošas un pieejamas iespējami plašākam atpūtnieku lokam. Ja nepieciešams, tiek mainīti soli un galdi, atjaunotas nojumes, kāpnes, norobežojošās margas, laipas un veikti daudzi citi labiekārtošanas darbi.

Atpūšoties mežā, ievēro:

- 01** Atkritumiem mežā nav vietas, tāpēc – ko uz mežu atnesi, to aiznes!
- 02** Nelauz un nebojā atpūtas vietās izveidoto infrastruktūru!
- 03** Plāno un gatavojies – pirms doties meža piedzīvojumā, ieskaties mammadaba.lv!

Vairāk par atbildīgu atpūtu
“Latvijas valsts mežos” uzzini
Labas uzvedības noteikumus!



ĪSTENS DABĀ
GĀJĒJS

Helvijs Fiņķis



FIŅĶIS ATZĪST – PIE DABAS PAVADĪTA NEDĒĻAS NOGALE IR
SKAISTĀKAIS, KAS VAR BŪT.

Mežā baudu tīrradnību

REPERIS FIŅĶIS BRAUC UZ MEŽU, LAI
PAZUSTU NO CILVĒKIEM UN ATRASTU MIERU.
VISBIEŽĀK VIŅU TUR PAVADA SUNS ROJS.

Ar kādām sajūtām sagaidi šo vasaru?

Ar ļoti pozitīvām sajūtām – es katrā sezonā atrodo ko labu. Spēju izbaudīt pastaigas dabā jebkuros laika apstākļos. Pavadīt nedēļas nogali pie dabas, manuprāt, ir pats skaistākais, kas var būt. No vasaras man parasti ir nedaudz bail, jo pavasarī koncertu apjoms šķiet paceļams, bet vasaras vidū liekas – velna milti, ar ko es nodarbojos? Gaidot vasaru, es izbaudu darbu studijā un sagatavošanās procesu tam, kas notiks. Un vasarā es jau nevaru sagaidīt rudeni, kad atkal viss pierimsies. Bet viss šis ir ļoti pozitīvi – es pats esmu izvēlēties problēmas, kuras vēlos risināt.

Vasarā sanāk arī atpūsties vai ir tikai darbs?

Pagājušajā vasarā sanāca, jo es jau laikus saplānoju nedēļas, kurās ceļot un atpūsties. Šogad par to neesmu tik veiksmīgi parūpējies. (*Smejas*)

Tu jūti atšķirību starp uzstāšanos telpā un uzstāšanos brīvdabā? Vai mainās enerģija?

Jā, protams. Tās nav gluži divas dažādas lietas, bet katrai ir savi plusi un mīnusi, ja runājam par tehnisko pusi un to, kā es dzirdu koncertu. Lielkoncertus parasti taisu novembra beigās, tāpēc varētu teikt, ka esmu iekštelpu fans, bet domāju, ka, sasniedzot konkrētu līmeni, tas viss noved līdz lielajiem brīvdabas koncertiem. Vasarā netrūkst pilsētas svētku un festivālu, un tajos ir savs šarms – cilvēku jūra, kurai nevar redzēt galu, un tā trakā ārdīšanās... Tie ir pilnīgi citi sviedri.

Tu esi audzis tuvu dabai?

Jā, esmu no Madonas un daudz uzturos Vestienas pusē. Esmu arī daļa no grupas, kas organizē “Ezera skaņas”. Lielu daļu savas ikdienas pavadu pie ezera vai mežos – pie dabas.

Kāda ir tava mežu sajūta? Kādas ir pirmās asociācijas, dzirdot vārdu mežs?

Mežā es visbiežāk dauzos ar ģimeni un saviem suņiem. Man ir divi suņi – krasi atšķirīgi. Viens ir gigantisks Austrumeiropas aitu suns Rojs, otrs – pilnīgi akls mini izmēra dobermanis Skonto.

Vēl mežs man asociējas ar pilnīgu mieru, un šī ir galvenā lieta, ko sagaidu no meža. Es mēdzu aizmukt prom no cilvēkiem uz mežu, lai varētu vienkārši baudīt savu tīrradnību, nedomājot par to, kā man būtu jāuzvedas. Es izbaudu mest tālu koka sprunguļus un gaidīt, kad kāds man tos nesīs atpakaļ.



Kura tev ir sirdij mīļa pastaigu vieta?

Man ir pāris tādas vietas, bet nopietnākās, uz kurām braucot es mazliet vairāk sagatavojos, ir takas ap Gaiziņu. Te esmu izdauzījies un izstaigājis krustu šķērsu visus brikšņus un krūmus.

Vai tev ir kāda īpaši spilgta bērnības atmiņa, saistīta ar būšanu mežā?

Mēs ar opi katru gadu Ziemassvētkos gājām uz mežu pēc egles. Opis ielika mani ragavās, un es vienmēr brīnījos, cik lieli ir koki un cik skaisti viss apsnidzis milzīgām kupenām, kuras es nevarēju izbrist. Tās ir manas pirmās atmiņas par mežu.

Tu mežā dzirdi mūziku?

Esmu sarakstījis daudz rindu, esot mežā, bet cenšos izvairīties no mūzikas ārpus sava studijas laika. Drīzāk izbaudu klusumu un meža doto mieru.

Daudz esi ceļojis un daudz redzējis. Saki, kura vieta pasaulē tevi ir pārsteigusi? Un vai tevi vispār vēl var pārsteigt?

Vieta, kur es vēl neesmu bijis, ir pamatīgi džungļi, kas varētu būt mans nākamais mērķis. Bet ar pārsteigšanu... es teiktu, ka man daba ir mazāk par pārsteigšanu, bet vairāk par būšanu ar sevi. Tieši dabā tu vari izbaudīt to, ka esi vesels, vari sajust savu pulsu un ķermeni, jo te ir maz ārējo kairinājumu. Tas arī ir pats labākais, ko iegūsti, redzot lielus kalnus, trakas ielejas un neapmieramus plašumus.



Vai kādreiz esi mēģinājis iet vairāku dienu izdzīvošanas pārgājienos?

Kristīnes Garklāvas skolā Tadžikistānā. (Helvijs piedalījās Kristīnes Garklāvas vadītajā TV šovā “Ārpus zonas”, kas tika filmēts Tadžikistānas Fanu kalnos – red. piez.) Tā mums bija kārtīga izdzīvošanas spēle, kurā domājām, vai mēs visi paliksim dzīvi vai ne.

Ir daudz kas piedzīvots, bet teikšu, ka nav labākas gulvietas kā slapja, samirkusi telts.

Un, ja blakus dīdās tavs divmetrīgais čoms, tad ir pavisam forši. (Smejas)

Kā tu uzturi sevi formā?

Sportot dažādos veidos cenšos katru dienu – gan skrienu, gan nodarbojos ar vieglatlētikas vingrinājumiem. Man patīk iet uz stadionu. Piemēram, šodien ar lielo suni Roju noskrējām krosu. Es bieži eju arī pirtī, spēlēju basketbolu, man ar draugiem ir klubiņš, uz kuru sešos no rīta ejam boksēties svaigā gaisā. Katru nedēļu izvēlos darīt kaut ko citu, bet pamats paliek – dienu iesāku ar krosiņu.

Ja tev būtu jāuzraksta rindiņas par cilvēkiem un dabu, kādas tās būtu?

*Mēs redzam pasauli kā bruņurupucis caur plastmasas maisu.
Pusbrucis samaisa un indē gaisu.
Cilvēks piečakarē dabu, un tas nenes godu,
Līdz savu aptveri tas pielādē ar zemeslodi.*

Tā būtu dziesma ar daudz metaforām par cilvēka un dabas attiecībām. Par to, ka mēs neizturamies ar cieņu pret dabu. Tu redzi bruņurupucis un redzi plastmasu, un daudz netaisnības. Man dabas un dzīvnieku ir vairāk žēl nekā cilvēku. Es varu pat apraudāties, ja redzu, ka kādam mazāk aizsargātam radījumam cilvēki dara pāri, jo man šie radījumi rūp.▲



Fīnkis iesāka



01 NAKŠŅO ĀRĀ

Uzcel telti vai iekar kokos hamoku pie kādas skaistas, mazāk populāras ūdenstilpes. Vēl labāk – izdari to ar draugiem. Pālieciet ārā vairākas nakts, pārtiekot tikai no tā, ko esat atnesuši sev līdzī. Tas varētu būt ļoti labs piedzīvojums!

02 SPORTO

Vasarā ir kārdinājums sēdēt restorānu terāsēs, bet varbūt pamēģini uztaisīt sev sporta mēnesi un padomāt par savu veselību, skrienot krosiņus un esot aktīvam. Lai varētu kārtīgi atpūsties, vispirms ir kārtīgi jāpasporto – jāatrod balanss.

03 BAUDI

Vienmēr baudi dzīvi, jo tas, kurš nebauda, pats kļūst nebaudāms.



IEDVESMA ATPŪTAI

Atpūties Fīnķa dzimtajā Madonas pusē! Skaistajos Madonas apkārtnes mežos vari doties uz AS "Latvijas valsts meži" ierīkoto atpūtas vietu pie Vadzola ezera un atpūtas vietu pie Rāceņa ezera. Te droši vari iekurt ugunsgrūdu, ieturēt maltīti un ezera krastā veldzēties meža skaņās.





Vasaras krāšņums

LVM ARBORĒTUMĀ KALSNAVĀ

Jūnijs

PEONIJU ZIEDU PARĀDE

Peoniju ziedēšanas laikā baudi plašu kultūras programmu

Jūlijs

"KOLEKCIONĀRS" – DIENAS NOMETNE BĒRNIEM

Izzinošas, sportiskas, radošas un aizraujošas darbnīcas bērniem

Augusts

HORTENZIJU VALDZINĀJUMS

Hortenziju ziedēšana ar tematisku koncertu "Hortenziju simfonija"

MTB MĪDĪTĀJU KAUSS

Kalnu riteņbraukšanas sacensības

Visu vasaru

Orientēšanās spēle "Ģimenes rallijs"

Pastaigas svešzemju koku dārzā un citas aktivitātes

VAIRĀK INFORMĀCIJAS: MAMMADABA.LV

 [LVMKalsnavasarboretums](https://www.facebook.com/LVMKalsnavasarboretums)  [lvm.arboretums](https://www.instagram.com/lvm.arboretums)



LATVIJAS VALSTS MEŽI
ARBORĒTUMS