



mammadaba

Dzīvo Latvijas valsts mežos

Nospēlēt
ziemu



"Latvijas valsts meži" un mammadaba gaida tevi ciemos!



ŪPINATORAS

PRODUCENTS: LATVIJAS VALSTS MEŽI REŽISORS: MAMMADABA GALVENAJĀ LOMĀ: ŪPIS LOMĀS: ZVĒRI, KURI NAKTĪ NEGUĻ FONĀ: KOKU SILUETI
SKAŅU INŽENIERIS: NAKTS KLUSUMS GAISMU OPERATORS: MĒNESS UN ZVAIGZNES TĒRPU MĀKSLINIECE: MAMMADABA MONTĀŽA: DABAS PLŪDUMS

KATRU DIENU BEZ MAKSAS LATVIJAS VALSTS MEŽOS



WWW.MAMMADABA.LV



Katram gadalaikam ir sava melodija – ziemā skan zaru brīkšķi, kas, sniegpārslu kupenu pieveikti, tiecas arvien tuvāk zemei, ik soli sperot, gurst sniega klājums, bet kamīnā, uguns liesmu ieskautas, sprakšķ karstas dvēseles pilnas pagales. Nospēlē ziemu!



Uzvāri siltu tēju, sagatavo termosu un dodies uz mežu – pēc spirdzinoša spēka devas un jaunu draudzību meklējumos. Te kā grāmatu vari lasīt meža dzīvnieku privātās dzīves aktualitātes – pēdas visu pateiks priekšā! Bet pēc dzeistrās pastaigas sasildi miesu un prātu pirtiņā, ļaujot sevi nopērt no matu galiņiem līdz pat papēžiem. Tumsajos vakaros jāļauj sev priecāties, tādēļ sasauc ģimeni vienuviet un izspēlējies Latvijas valsts mežos – apceļo Latviju un jau ieplāno nākamās vasaras brīvdienu maršrutus!

Ziema ir jāsvin! Tādēļ uzzini, kur un kā meklēt savu svētku eglīti, lai tā priecētu acis pēc iespējas ilgāku laiku. Un, citējot kādas populāras dziesmas vārdus, ziemu vajag arī apēst, tādēļ uzzini, kādus meža gardumus gada tumšākajos mēnešos aicina virtuvē uzburt TV raidījuma “Gatavo 3” galvenās varones. Lai gardi!

Noderīgi:

Vairāk nekā 350 vietu atpūtai Latvijas valsts mežos meklē šeit:
www.mammadaba.lv



Čivini:  @mammadaba



Lasīt

no pēdām



Uģis Bergmanis

AS "Latvijas valsts meži" vecākais vides eksperts

"Pazīstot zvēru pēdas un zinot to paradumus, piesnigušos mežus, laukus, pļavas un ūdensteču krastus var lasīt kā grāmatu – kur meža cūku bars šķērsojis stīgu, kur vilku tēvs rieta laikā iezīmējis kādu cini ceļa malā – visas šīs zīmes liecina par daudzveidīgas faunas sastopamību un likumsakarībām vidē."

Iejot mežā, var saklausīt un saskatīt aktīvo meža dzīvnieku rosīšanos, meklējot barību vai piedzīvojot riesta laiku. To, cik daudz var saskatīt, atkarīgs no tumšo vai gaišo diennakts periodu mīlošajiem dzīvniekiem. Tomēr, lasot atstātās pēdas, var atklāt to paradumus un dzīves ritmu gada aukstākajā gada laikā.

Meklē otrās pusītes

Mežacūkas, kas tik bieži baros redzamas viesojamies privātmāju pagalmos, ziemas sākumā ir īpaši gādīgas par jauno paaudzi. Pārvietojoties baros, mežacūkas atklājušas vairākas priekšrocības – drošību un sekmīgāku barības atrašanu. Bara atstātās pēdas nevar nepamanīt – mežacūkas spēj uzrakt zemi līdz pat 20 centimetru dziļumā, kur atrodami kukaiņu kāpuri, augu saknes. Cūku barā galvenā augsnes racēja ir bara vadošā māte, sivēni pārmeklē jau uzirdināto augsnes virskārtu. Netiek smādēti arī nobeigušies zidītājdzīvnieki un sugas brāji. Savukārt mežacūkas tēviņš jeb kuilis savu varenību un spēku pierāda, ar ilkni ievelkot kokā svītru – jo augstāk atzīme ielikta, jo vairāk jāpiesargās augumā mazākajiem dzīvniekiem.

Vilkiem ziema ir aktīvs laiks riesta dēļ. Tie intensīvi pārstaigā teritoriju, to iezīmējot un meklējot barību. Diennakts tumšajā un krēslas laikā vilki apstaigā meža stigas un apčurā teju visu, ko sastop savā ceļā – gan zāles ciņus, gan celmus. Vilku tēviņiem raksturīgi iezīmēto vietu vēl apkārpīt. Ik pa laikam vilku riesta laikā – no janvāra līdz februārim – dzirdama arī gaudošana. Arī lūšu tēviņi, kuriem aktīvais riesta laiks pienāk martā, iezīmē teritoriju un pat dienas gaišajā laikā skaļi ņurd, it kā rūktu.

Ziemas izskaņā iestājas riesta laiks arī lapsām un zaķiem. Šajā laikā zaķi īpaši skaļi uzvedas diennakts tumšajā laikā. Balto zaķu pēdas sastopamas mežos un purvos, bet pelēko – mežmalās. “Zaķis ir tipisks mizas graužējs. Piemēram, ja ābelei nolūzīs zars, tad zaķi uzreiz būs klāt, lai notiesātu mizu uz zara, nevis ābolus,” teic eksperts Uģis Bergmanis.

Vai meža dzīvniekiem un putniem ziemā jānāk talkā un jāierīko barotavas? Ja dzīvnieks pats saviem spēkiem nevarētu pārziņot, daba to nebūtu radījusi. Dzīvnieki jau laikus ir uzkrājuši sev barības vielu rezerves ziemai. Dzīvojot lauku sētā, piemājas ābeļdārzā var izmest pāri palikušās kartupeļu mizas, kāpostu lapas un iepuvušos ābolus, ko labprāt ēd stirnas. Jārauga, lai mājas suņi būtu piesieti un neplosītu pie barotavas atnākušos meža zvērus.

Brieži un stirnas ziemā pārvietojas baros, galvenokārt drošības un atvieglotas barības iegūšanas dēļ. Brieži martā sāk mest ragus. Tie ir smagi – līdz pat 10 kilogramiem. Aļņi vasarā parasti uzturas ūdensstilpju tuvumā, ēdot dažādus ūdensaugus, turpretī ziemas laikā tie ēd “cieto barību” – krūmu zarus un jauno kociņu galotnes, tādējādi postot meža jaunaudzes un briestaudzes. Briedis apkož tikai koka pumpurus, bet alnis spēj nolauzt pat visu jauno koku. Ēsts tiek viss – priežu un egļu dzinumi, to miza, apšu un ošu atvases. Ēdot cieto barību, aļņiem, briežiem un stirnām veidojas tā saucamās spiras – šokolādes konfektēm līdzīgi ekskrementi, kas ir viegli pamanāmi un liecina par zvēru klātbūtni.

Stirnas un brieži, meklējot barību, labprāt uzturas ziemāju laukos, mīlojoties ar sadīgušajiem rapšiem un rudzu asniem. Turklāt tās, tāpat kā brieži, novērtē ābeļdārzu augļus. Arī jenotsuņi un āpši labprāt barojas ar āboliem. Jenotsuņi uzskatāmi par daļējiem ziemas gulētājiem – tie guļ tikai zemā gaisa temperatūrā. “Pēc daudzu gadu pārtraukuma, pateicoties čiekuru ražas pieaugumam, mežā biežāk var atrast arī vāveres pēdas. Tās pārtiek galvenokārt no skujkoku sēkliņām, kuras izgauž no priežu, egļu čiekuriem. Sniegā atstātās pēdas liecina, ka vāvere pa zemi ļepato kā zaķis, jo tās pakāļķepas iet priekšķepām pa priekšu,” stāsta eksperts.





Attīrīt miesu un dvēseli

Ināra Viļķina

pirtniece

"Satikšanās ar pirti ir viens no skaistākajiem brīnumiem, ko esmu piedzīvojusi savā dzīvē. Soli pa solim, iepazīstot pirti, ko tā sniedz un kā darbojas cilvēka labā, gribējās arī citiem parādīt, cik vērtīgi ir iet pirtī un darīt to regulāri, jēgpilni, tāpēc iestājos pirts skolā. Tagad gūstu pieredzi un veidoju savus pirts rituālus, kurus piedāvāt interesentiem. Pirtī ir jāpaļaujas uz pirtnieku, jāļaujas savām sajūtām un jādara tas, kas patiešām patīk. Reizēm skatos, cik nogurušām sejām, izdegušām acīm cilvēki ierodas uz pirti, un cik apgaroti, laimīgi un pacilāti tie iznāk no tās."



Sajust, kā miesā un prātā ieplūst miers, ļaut sev uz mirkli aizmirst ikdienas rūpes un atjaunot nogurušo ķermeni – īsta latviešu pirts dāvās enerģijas pieplūdumu, mundrumu, labsajūtu, dzīvesprieku, uzlabos veselību un stiprinās imunitāti.

“Savu ārējo apvalku – ķermeni – mēs kopjam katru dienu, bet pirts ir viena no tām retajām vietām, kur varam sakārtot savu iekšējo pasauli.”

Pirtī iešanas rituāls

“Atnākot uz pirti, ir jāsaprot, kādēļ te esam: vēlamies uzlabot veselību, atgūties no ikdienas stresa, iegūt labklājību, varbūt iemantot kripatiņu veiksmes,” stāsta Ināra. Sākumā pirtī iet sasildīties 20–25 minūtes, tad noskaloties, atpūsties un padzert tēju. Tējas var izmantot dažādas, Ināra iesaka upeņu kātu tēju – tā ir gan garšīga, gan labi sviedrē. Pirtniece iesaka pirtī daudz nesarunāties, jo tā cilvēks atdod ļoti daudz enerģijas, bet gan vairāk ieklausīties sevī.



Pēc atpūtas seko nākamais pirts posms – tad var ierīvēt ķermeni ar skrubi, īpašu uzmanību pievēršot vietām, kur ir limfmezgli – cirkšņos, padusēs, zem kakla, aiz ausīm. “Pēc ķermeņa pīlinga lieko sāli noskaloju ar ūdens strūklu no lejkannas – atvēsinoši un patīkami,” stāsta Ināra. Pēc šīs procedūras organismam atkal nepieciešama neliela atpūta, jo nākamajā pirts tūrē jau var pērties – vai nu pats sevi vai ļauties pirtnieka slotai. Ināra pāršanas laikā īpašu uzmanību pievērš kājām un pēdām, kurās ir daudz veselībai nozīmīgu punktu, jo tām pēc pirts procedūrām jābūt siltām. Kājas var sasildīt arī vanniņās ar ārstniecības augu novārījumu jau pirmajā sildīšanās reizē.

“Pēc kārtīga pēriena, ja pietiek izturības, iesaku atvēsināties dīķī, baseinā vai dušā. Dīķī vai baseinā cilvēku var *lidināt* – ūdenī iztaiso ķermeni, pirtnieks no apakšas tur. Tā atslabinājies cilvēks guļ 7–10 minūtes. Tas sniedz milzīgu baudījumu. Pēc tādas peldes kārtīgi sasēgtam ir jāpaguļ, nereti uznāk arī miegs,” turpina Ināra. Ar šo soli var arī noslēgt pāršanos, tomēr ieteicams veikt vēl vienu pāršanu, kuras laikā pirtnieks var teikt spēka vārdus, dziedāt tautasdziesmas. Pēc procedūras atkal jāatvēsinās un jāatpūšas. Noslēdzošajā pirts apmeklējuma posmā galvenais uzdevums ir sasildīties, atpūsties un pabarot tīro ādu – ieziesties ar medu, kurš sajaukts ar dabas vielām vai ārstniecības augiem. Ināra ir novērojusi, ka reizēm pēc pirts sāp galva – lai to novērstu, pēc pāršanās jāatdzesē ķermenis un galva, lai asinsrite vienmērīgi izriņķotu pa visu ķermeni. Otrs svarīgs priekšnoteikums ir atbilstoša temperatūra – pirti nedrīkst pārkurināt. Vispiemērotākā temperatūra ir 50–60 grādu, jo lielākā karstumā gaiss kļūst sausāks un organismam palielinās slodze.



Pirts slotas

Slotiņas pirtī jāizmanto atbilstoši sezonai: aukstajā gada laikā Ināra dod priekšroku skuju koku slotām – ja kadiķis pirtniekiem ir labi zināms, tad egļu un priežu ir retāk izmantotas. Skuju koki no oktobra līdz martam pastiprināti izdala fitoncīdus – bioloģiski aktīvās vielas, kas nomāc kaitīgos mikroorganismus, un pirts rituāli vēl vairāk pastiprina to veselīgo iedarbību uz organismu. Egļu slotiņas sien plakaniski un tās izmanto sildīšanai, vējošanai un klāšanai uz lāvas, tad pēršanas laikā cilvēks saņem dubulto fitoncīdu devu. Skujeņu slotas pirms lietošanas var apliet ar siltu ūdeni, tad tās kļūst maigākas. Kadiķu slotas izmanto visos gadalaikos, jo tās darbojas kā antiseptiķis un pilnīgi attīra ķermeni, bet ar tām jāper maigi, jo adatiņas ir durstīgas. Stiprāku pērienu var veikt ar vasarā sasietām lapu slotām no bērza, liepas, ozola, ceriņa un citiem lapu kokiem. Vienā pēršanas reizē nepieciešamas apmēram piecas slotas, ja liek arī zem kājām, galvas un rokām, tad vajag vairāk.



Skrubji

Ināra pirts rituāliem izmanto skrubjus no sāls un medus. Pirmajiem par pamatu ņem jūras, parasto vai Himalaju sāli, kuram pievieno samaltus kaltētus augus, attiecībā – 30% sāls un 70% augu. Katram augam ir atšķirīga iedarbība uz kādu organisma funkciju vai cilvēka vajadzību. Piemēram, vērmele – veselībai, pelašķis – naudai un veiksmi, savukārt priežu un egļu ļoti labi attīra organismu. "Skrubi pirtī uzklāj uz ķermeņa un ļauj iedarboties 10–20 minūtes, tad to iemasē ķermenī. Lai skrubi iedarbība sasniegtu dziļākos organisma slāņus, uz ķermeņa uzklāj lina palagu, kam virsū saliek slotas un tad pāris minūtes vējo," atklāj pirtiece. Medus skrubi izmanto ādas barošanai, to gatavo, sajaucot medu ar samaltiem kaltētiem augiem, attiecībā – 70% medus un 30% augu.

Kastaņi spēkam

Ināra iesaka aukstajā gada laikā pirtī izmantot rudenī salasītos kastaņus, jo tajos slēpjas milzīgs dabas spēks. Tos var ielikt garenā tīklā vai zeķē un izmantot slotu vietā likšanai zem kājām. Kastaņus var sabērt auduma maisā un pāršanas laikā gulēt uz tā. Samaltus kastaņus var izmantot skrubjos. Ejot pirtī, var uzlikt kastaņu krelles, jo tās līdzsvaro cilvēku un dod enerģiju – daba ir mūsu spēka avots.



Sajūtas pēc pirts

“Pēc pirts cilvēks jūtas laimīgs, pacilāts, apgarots, “iet” vismaz pāris centimetrus virs zemes,” pārliecināta Ināra un turpina: “Iesaku katram atrast savu pirti, pirtnieku un reizi nedēļā to apmeklēt. Veltiet savam ķermenim un garam dažas stundas relaksācijas, miera un atpūtas, jo pirtī mēs esam “šeit un tagad”, tas ir viens no veidiem, kā varam būt patiesi laimīgi.”

Noderīgi:

Rezervē atpūtu LVM tūrisma centros "Spāre" un "Ezernieki":
www.mammadaba.lv





Spēlējies

Latvijas valsts mežos!

Spēles mērķis – ļauties nebēdnīgam ceļojumam pa Latvijas skaistajām vietām! Atklāj daudz jauna, riskē un dažbrīd uzkavējies mazliet ilgāk, lai izziņātu šīs skaistās vietas. Lai uzzinātu vairāk par kādu no Mammadaba atpūtas vietām, skaties www.mammadaba.lv.

Kas nepieciešams

- Metamais kauliņš – pagatavo pats vai ņem mājās esošo
- Spēles kauliņi – rodi dabā vai ņem mājās esošos
- Pats galvenais – prieks spēlēties un apceļot Latviju!
- Spēlētāju skaits un vecums nav noteikts, lai visiem prieks

Kā spēlēt

- Sagatavo spēles kauliņus un metamo kauliņu
- Spēli sāk tas, kurš visnesenāk ir bijis kādā no Mammadaba atpūtas vietām
- Sāc no galvaspilsētas Rīgas
- Dodies uz priekšu tik lauciņus, cik uzmet uz metamā kauliņa
- Nonākot uz lauciņa, izlasi aprakstu par šo vietu un seko tās norādēm
- Par uzvarētāju sevi var saukt tas, kurš pirmais nonāk atpakaļ Rīgā, bet spēli var arī turpināt – mest vēl kādu loku pa Latviju!



1. Starts – Latvijas galvaspilsēta Rīga
2. Sigulda
3. Vidzemes akmeņainā jūra – paliec te 1 gājienu. Skat, kāda skaista jūra šai pusē!
4. Niedrāju-Pilkas purvs – ej 1 lauciņu uz priekšu un apskati purvu no augšas.
5. Zilaiskalns – no 66 metru augstā kalna apskati Vidzemes krāšņo ainavu.
6. Cēsis
7. Vijciema čiekurkalte – kamēr citi skrien tālāk, 1 gājienu pavadi te, izzini čiekura un sēklas gudrību.
8. Alūksne
9. Kaļņa ezers – dodies 4 lauciņus atpakaļ un pārlicies, vai arī no augšas tas ir redzams?
10. Gaiziņkalns – kā jūties Latvijas augstākajā punktā – 312 metrus virs jūras līmeņa?
11. LVM tūrisma un atpūtas centrs “Ezernieki” – atpūties šai skaistajā vietā, sasildies pirtiņā vai nakšņo kādā no numuriņiem, tālāk dodies, tiklīdz uzmet nepāra skaitli.
12. Ančupānu skatu tornis – uzkāp tornī un dodies 4 lauciņus uz priekšu.
13. Draudzības kurgāns – esi nonācis Latvijas, Baltkrievijas un Krievijas robežu krustpunktā.
14. Čertoks/Velnezers – izbaudi skaistā ezera burvību, tālāk dodies tad, ja uzmet pāra skaitli.
15. Priedaines skatu tornis – uzkāp skatu tornī un dodies 1 lauciņu uz priekšu.
16. Daugavpils
17. Gāršenes parks – apskatījis parku, dodies 2 lauciņus uz priekšu.
18. LVM Kalsnavas arborētums – apskatījis arborētuma krāšņumus, tālāk dodies uz LVM dabas parku Tērvetē.
19. Ellītes sēravots – šajā dziednieciskajā avotā izbaudi dabas krāšņumu, tālāk dodies, ja uzmet nepāra skaitli.
20. Berlīnes krustojums – re, kāds brīnums šajā pusē! Dodies uz Gaiziņkalnu, varbūt ieraugi pašu Berlīni?
21. Skaistkalnes karsta kriterenes – šeit zeme pazūd, arī tu šoreiz kopā ar to! Dodies 1 lauciņu uz priekšu.
22. Bauska
23. LVM dabas parks Tērvetē – šeit gan varētu uzkavēties ilgāk, bet ne šoreiz. Ieplāno atpūtu un aizbrauc iepazīt parku “pa īstam”!
24. LVM Pokaiņu mežs – šis mežs ir īpašs, te atrodami daudz mītiski veidojumi, apskati tos un dodies tālāk uz Kuldīgu.
25. LVM Lielauces ezers – makšķernieks? Dabas baudītājs? Šai vietai piemīt īpaša burvība. Izbaudi to, nakšņojot peldošajā mājīnā, un paliec te 1 gājienu!
26. Remtes medību tornis – uzkāp atjaunotajā tornī un paej 1 lauciņu uz priekšu.
27. Dunikas purvs – ieelpo purva īpašo smaržu un uzdziedi kādu dziesmu par dzērvenīti!
28. Liepāja
29. Jūrkalnes stāvkrasts – šeit krasts sasniedz pat 20 metru augstumu, dodies tālāk uz Staldzenes stāvkrastu un uzzini, kādi tur augstumi.
30. Kuldīga
31. Ventspils
32. Staldzenes stāvkrasts – šajā, līdz pat 8 metru augstajā krastā atradīsi arī melnā māla atradnes. Apskati tās un pēc tam dodies uz Ventspili!
33. Vasenieku purva taka – šī purva taka apbur! Paliec te 1 gājienu un izbaudi dabas krāšņumu.
34. LVM tūrisma un atpūtas centrs “Spāre” – baudi mieru, atpūtu un skaistumu visapkārt, tālāk dodies, ja uzmet pāra skaitli.
35. Kamparkalna skatu tornis – uzkāp 28 m augstajā skatu tornī, no kura redzama pat jūra. Dodies 1 lauciņu uz priekšu!
36. Engures ezera taka – šeit sastapsi ne vien savvaļas govus un zirgus, bet arī retas putnu sugas.
37. LVM Jaunmoku pils – apskati seno pili, varbūt izdodas satikt slaveno pils spoku? Paliec te 1 gājienu.
38. LVM Kaņiera ezera laivu bāze – vēro putnus vai dodies makšķerēt. Dodies 2 lauciņus atpakaļ un apskati, kādi putni mīt Engures ezerā!
39. Ložmetējkalns – uzkāp 27 m augstajā tornī, no kura paveras panorāmas skats uz Ziemassvētku kauju vietām. Dodies 5 lauciņus atpakaļ!





Zaļš brīnums podīņā



Aija Vītoliņa

dekoratīvo stādu pārzine

Gaidot ziemas saulgriežus, Latvijas iedzīvotājiem tiek sniegta iespēja valsts mežos nocirst savu svētku eglīti - kā pareizi to darīt, lasi www.lvm.lv. Taču pašu audzēta un lolota eglīte var priecēt ik gadu no jauna!

Ar atbildību pret eglīti

Lai eglīte būtu gana spēcīga un moža arī pavasarī, svarīgi atcerēties dažus padomus, kā to pareizi uzglabāt. Eglīte podiņā prasa uzmanību un rūpes. Ceļš no stādu audzētavas uz siltu mājokli kociņam vedīs cauri garāžai, pagrabam un priekšnamam, beigās nonākot istabas vēsākajā stūrī, lai egle pie temperatūras svārstībām tiktu pieradināta pamazām. Atbildīgam jābūt arī turpmāk – eglīti nepieciešams katru dienu apraudzīt un aplaistīt, lai kociņa saknes pastāvīgi atrastos mitrumā. Par eglītes skuju smaržu siltās telpās vēlams priecāties ne ilgāk par 10 dienām, pēc tam pakāpeniski kociņš atkal jāpieradina pie āra temperatūras.

Eglīte būs priecīga sagaidīt nākamos Ziemassvētkus brīvā dabā – ēnainā, vidēji mitrā vietā, kur auglīgas augsnes skābums ir no 5,0 – 6,5 pH. Svarīga ir ne tikai vieta, kur eglītei atrastas jaunās mājas, bet arī pats stādīšanas process. Egle jāstāda tieši tik dziļi, kā tā augusi podiņā, kā arī nedrīkst aizmirst par ūdens šalti stādīšanas laikā uz bedrē brīvi novietotajām koka saknēm. Kā sirsniņu sveicienu eglei, uzsākot jaunu dzīves posmu savā turpmākajā dzīvesvietā.

Stādīšanas laika galvenais nosacījums ir atkususi zeme, tomēr svarīgi, lai eglīte paspēj aprast ar jauno vidi un apstākļiem, pirms ieritinās ziemas miegā. Kailsakņu kociņu stādīšanai piemērotākais laiks ir pavasarī un vasaras beigās. Pēc kociņa iestādīšanas par jauno censoni sāks rūpēties arī īstā aukle – mammadaba, tomēr uzmanīt egles labsajūtu nav aizliegts arī stādītājam.

Jauniestādīto eglīti ziemā var izmantot arī citiem nolūkiem – ātrāk par visiem uzzinot, kādi laikapstākļi būs vasarā. Kā vēsta latviešu ticējums, ja ziemā zem eglēm piebirusas skujiņas, tad gaidāma laba vasara. Lai uzzinātu, vai gaidāms lietus, jāaiziet pie eglītes un cieši jāieskatās tai skujās – ja eglēm skujas nokarājas uz leju, tad būs lietus.

No egles stādiņa svētkos mācīties krāšņumu un mūžīgi zaļo skatu uz dzīvi, bet pēc svētkiem – mērenību un pakāpenisku tiekšanos uz virsotnēm!



Noderīgi:

Uzzini, kā un kur valsts mežā drīkst nocirst savu svētku eglīti:
www.mammadaba.lv/images/mammadaba/Skolam/katramsavuegli.pdf



AS "Latvijas valsts meži" kokaudzētavu adreses meklē:
www.lvm.lv/kontakti/kokaudzetavas





līdz

No koka bluķa putnam



Normunds Stenkevics,

LVM Kaktēlniecības darbnīcas skulptors

Līdzās Latvijas valsts mežu dabas parkam Tērvētē mājvietu radusi LVM Kaktēlniecības darbnīca, kurā gandrīz piecpadsmit gadus rosās daudzu parka koka skulptūru autors Normunds Stenkevics. Ielūkosimies, kā rodas koka brīnumi!



Mākslinieks absolvējis Liepājas lietišķās mākslas vidusskolu, un, atgriežoties dzimtajā pusē, guvis pirmo darba pieredzi kā dekorators, kas jāvis saskatīt kopainu arī parkā notiekošajam. "Pašreiz galvenais darbs ir rūķu pilsētas Čiekures iekārtošana – top Austrālijas varavīksnes papagaiļis, kas uz Pasta māju nesīs ziņas no tālām zemēm. Rūķiem jau interneta nav," joko Normunds.



Brīnumaini vērot, kā ota vai zīmulis mākslinieka rokās, uzvelkot vien pāris līnijas, rada saprotamas konkrētas lietas aprises, bet kā šīs aprises radīt no milzu koka bluķa?

"Sākumā ir zīmējums no vairākām pusēm, kā tas objekts varētu izskatīties telpisks, tad paņemu koka gabalu un pamazām lieko zāģēju nost. Kad skulptūra jau ieguvusi aprises, talkā ņemu kaltu, līdz darbs ir pabeigts. Kokgriešanai labāk izmantot zaļu koku, jo to vieglāk apstrādāt, sauss koks ir trauslāks un ar to ir grūtāk strādāt. Gatavās figūras krāsojam, par prieku parka apmeklētājiem, kā arī lai pasargātu koku no apkārtējās vides ietekmes. Parka veidošanas pirmsākumos skulptūras nekrāsoja, tikai lakoja vai beicēja. Kad sāku veidot Raganu silu, nolēmu nokrāsot sēnes, jo mežs apkārt tāds vienmuļš un te – krāsains akcents. Apkārtējie to novērtēja, tagad tiek krāsotas visas jaunās parka skulptūras, jo arī bērniem, kas ir galvenā mūsu parka auditorija, krāsas tīk labāk."

Dabas parka māksliniekam patīk pieņemt arvien jaunus izaicinājumus, tāpēc viņš ir atvērts jaunām idejām, kurām vēl tikai lemts pārtapt koka objektā. Ja ir ideja, bet nav skaidrs, kā to realizēt, koka tēlniecības darbnīca var nākt talkā.

Noderīgi:

Meklē piedzīvojumus LVM dabas parkā Tērvetē:
www.mammadaba.lv/tervetes-dabas-parks





Pagatavo

mežu!



Anna Birmane

TV raidījuma "Gatavo 3" seja

"Vēja kūkas ir manas bērnības svētku garša. Piedāvāju ziemas vēja kūku variāciju, kad gaisīgā, vieglā ietvarā pildām gan krēmīgu, garšām bagātīgu krēmsiera krēmu, gan spirtu un svaigu dzērveņu krēmu."

Gada tumšajā laikā, kad pilsētu ielās vien dubļi, tumsa un pelēcība, dodies pastaigā pa mežu, kur sūnu un skuju zaļums izpleties tūkstošiem toņu nokrāsās, gaiss – spīgts un smaržo pēc dzestruma. Atgriežoties virtuves siltumā, gribas palutināt sevi ar sātīgām, sildošām un aromātiskām ziemas garšām. TV raidījuma “Gatavo 3” komanda dāvā savu meža garšu izlasi, kas lieliski pietāvēs arī svētku galdam!

Vēja kūkas ar diviem ziemīgiem krēmiem

Sastāvdaļas

• 150 g kviešu miltu • 60 g sviesta • 4 olas • 250 ml ūdens • šķipsniņa sāls

Krēmam

• 250 g svaiga krēmsiera • 100 ml saldā krējuma
• 1 tēj.k. ziemas garšvielu (kanēlis, krustnagliņa, muskatrieksts, kardamons, anīsa zvaizgne) – viss samalts smalkā pulverī • 3 ēdamk. pūdercukura
• miziņa un sula no ½ apelsīna

Dzērveņu krēmam

• 400 g dzērveņu • 100 g parastā cukura
• 50 ml ūdens

Cepšanai

• cepamais papīrs
• konditorejas maisiņš ar robotu uzgali



Pagatavošana

Katliņā uzvāra ūdeni ar šķipsniņu sāls un sviestu. Karstam pieber klāt visus miltus. Maisa, līdz mīkla atlec no katliņa malām. Olas viegli sakuļ. Pa daļām iemaisa (putot nedrīkst!) mīklā.

Pannā ieklāj cepamo papīru. Mīklu pilda konditorejas maisā. Uz plāts izspiež olas lieluma mīklas piciņas. Mīklas piciņas cepoties “pūtīsies”, tāpēc tās jāliek atstatu citu no citas. Uzkaršē cepeškrāsnī līdz 200 °C temperatūrai. Liek cepties. Kūkas cep ~ 30 minūtes. Plīts durtiņas šajā laikā nedrīkst virināt!

Pagatavo krēmu. Krēmsieru saputo kopā ar pūdercukuru un garšvielām. Putojot pievieno sulu, sarīvētu apelsīna miziņu un saldo krējumu.

Dzērveņu krēmam ogas ber katliņā, pievieno cukuru un ūdeni. Visu uzvāra un caur sietiņu izkāš ogu miziņas. Tad lej atpakaļ katliņā un uz samazinātas liesmas turpina vārīt 15 minūtes līdz zapte jeb krēms sabiezē. Visu atdzesē.

Kūciņām nogriež micīti. Abus krēmus pilda konditorejas maisos un iepilda kūciņās vienu virs otra. Virsū liek nogriezto micīti.





Linda Vilmansone

TV raidījuma "Gatavo 3" seja

"Aknu pastēti gatavoju bieži un katram gadalaikam tai ir mazliet citāda garšu buķete. Ziemas versijā ir izteikti spēcīgas, latviskas garšas – kaņepes, dzērvenes un rozmarīns. Ja nav pieejamas brieža, var izmantot arī liellopa aknas."

Brieža aknu pastēte ar dzērvenēm un kaņepju sviestu

Sastāvdaļas

- 500 g brieža aknu
- 1 sīpols
- 3 daiviņas ķiploku
- 1 zariņš rozmarīna
- 100 g kaņepju sviesta
- 200 g sviesta
- 1 sauja kaltētu dzērveņu

Pagatavošana

Sīpolu notīra un sagriež rupjās pusripiņās. Ķiploka daiviņas notīra un pārgriež uz pusēm. Sakersētā pannā izkausē 200 g sviesta un apcep sīpolus, ķiplokus un rozmarīnu.

Brieža aknas noskalo un ar nazi uzmanīgi atdala no cīpslām. Sagriež nelielos vienāda izmēra gabaliņos. Aknas pievieno sīpoliem un ķiplokiem uz pannas. Cep ~ 5 minūtes.

Pievieno kaltētas dzērvenes un mazliet ūdens. Visu sautē vēl ~ 10 minūtes, lai aknas nepārkalst.

Sacepto masu mazliet atdzesē un sablendē. Ar putojamo slotiņu masā iecilā un ieputo kaņepju sviestu.

Gatavo pastēti dekorē ar dzērvenēm un pasniedz uz maizes grauzdiņiem.



Brieža fileja *brioš* mīklā

Sastāvdaļas

- brieža fileja
- 150 ml sarkanvīna
- 2 ēdamkarotes eļļas
- zariņš rozmarīna
- 10 kadiķogas
- 2 ēdamkarotes medus
- sāls un svaigi malti melnie pipari

“Šī noteikti ir visu ziemas svētku recepšu recepte – garšām bagāta un izskatā neparasta un svinīga. Manas ziemas garšas ir rozmarīns, kadiķogas, medus, čili – sildoši, spēcīgi aromāti un izteiktas garšas, jo ziemā ēdienam ir jāsilts. Protams, ne visi un ne vienmēr varam tikt pie brieža filejas, tādēļ tās vietā var izvēlēties liellopa fileju, karbonādes gabalu un arī cūkas fileju vai karbonādi.”

Mīklai

- 15 g presēta rauga
- 15 g medus vai cukura
- 300 ml silta ūdens
- 500 g kviešu miltu
- 1 ēdamkarote sāls
- nedaudz eļļas mīklas pārziešanai

Zaļumu sviestam

- bunte pētersīļu
- zariņš rozmarīna
- 50 g sviesta
- sāls



Pagatavošana

Gaļu nedaudz iemarinē vīnā, kam pievienots medus, eļļa, sāls, pipari un kadiķogas, kā arī nedaudz svaiga rozmarīna. Atstāj uz 1 h, kamēr mīkla uzrūgst.

Pagatavo mīklu. Pusē silta ūdens daudzuma izšķīdina raugu un cukuru, atstāj uz 15 minūtēm nedaudz uzrūgt. Bļodā vai uz galda uzber kaudzītē miltus un sāli. Vidū veido nelielu bedrīti un tajā ielej izšķīdināto raugu. Pievieno atlikušo silto ūdeni un turpina mīcīt. Mīca 5 minūtes. Ja mīkla līp pie rokām, pieber vēl mazliet miltu. Ar mitrām rokām veido apaļu mīklas bumbu, apsmērē to ar eļļu un uzkaisa nedaudz miltu. Mīklu liek bļodā un pārsež ar tīru dvieļi. Liek siltumā uzrūgt. Raudzē, līdz mīkla ir dubultojusies.

Gaļu apcep uz pannas lielā karstumā, lai tā visapkārt aprauj garoziņu. Atdzesē.

Kad mīkla ir uzrūgusi, to kārtīgi pārmiča un izrullē taisntūra formā viena centimetra biezumā. Uz mīklas liek gaļu, tai virsū – bagātīgā kārtā zaļumu sviestu un aizrullē cieši ciet, veidojot gludu kukulīti.

Cep 180 grādos 1 h. Pasniedz ar dzērveņu-čili mērci. To pagatavo šādi: katliņā ber glāzi dzērveņuogu, pievieno 2 ēdamkarotes cukura. Visu uzvāra un izkāš caur sietu. Pievieno ½ sakapāta čili bez sēkliņām un pavāra vēl 5 minūtes.



Egle ir trešā izplatītākā koku suga Latvijā. Tā veido

17%

Latvijas mežu kopplatības



Picea abies

Pasaulē aug apmēram 35 egļu sugas. Latvijā dabiski aug viena egļu suga – **parastā egle**



Egle ir **visātrāk augošā koku suga** Latvijā, un mežu īpašniekiem nodrošina lielāko peļņu



Latvijas valsts mežos ikviens savu

Ziemassvētku eglīti drīkst cirst meža ceļu un grāvju malās, uz stīgām, zem elektrolinjām, pieaugušā mežā zem lielajiem kokiem



Valsts mežu karti

var aplūkot

www.mammadabakarte.lv



Eglītes nedrīkst cirst jaunaudzēs un jauktu koku mežos, kā arī privātos mežos

Egle



45,3 metri

AUGSTĀKĀ EGLE LATVIJĀ

Latvijā augstākais koks ir 45,3 metrus augstā Sauta kalna garā egle



4,58 metri

DIŽĀKĀ EGLE LATVIJĀ

Uzskata, ka Latvijā aug Baltijā dižākā egle ar 4,58 metru apkārtmēru. Tā atrodas Krimuldas muižas parkā

PASAULĒ VECĀKAIS KOKS

ir **>9500 gadus veca egle** Zviedrijā, Dalarna apgabalā. 9500 gadus atpakaļ cilvēki pirmoreiz sāka kultivēt miežus un kviešus

Parasti egles aug **200 — 300 gadus**



Zviedrija



Senas egles **koksni uzskata par īpaši skanīgu** un izmanto mūzikas instrumentu, piemēram, vijoļu (tajā skaitā Stradivāri vijoļu) un ģitāru izgatavošanai



Lai ilgāk saglabātu Ziemassvētku eglīti,

ūdenim traukā zem egles kājas var pievienot aspirīna tableti, glicerīnu un pāris karotes cukura, kas koku baro. Lai stumbrs labāk uzsūktu ūdeni, to var atbrīvot no mizas