

TOP
IZVELE

ILUSTRĒTĀ ROKASGRĀMATĀ

PIEDZĪVOJUMS

Dabā

Atvaļinājums

AKAS CAURI
MEŽIEM, GAR JŪRU

SUP UN LAIVOŠANAS
MARŠRUTI

NEPARASTI MINI
ZOODĀRZI

VARENĀKIE IEŽU
ATSEGUMI LATVIJĀ



STĪNES GARKLĀVAS
smīgie pārgājieni
vēru taciņām

MONTA SOFIJA BRINĶE
piedzīvojumos dodas
kopā ar haskijiem

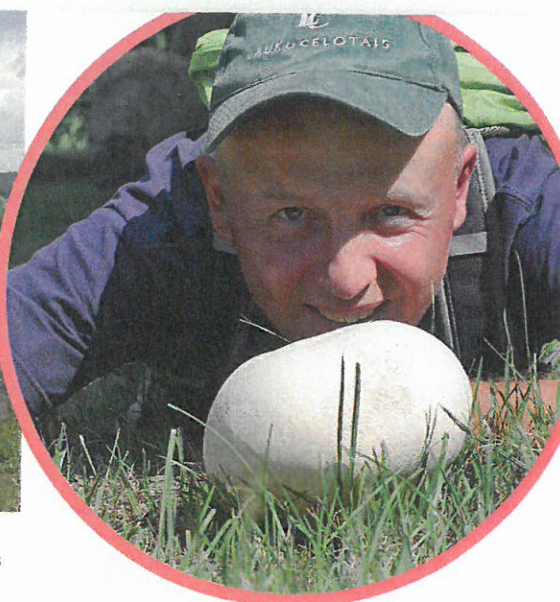
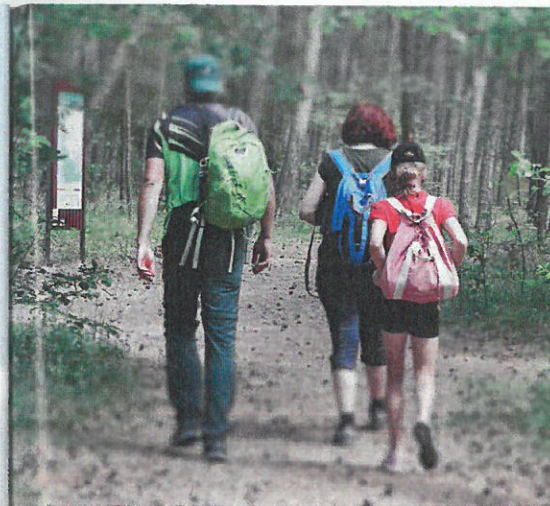
RENĀRS PURMALIS
gatavo dabā
kā restorānā

IZDEVNĪCĪBA
DIENAS ŽURNĀLI



Cena 3,49 EUR

Baltijas valstis ir uzskatāmas par samērā drošu vietu, kur doties takās pat vienatnē



Ejot Mežtaku, savā ceļā iespējams piedzīvot aptuveni 65 aizsargājamās dabas teritorijas un ieraudzīt gan neparastas ainavas, gan retas dzīvnieku, putnu un augu sugas

SAJUST JŪRU, IZDZĪVOT MEŽU PĀRGĀJIENOS

Lai domātu par dzīves jēgu, ne vienmēr jāsēž nekustīgi, raugoties kādā punktā. Pēc tās var doties arī uz jūru vai mežu, turklāt domāt pat vairāk nekā tūkstoš kilometru garumā. Dabas taku tīklojumam, kas pārklāj Latvijas teritoriju, pēdējos gados klāt nākuši vērtīgi papildinājumi – **Jūrtaka un Mežtaka**

Jūrtaku sākām veidot 2017. gadā, Mežtaku – pirms diviem gadiem. Gribu, lai cilvēki lepotos, ka cauri trijām Baltijas valstīm jau vijas vienots garo distanču pārgājienu maršruts, – stāsta viens no idejas īstenotājiem un maršrutu veidotājiem, tūrisma un vides pārzinātājs Juris Smajnskis, piebilstot, ka abi maršruti nav tapuši tukšā vietā, jo jūras krastu ir nostaiģājis vairākkārt, bet Mežtakas apkaime visās trijās Baltijas valstīs izbraucis ar velosipēdu.

«Ir jūras cilvēki, un ir meža cilvēki, un takas ejam jebkurā gadalaikā, tiesa, ziemā sētnieks no rītiem šīs takas neiztīrīs vietās, kuras nav apdzīvotas, bet tur jau arī slēpjas piedzīvojums, kura dēļ nereti izvēlamies iet dabā,» uz jautājumu par takas izvēli atbild Juris, kurš jau 2013. gadā visu Vidzemes piekrasti noslēpojis ar distanču slēpēm. Katrā gadalaikā takas pieredzējums atšķiras, īpaši Mežtakas posmos lapu koku dēļ.

Arī ogas un sēnes ir sezonāla pievienotā vērtība. Pavasaros jārekinās, ka mazās upītes būs dziļākas, bet par to nav jāuztraucas, jo Jūrtakas posmu aprakstos ir padoms, kur meklēt tuvāko tiltiņu. Sevišķas atšķirības reljefa ziņā gājējs neizjutīs, taču seguma ziņā lielāka daudzveidība piedzīvojama jūras krastā tā mainīguma dēļ.

Juris ir pārliecināts, ka nomaldīšanās gājējam nedraud, jo ir padomāts par trīskāršu sistēmu. Pirmkārt, takas dabā ir marķētas, līdz ar to tās var iziet praktiski bez citas kartes palīdzības. Otrkārt, ir sagatavotas detalizētas posmu kartes, ko iespējams arī izdrukāt. Treškārt, ir lejupielādējami GPX faili viedierīcēm. Turklāt iespējams izmantot arī vietējā gida pakalpojumus. Baltijas valstis ir uzskatāmas par samērā drošu vietu, kur doties takās pat vienatnē.

«Ceļojot pa Baltijas valstīm, neko daudz salaist grīstē nevar. Svarīgi paskatīties laika

prognozi, nodrošināties ar piemērotu apģērbu un ekipējumu, parūpēties par ūdensnecaurlaidīgiem apaviem, mobilo tālruni, kredītkarti un arī skaidru naudu. Tas ir izdzīvošanas komplekts Latvijas apstākļos,» spriež Juris un iesaka padomāt

ZINI



Ja redzi uz kāda koka stumbra, akmens vai cita dabas objekta **divas baltas krāsas svītras, kam pa vidu zila josla**, zini, ka esi Jūrtakā. Turpretī, ja ieraugi **divas baltas krāsas svītras, kam pa vidu oranža josla**, – esi Mežtakā. Par maršrutu liecina arī uzlīmes ar svītrām vai taku logo, kas ieraugāmas uz ceļa zīmēm, tiltu margām un elektrības stabiem.



arī par nūju līdzņemšanu vietās, kur ir izteiktāks reljefs, piemēram, Gaujas Nacionālajā parkā.

JŪRTAKA – OĻI, STĀVKRASTI UN PUTNI

Jūrtaka (lietuviski – *Jūrų takas*, igauņiski – *Ranniku matkarada*), kas sākas Nīdas ciemā Lietuvā un beidzas Tallinas ostā Igaunijā, ir piekrastes gājēju maršruts 1420 kilometru garumā un veicams 70–122

Nomaldīšanās gājējam nedraud, jo ir padomāts par trīskāršu sistēmu

IESKATIES

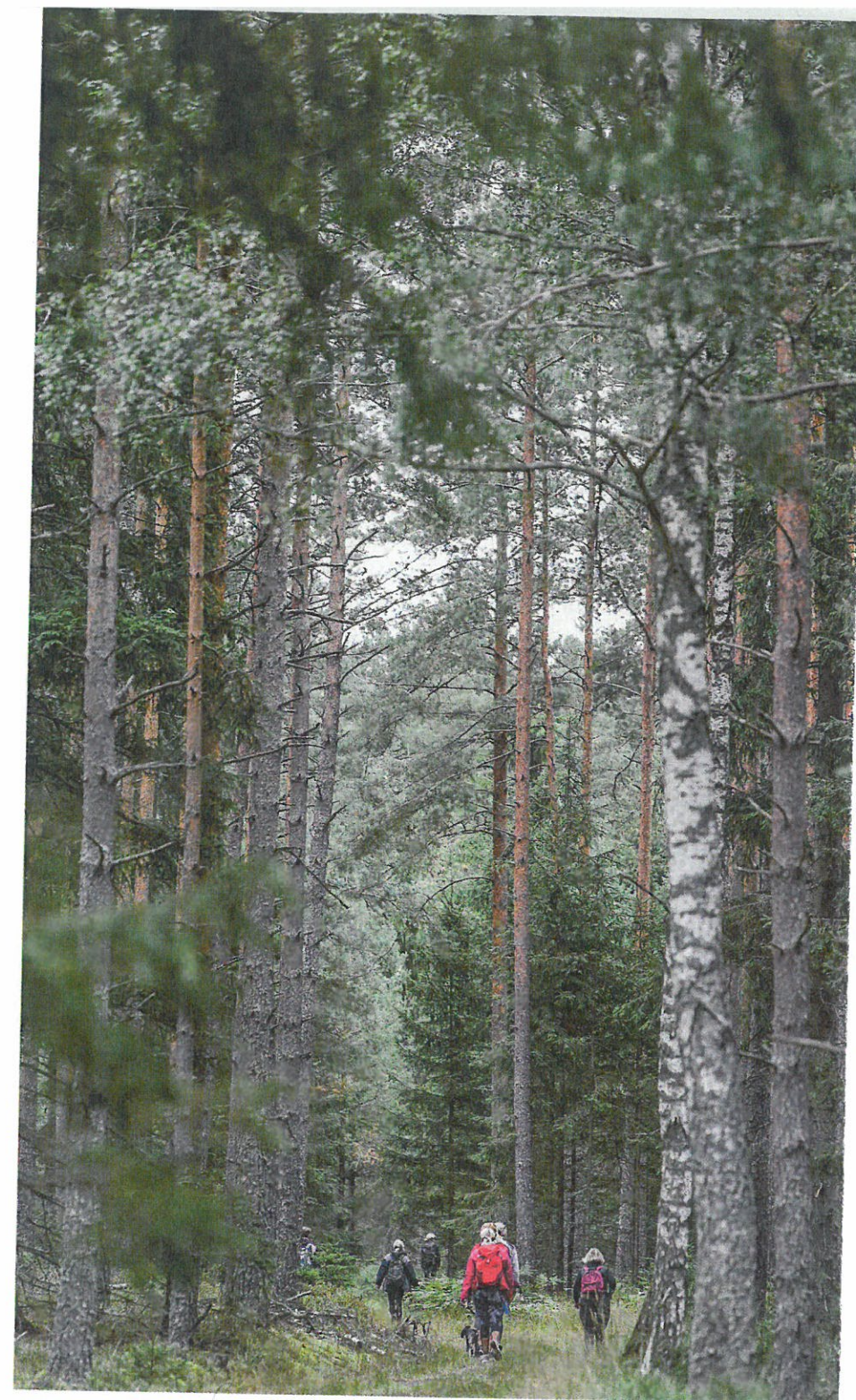
Gan Jūrtakas, gan Mežtakas pārgājienu maršrutu ceļvežos un vietnē Baltictrails.eu ir vērtīgas un detalizētas norādes par posmu garumu, nepieciešamo laiku to veikšanai, starta un finiša vietām, ceļa segumu, trim grūtības pakāpēm, dabiskiem vai cilvēka radītiem šķēršļiem un ieteikumiem, kā tos pārvarēt, brīdinājumiem par bīstamām vietām, interesantākajiem apskates objektiem, kā arī par alternatīviem ceļiem un takām, pa kuriem var veikt posmu nelabvēlīgākos apstākļos.

dienās. Katra diena var būt kā vienas dienas pārgājiens no 12 līdz 25 kilometriem, katrā Jūrtakas posmā izpētot sagatavoto aprakstu. Trīs ceļveža atvērumi ir veltīti Igaunijas salām – Kihnu, Sāmsalai, Muhu, Hījumā, Vormsi un Osmu sārei – kā iespējai daudzveidot savu pārgājienu. Uz Dižjūru pēc Zaļā stara. Pēc diviem saulrie-



tiem uz Jūrkalni, kur viens vērojams pludmalē, bet otrs – stāvkraстā. Uz Ragaciemu pēc kūpinātām butēm. Uz Vidzemes piekrasti pēc smilšakmens atsegumiem. Cauri orhideju un kadiķu laukiem pa Igauniju. Pie tūkstošiem dzērviu un zosu uz Matsalu līci. Ieraudzīt leduskritumu Pakri klintīs – šie var būt daži no mazajiem mērķiem, izvēloties Jūrtaku.

Latvijas pusē Jūrtaka lielākoties ved pa smilšainām pludmalēm, dažviet pa akmeņainiem liedagiem, vietumis pa piejūras plāvām, savukārt Igaunijas pusē jāreķinās ar sarežģītāku krasta līniju – daudziem



zemesragiem, pussalām un mitrājiem – un maršruts aptuveni 100 kilometru garumā vijas gar jūras krastu, bet pārējos 500 kilometros – pa piekrastes takām, ceļiem un arī gar autoceļu malu. Jāpatur prātā, ka Jūrtakas marķēšana dabā Lietuvā iecerēta šovasar.

Jūrtakā Lietuvā, pie Karkles ciema, stāvkraстi sasniedz 24 metrus. Savukārt no Strantes līdz Ošvalkiem un Staldzenes apkārtnē, kā arī Vidzemes akmeņainajā piekrastē var izbaudīt Latvijas stāvkraстus un to mainīgo dabu (arī Gada ģeovietu 2021 – Staldzenes stāvkraстus). Igaunijas

pusē majestātiskas klintis ir Harju apriņķī netālu no Tallinas.

PATIKS PUTNU VĒROTĀJIEM

Ejot Jūrtaku, var iepazīt Eiropas mērogā retus kāpu biotopus, piemēram, pelēkās kāpas, mežainās jūrmalas kāpas vai priekš-kāpas. Jūras krastā par vērības uzdevumu var izvēlēties arī aizsargājamo augu sugu – smiltāja nelķes, pļavas silpuresnes, tumšsarkanās dzeguzenes vai jūrmalas dedestīņas – ieraudzīšanu un iemūžināšanu fotogrāfijā, bet nekādā ziņā ne plūkšanu. Jūrtaka ar piekrastes dabu, mitrājiem,

PRAKTISKI PADOMI

Izvēlies virzienu! Taku var iesākt jebkurā posmā un iet vienā vai otrā virzienā, jo marķējums ir abos virzienos.

Izvēlies gadalaiku! Abi maršruti ir veicami jebkurā no četriem gadalaikiem. Katrā ir savi ieguvumi un trūkumi gan taku apmeklētības ziņā, gan dabas vērojumu sezonālītātē. Vasaras sezonā gājēju var būt vairāk, bet citā laikā var nodoties vientulīgākiem gājieniem un vairāk pamanīt dabā.

Nodrošinies ar maršruta informāciju! Vietnē www.jurtaka.lv, www.meztaka.lv un www.baltictrails.eu var izdrukāt maršruta dienu aprakstus un lejupielādēt GPX failus. Atsevišķās vietās taku malās ir arī informācijas stendi.

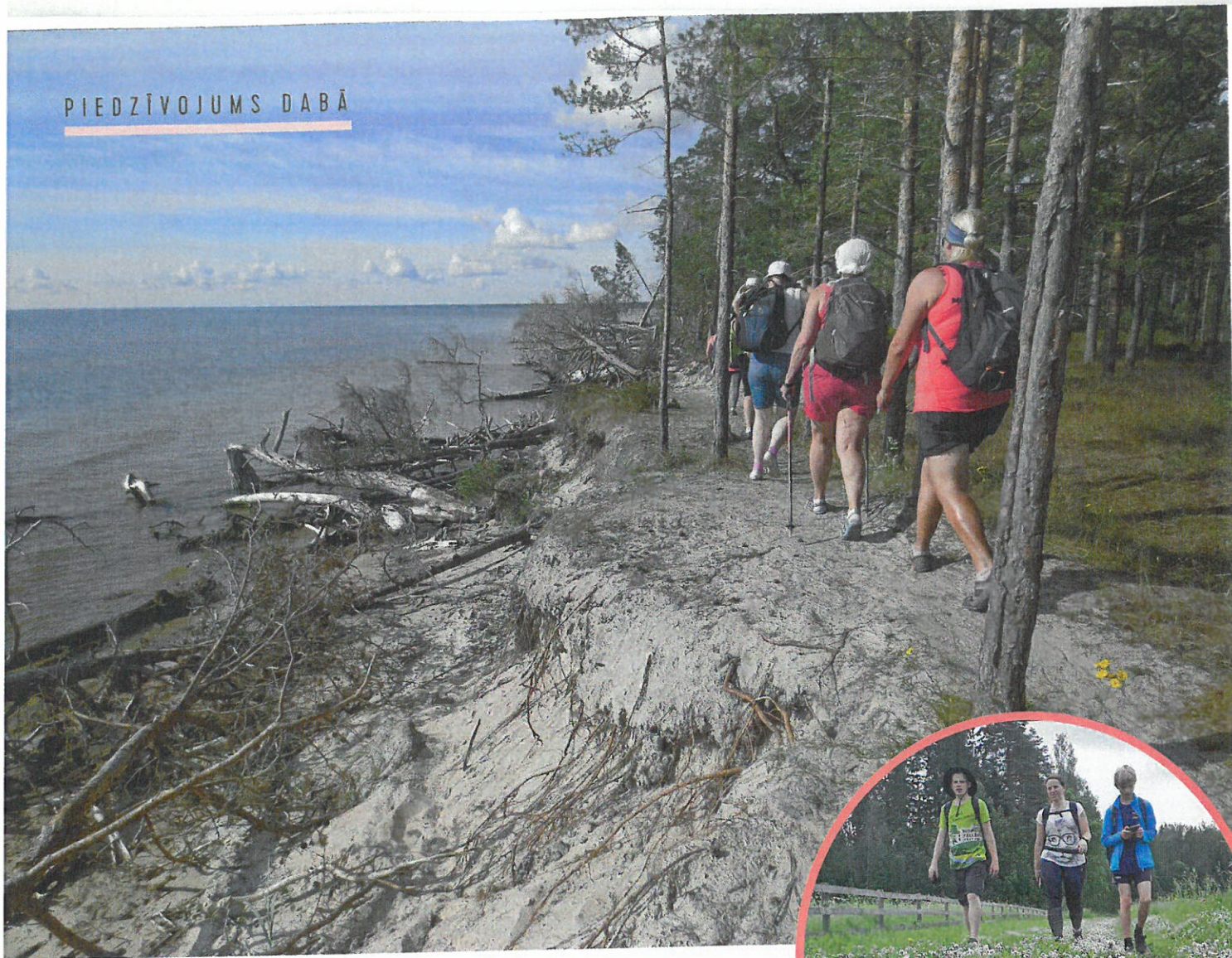
Izvēlies ērtus apavus! Akmeņainos un klinšainos posmos vēlami slēgta tipa apavi, bet vietās, kur krasts ir aizaudzis, – ūdensizturīgi apavi. Praktiska būs arī mitruma un vēja izturīga apģērba kārta.

Parūpējies par mobilajām ierīcēm! Dodoties ilgākā vairāku dienu pārgājienā, noderīgs būs viedierīču ārējais akumulators, jo ir vairāki gari posmi, kuros ierīču uzlāde nav iespējama. Jāpatur prātā, ka atsevišķos posmos var nebūt noturīga mobilā telefona zonas pārklājuma.

Plāno transportu! Ja raizes sagādā sava transportlīdzekļa atstāšana pārgājiena sākumpunktā, ieteicams atpakaļ uz savu auto doties ar sabiedrisko transportu, kur tas ir iespējams, vai vienoties par šādu palīdzību ar naktsmitnes saimniekiem, vai arī, ejot vairākiem kopā, otru auto atstāt iecerētā finiša vietā.

Meklē zīmi «Gājējiem draudzīgs»! Ar šo zīmi var lepoties īpaši atsauoīgi tūrisma pakalpojumu sniedzēji Baltijas valstīs, apliecinot, ka saprot kājāmgājēju vajadzības, piemēram, uzlādēt elektroierīci, uzpildīt dzeramo ūdeni vai izmazgāt netīrās drēbes.

Uzzini vairāk! Pievienojies domubiedriem, sekojot Jūrtakas un Mežtakas sociālo tīklu lapām, piemēram, [Facebook.com/Jurtaka](https://www.facebook.com/Jurtaka), [Facebook.com/Meztaka](https://www.facebook.com/Meztaka), [Instagram.com/Meztaka](https://www.instagram.com/Meztaka), [Instagram.com/Jurtaka](https://www.instagram.com/Jurtaka).



dumbrājiem, purviem, sekliem piejūras ezeriem un pļavām ir izcila izvēle putnu vērotājiem, īpaši pavasaros un rudenos, putnu migrācijas laikā, piemēram, Kolkasragā Latvijā vai Ventes ragā Lietuvā.

MEŽTAKU MĒROJOT – KLUSĀK IESI, VAIRĀK REDZĒSI

Mērot vēsturisko Tērbatas ceļu. Gar dziļāko upes ieleju Baltijā – Gaujas senleju. Uz vēsturiskajiem plostinieku Strenčiem. Piedzīvot krāšņās Kalamecu un Markuzu gravas ar ūdenskritumiem. Uzskāpt Lielajā Munameģī. Nolikoties uz vecdicbnieku sētām. Piekabināt mugursomai sīpolu pīni no kāda Peipusa apkaimes ciema. Atrast fosiliju Somu līci. Lahemā parkā uzskāpt uz dižakmens, lai noraudzītos jūrā.

Mežtaka (lietuviski – *Miško takas*, igauniski – *Metsa matkarada*) ir garās distances pārgājienu maršruts. Tā ziemeļu daļa ir aptuveni 1060 kilometru – ap 1,3 miljoniem soļu –, maršrutu iespējams veikt 50–58 dienās,

sākot to Rīgas Rātslaukumā un noslēdzot Tallinas ostā. Maršruta dienvidu daļa vēl top, takas marķēšana Kurzēmē un Lietuvā iecerēta šovasar. Mežtaka ved cauri mežainākajiem Lietuvas un Latvijas apvidiem, kuros iepazīstama lielākā daļa Baltijas valstīs sastopamo meža biotopu un meža tipu. Vēriņiem gājējiem Mežtaka ir izcila vieta putnu un dzīvnieku vērošanai.

Tajā var ieraudzīt gan majestātisko alni, gan mirdzošo ūdeņu dārgakmeni zivju dzenīti. «Ejot dabā, jāatceras netraucēt ne tikai dabu, bet arī citus cilvēkus. Ejot mežā, mēs ienākam citu mājās. Turklāt – jo klusāk iesi, jo vairāk redzēsi,» atgādina Juris, kurš ir pārliecināts, ka pārgājienu cienītāji, kas izvēlas garās takas, drīzāk palīdz



Latvijas pusē Jūrtaka lielākoties vijas pa smilšainām pludmalēm, dažviet pa akmeņainiem liedagiem, vietumis pa piejūras pļavām

tai atkopties, piemēram, uzlasot citu atstātos atkritumus.

DABAS UN KULTŪRAS RETUMI

Ejot Mežtaku, savā ceļā iespējams šķērsot aptuveni 65 aizsargājamās dabas teritorijas, piemēram, Lietuvā maršruts vijas cauri Dzūkijas un Zemaitijas Nacionālajam parkam un astoņiem reģionālajiem dabas parkiem, Latvijā – Ventas ielejas dabas liegumam un Abavas senlejas dabas parkam, Ķemeru un Gaujas Nacionālajam parkam, Ziemeļgaujas un Veclaicenes

PIEREDZES STĀSTI

DZĪVES JĒGA PIRMS PARADĪZES KALNA



Taku skrējējs Pēteris Grīviņš 19 Mežtakas ziemeļu daļas posmus Latvijas pusē veicis vienā piegājienā, noskrienot 327 kilometrus 43 stundās un nepilnās 15 minūtēs. Ultragaro distanču skrējējs, kurš maršrutu veicis, ceļā būdams teju divas diennaktis, dalās piedzīvotajā un spilgtākajos ainaviskajos Mežtakas iespaidos: «Pacilājošs sākums bija Kernetos – te varēja izbaudīt mazākas taciņas, trepītes, vērot apkārtni no skatu torņa. Trape ne pārsteidza ar garāko lapeglu aleju Latvijā. Pirms Gaujienas un pēc Zaķiem jau varēja vairāk baudīt apkārtni, skrienot pa mazākiem meža ceļiem. No Brenguļiem līdz Valmierai atkal bija mazo taciņu posms, ko izskrēju nesteidzīgi naktī gar Gauju. Lai gan pie Sietiņieža biju pilnīgā tumsā, zinu, ka tur ir burvīgs mežs. Kopumā jau visi apskates objekti pa ceļam ir tā vērti, tostarp Sietiņiezis, Ērgļu klintis, Zvartes iezis ar Amatas taku, – gan kā apskates objekti, gan kā vietas, gan mazākas meža taciņas. Pie Līgatnes pieminēšanas vērts ir mežs starp Skaļupēm un Līgatni ar taciņām un kalniņiem. Posms starp Līgatni un Siguldu palicis atmiņā kā nebeidzamas mocības ar

apsēšanos uz celma takas malā un dzīves izvēļu pārdomāšanu, kas noslēdzās ar kāpienu Paradīzes kalnā, kad sapratu – vairs jau tikai kādi 70 kilometri, esmu gandrīz galā.» Pēteris šogad noskrējis arī 100 kilometru pa Mežtaku dienvidu daļā no Sabiles līdz Bigauņciemam. Īsākam pārgājienam viņš iesaka posmu Tukums–Jāņukrogs, kur var izbaudīt mazākas taciņas un īstu meža burvību. Nākamais posms Jāņukrogs–Bigauņciems palicis atmiņā gan ar Zaļās kāpas taku, ko ieskauj purvs, gan Slokas ezera laipu.

PADOMS

Pēteris iesaka – pirms dodies skrējienā vai pārgājienā vienatnē, **izvērtē savu trenētību**, kā arī vērts padomāt, ko darīsi saguruma brīžos – kā tos pārvarēsi. Protams, jāpadomā arī par pietiekamu ēdiena daudzumu un iespējām to pagatavot vai jāizplāno, kur pa ceļam ieturēsi maltītes, jo bez enerģijas uz priekšu nepakustēsies.

SPĒKU IET DOD DABA



Par savu mīlāko Latvijas piekrastes daļu, kas ir mazāk tūristu skarta, četru suņu saimniece, kinoloģe, **fitnesa trenere un aktīvā tūrisma cienītāja Monta Sofija Briņķe**, dēvē Jūrtakas posmu no Ventspils līdz Liepājai, kurā kopā ar diviem pavadoņiem – haskijiem Miško un Mačiko – veikusi 126 kilometrus piecu dienu laikā.

Lai arī pārsteidzošāka ir stāvkraustu posms, tomēr tas nav vienīgais iespaidīgais skats šai Jūrtakas daļā. «Baltijas jūra tajā krastā ir īpaši mežonīga. Milzīgi viļņi, ūdens tirkizzilā krāsā, ko nevar novērot Rīgas jūras līcī. Mans mīļākais posms ir Ulmalē. Tur ir pludmale, kas veido lielu ieloku. Tā ir ļoti plaša, un tur vienmēr gribas apstāties un baudīt apkārtni,» stāsta Monta. «Daudz ir akmeņu pludmaļu ar dažādu krāsu oļiņiem, skaistiem gliemežvākiem un rupju smilti. Tur ir jāiet pētiņ skaistumu, kas atrodas zem kājām. Ļoti veselīgi būtu šīs pludmales izstaigāt basām pēdām.» Monta atzīst, ka kopumā pārgājiens bijis ļoti grūts, jo visu sev un suņiem nepieciešamo

kopā ar līdznācēju nesuši uz muguras, brīžiem nav klausījušas kājas un savu darījusi arī emocionālais nogurums. «Ticu, ka tieši maršruts, ko gājām, palīdzēja šo attālumu pieveikt, jo daba tur ir tik skaista, ka negribas nolaist acis no apkārtnes. Var visu dzīvi pārdomāt, tā ejot gar jūru,» piebilst Monta.

PADOMS

Tiem, kas vēlas doties ceļā ar suni, kinoloģe iesaka ērtus iemauktus sunim, GPS ierīci, ūdeni pietiekamā daudzumā, lai pēc jūras sālā ūdens sunim būtu tīrs dzeramais ūdens, ķepu ziedi, kā arī ēdiena pietiekamā daudzumā, jo šādos pārgājienos **suns sadedzina vairāk kaloriju nekā ikdienā**, līdz ar to arī apetīte ir lielāka.

aizsargājamo ainavu apvidum. Igaunijā Mežtaka izved cauri Hānjas augstienei, Setu zemei (Setomā) un gar Peipusa ezera rietumu krastu nonāk Ziemeļigaunijā, kur Somu līča krastā pagriežas uz rietumiem.

Tālāk tā izlokās pa Ziemeļigaunijas piekrastes un Lahemā Nacionālā parka daudzajām pussalām, līdz nonāk Tallinā. Takai tuvumā atrodas arī daudzi dabas pieminekļi – dižakmeņi, avoti, dižkoki, koku alejas, upju

senlejas un gravas. Piemēram, Nemunas un tās pieteku krastos vērojami vareni nogulumiežu atsegumi, iespaidīga ir Piuzas upes ieleja Igaunijā un pašmāju Gaujas senlejas skati. ●