

Informācija medijiem

2019. gada 7. oktobrī

Ar kustību “Ejam mežā” aicina cilvēkus biežāk doties atpūsties mežā

Meži Latvijā aizņem vairāk nekā pusi no valsts teritorijas un ir brīvi pieejami ikvienam, tādēļ AS “Latvijas valsts meži” savas 20 gadu jubilejas ietvaros uzsākusi kustību “Ejam mežā”. Kustības mērķis ir mudināt Latvijas iedzīvotājus izmantot mežu plašo pieejamību un aicināt brīvo laiku veselīgi un aktīvi pavadīt ārpus telpām.

Pavadītais laiks mežā ir vērtīgs cilvēka fiziskajai un garīgajai veselībai – to pierāda gan neskaitāmi pētījumi, gan arī ārstu rekomendācijas. Meža pozitīvo ietekmi uz cilvēka veselību novērtē arī ģimenes ārste, Latvijas Ārstu biedrības prezidente un kustības “Ejam mežā” vēstnese Ilze Aizsilniece: “Došanās mežā ir savdabīgs un ļoti vienkāršs meditācijas veids, kas palīdz sakārtot cilvēka nervu sistēmu - mūsu neurotransmiteri sāk sintezēties pilnīgi citādāk. Tas ir arī svaigs gaiss un skābeklis, kas ir absolūti nepieciešams mūsu šūnām. Turklāt mežā ir iespēja pabūt ar sevi, kas arī ir bezgala svarīgi mūsdienu skrējienā.” Viņai piekrīt arī psihoterapijas speciāliste Dace Caica: “Mežs ir brīnišķīga vieta, kur ir iespēja apstāties. Mums – dinamiskajiem latviešiem, kuriem ir simt un viens darbs un doma, - ienākot mežā, ir iespēja to visu nolikt nost. Mēs varam būt lepni, ka dzīvojam tādā valstī, kur meži ikvienam ir tik pieejami.”

Kustībā “Ejam mežā” iesaistīties arī ģimenes ārsts Ainis Dzalbs, televīzijas raidījumu vadītājs Armands Simsons un “Latvijas Radio 5 - Pieci.lv” ētera personība Karmena Stepanova.

“Mežs ir Latvijas vērienīgākais resurss, kas, pateicoties ilgtspējīgai meža apsaimniekošanai, ir pieejams katram Latvijas iedzīvotājam visa veida atpūtas iespējām. Turklāt, raugoties jau globālākā līmenī, latvieši attiecībā uz atpūtu mežā ir vieni no pašiem brīvākajiem Eiropā. Pat vairums privāto mežu ir brīvi izstaigājami ikvienam iedzīvotājam,” skaidro AS „Latvijas valsts meži” pārstāvis Tomass Kotovičs. “Ar kustību vēlamies atgādināt ikvienā Latvijas reģionā dzīvojošajiem, ka patīkama un veselīga atpūta svaigā gaisā īpaši ierīkotās meža takās un parkos ir turpat netālu un atpūtas iespējas jebkurā sezonā ir neizsmeļamas.”

Ja esi iemūžinājis savu atpūtas mirkli mežā, sēņojot, ogojot vai vienkārši pastaigājoties, un ievietojis to sociālajos tīklos, aicinām ierakstam pievienot mirklībirku *#ejammežā*, tādā veidā mudinot arī citus izbaudīt iespēju, ko sniedz Latvijas meži – atpūsties sakoptā mežā, neko nemaksājot. AS “Latvijas valsts meži” apsaimnieko vairāk nekā 360 atpūtas vietas mežos visā Latvijā – ielūkojies interaktīvajā kartē interneta portālā www.mammadabakarte.lv/ un izvēlies visatbilstošāko vietu savai atpūtai.

Akciju sabiedrība „Latvijas valsts meži” kopš savas dibināšanas 1999. gadā, īstenojot ilgtspējīgu mežu apsaimniekošanu, valsts un pašvaldību budžetos iemaksājusi 1,05 miljardus eiro. Saimnieciskā darbība veikta, kopjot un atjaunojot mežus, gādājot par vides aizsardzību, rekreāciju un koksnes pieaugumu. Šo divdesmit gadu laikā LVM apsaimniekotajos mežos izkoptas jaunaudzes 536 tūkstošu hektāru platībā, kā arī atjaunoti 227 tūkstoši hektāri meža. LVM investē mežu attīstībā, tai skaitā arī autoceļu būvē, tiltu celtniecībā, meliorācijas sistēmu atjaunošanā. Ik gadu LVM apsaimniekotajos mežos koksnes daudzums pieaug par 12 miljoniem kubikmetru.