

# NEATSTĀJ PĒDAS

• septiņi principi •



# levads

Neatstāt pēdas nozīmē izbaudīt āra dzīves aktivitātes, pēc kurām neatstāt pazīmes, kas liecinātu, ka šeit kāds ir bijis un darbojies. Neatstāt pēdas vai atstāt pēc iespējas mazāku nevēlamo ietekmi uz dabu pēc nometņošanas ir skautu un gaidu āra dzīves filozofija, tāpēc skauti un gaidas (visās darbības pakāpēs) mācās izprast un piekopt «neatstāj pēdas» principus, lai daba varētu priecēt vēl daudzus citus un ilgus gadus .

Kā par nometņošanu ir teicis skautu un gaidu kustības dibinātājs Roberts Beiden-Pauels: «Esi pateicīgs dabai, lai pēc tevis dabā paliek tikai paldies!»

«Neatstāj pēdas» pamatā ir 7 pamatprincipi, kas tiek izmantoti, lai iemācītu, kā atstāt vismazāko iespējamo negatīvo ietekmi uz dabu, lai jūsu rīcība būtu atbildīga un jūs vienlaikus izbaudītu āra dzīves aktivitātes. Šie septiņi «Neatstāj pēdas» principi tika veidoti, lai palīdzētu izglītēt un dotu norādījumus atpūtniekiem dabā par samazinātas negatīvās ietekmes praktizēšanu, un izvairītos no nevēlamas ietekmes atstāšanas uz vides un dabas atjaunošanās procesiem.

Šie principi ir visvairāk zināmie un visplašāk izmantotie visā pasaulē āra dzīves aktivitāšu laikā, lai rīkotos atbildīgi un ar cieņu pret dabu. Šos septiņus principus var un vajag pielietot, dodoties dabā: uz mežu, laukiem, parkiem. Katrs princips ietver sevī konkrētu tēmu un piedāvā informācijas izklāstu, lai varētu samazināt nevēlamo ietekmi uz dabu.

# Kas ir skauti un gaidas?

## Kāpēc «neatstāj pēdas»?

Skautisms un gaidisms ir jaunatnes neformālās audzināšanas kustības, kas papildina skolu un ģimeni. To mērķis ir audzināt jaunatni par krietniem un derīgiem savas valsts un pasaules pilsoņiem. Skautisms un gaidisms attīsta pašpaļāvību, vēlmi izzināt, atklāt un gribu mācīties. Savu darbību balsta uz iknedēļas darbu mazās grupās, āra dzīvi un vērtību sistēmu. Latvijas Skautu un Gaidu centrālā organizācija ir vienīgā organizācija, kas jaunatnes darbu nodrošina uz ilgtermiņa brīvprātīga darba principu. LSGCO ir pasaules skautu un gaidu organizāciju WOSM (*World Organization of the Scout Movement*) un WAGGGS (*World Association of Girl Guides and Girl Scouts*) dalīborganizācija.

Skautu un gaidu darbībā izmantojam trīs metodes: skautu un gaidu metodi, āra dzīves metodi un projektu metodi.

Āra dzīve ir neatņemama skautu un gaidu darbības daļa, un tā praktizējama videi draudzīgā veidā, sadzīvojot ar dabu. Esot dabā – ejot pārgājienos, noņemot, laivojot vai citādi izglītojoties un atpūšoties – mēs praktizējam «neatstāj pēdas» principus.

Tā kā āra dzīves aktivitātes kļūst aizvien populārākas, ar šo materiālu vēlamies izglītēt plašāku sabiedrības daļu dzīvot videi draudzīgākā veidā – «neatstājot pēdas» dabā.



Vairāk par skautiem un gaidām – [www.skauti.lv](http://www.skauti.lv)

# Septiņi «Neatstāj pēdas» principi



1. Plāno un gatavojies laicīgi



2. Staigā pa iestaigātām takām un nometņo jau iekārtotās vietās



3. Atkritumus izmet tiem paredzētajās vietās; ko esi paņēmis līdzī, to aiznes atpakaļ



4. Atstāj visu tā, kā bija, pirms ieradies



5. Samazini ugunsкура ietekmi uz dabu



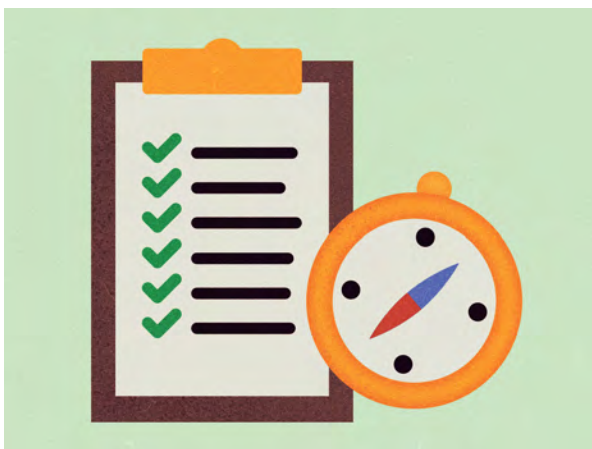
6. Cieni dabu, dzīvniekus un apkārtējo vidi



7. Baudi dabu un ļauj to darīt arī citiem

# 1.

## Plāno un gatavojies laicīgi



Pirms dodies dabā, kārtīgi izplāno un sagatavojies pasākumam: tā Tu izvairīsies no neparedzētām un nevēlamām atpūtas pauzēm, apmetnes vietām vai atgadījumiem, kas rada postījumus dabai. Labs plāns un sagatavošanās ļaus Tev piedzīvot jauku un drošu atpūtu dabā!

Piedzīvojuma vai atpūtas plānošana pirms došanās dabā ir svarīga: skaidrs plāns Tev palīdzēs sagatavoties, lai ievērotu «neatstāj pēdas» principus, radot pēc iespējas mazāk postījumu dabā. Tā Tu arī varēsi izbaudīt drošu atrašanos dabā, sasniedzot savus mērķus un iepazīstot apkārtējo vidi.



### **Veiksmīgam plānam ņem vērā šos ieteikumus:**

- 1. Izvirzi mērķus**, ko vēlies sasniegt pasākuma laikā (aktīvi atpūsties, fiziski sevi pārbaudīt, gūt mieru, izbaudīt zelta rudeni utt.);
- 2. Izvērtē savu biedru** (pārinieka/grupas) prasmes un spējas āra dzīves aktivitātēs;
- 3. Izvēlies galamērķi**, kas atbilst Taviem mērķiem, prasmēm un spējām;
- 4. Uzzini** pēc iespējas vairāk informāciju par vietu, kur plāno doties;
- 5. Izvēlies atbilstošu ekipējumu** un apģērbu pēc «neatstāj pēdas» principiem (skat. 7. principu);
- 6. Iepilnino aktivitātes** atbilstoši izvirzītajiem mērķiem, savām un biedru prasmēm un spējām;
- 7. Izvērtē pasākumu**, kad atgriezies: piefiksē, kuras lietas izdevās labi un ko nākamreiz darīsi citādi.



### **Plānojot jāņem vērā arī:**

- gaidāmie laikapstākļi;
- konkrētās teritorijas noteikumi un ierobežojumi;
- vai nebūs jāšķērso privātas teritorijas;
- kāds būs vidējais pārvietošanās ātrums (pārgājienam, velobraucienam u.c.);
- ēdienreīžu skaits un nepieciešamās pārtikas daudzums visiem dalībniekiem;
- līdzī nēmamā ūdens daudzums un tā uzpildes iespējas pasākuma laikā.



**Atceries – jo precīzāks būsī aprēķinos un plānos, jo mazāku negatīvo ietekmi uz dabu atstāsī!**



Esot dabā, apetīte vienmēr ir laba, tāpēc svarīgu lomu pasākuma sagatavošanā ieņem ēdienreīžu plānošana, jo nepārdomātas ēdienreizes, to gatavošana un pārpalikumi var atstāt pēdas un negatīvu ietekmi uz dabu.



### **Plānojot ēdienreizes, ņem vērā:**

- **Cik** vien iespējams, samazini atkritumu apjomu: lielos pārtikas iepakojumus atstāj mājās, pārtiku ievieto iepakojumos, kas aizņem maz vietas un ir vairākkārt lietojami;
- **Izmanto** hermētiski noslēgtus traukus: tie palīdz saglabāt pārtiku svaigu un samazina līdzī nēmam iepakojumu un atkritumu daudzumu;
- **Ņem** līdzī tik daudz pārtikas, cik vari apēst (svarīgs punkts pie izvērtēšanas, lai kļūdainas izvēles gadījumā nākamajā reizē var darīt citādi);
- **Centies** izmantot pēc iespējas mazāk dzīvās uguns! Gatavo ātri pagatavojamus ēdienus ar pietiekamu enerģētisko vērtību un centies izmantot gāzes vai spirta degļus, kas nerada negatīvu ietekmi dabai;
- **Izmanto** vairākkārt lietojamus traukus;
- **Pēc** maltītes visu novāc un satīri, lai neatstātu pēdas!

## 2. Staigā pa iestaigātām takām un nometņo jau iekārtotās vietās



**Dodoties dabā, neposti to!** Cilvēku postījumi parādās, kad zemes virsma tiek tā nomīdīta, ka tur augošie augi un mītošie organismi nespēj atjaunoties, tāpēc rodas augsnes erozija un veidojas nevēlamas takas. Dodoties dabā vislabāk izvēlies jau iestaigātas takas un paliec ierīkotajās apmetņu vietās. Negatīvā ietekme uz dabu būs ievērojamāka, ja izvēlēsies doties pa cilvēku neskartajām vietām, tāpēc tad ir jo svarīgāk ievērot «neatstāj pēdas» principus.



Cilvēkiem patīk doties pie dabas, tāpēc, lai radītu pēc iespējas mazāku negatīvo ietekmi dabai, ir ierīkoti maršruti, kas ved gar skaistiem dabas skatiem, dabas un kultūras objektiem. Plānojot pasākumu pie dabas, izvēlies šādas takas un ceļus, kad vien iespējams. Ej pa iezīmēto vai izteiktāko ceļu, neizvēlies taisnākās vai vāji izteiktās takas. Atpūtai izvēlies vietu, kas tai ir paredzēta: uz ceļa, kur citi var netraucēti pāriet garām. Ja izvēlies atpūsties nost no takas, tad seko ieteikumiem, kas paredzēti tiem, kas dodas nost no takas (skat. tālāk).



**Atceries** – labāk viens labi redzams ceļš, nevis vairākas vāji iemītas takas!



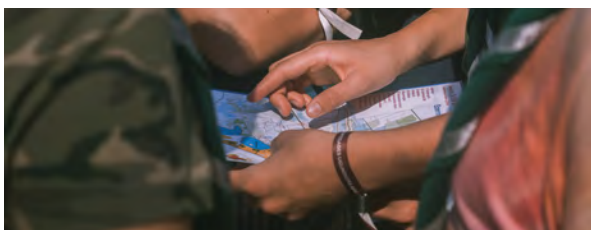
**Ja esi sava ceļa gājējs, Tev patīk izlūkot apkārtni un Tavi ceļi ved nost no iestaigātajām takām, tad ļoti svarīgi ir prast izvērtēt apkārtni, lai Tava rīcība atstātu pēc iespējas mazāku negatīvo ietekmi dabai un Tavi ceļi citiem paliktu nemanāmi. Kad dodies nost no takas:**

- 1. Novērtē zemes segumu**, pa kuru pārvietosies – jo izturīgāks un nedzīvāks tas ir, jo drošāk un labāk:
  - **Akmeņi, smiltis, grants** – piemēroti staigāšanai, tomēr ieteicams izvairīties no staigāšanas pa akmeņiem, kas apauguši ar sūnām vai ķērpjiem;
  - **Ledus un sniegs** – piemēroti, lai pa tiem staigātu, sevišķi, kad sniega sega ir pietiekami bieža;
  - **Augu sega** – ļoti atkarīga no augošajiem augiem, tāpēc rūpīgi izvērtē, kādus potenciālus postījumus veiks, ja staigāsi pa to. Piemēram, mitrās vietās un trauslos augos ātri paliks redzamas pēdas, taču sausos vai gana izturīgos augos nospiedumi nebūs tik ievērojami.

**2. Izvērtē savas grupas lielumu, lai saprastu, kā pārvietoties:**

- ejot katram savu ceļu, izmīdot lielāku laukumu, bet nemanāmāk;
- visiem ejot pa vienu taku, izmīdot mazāku laukumu, bet atstājot to redzamāku;

**3. Izvairies no jaunas takas iemīšanas, kas iedrošinātu citus izvēlēties Tevis iestaigāto taku.**



**Izvēloties piemērotu apmetnes vietu, svarīgākais ir atstāt pēc iespējas mazāku negatīvo ietekmi uz dabu. Vislabākās apmetnes vietas ir tās, kuras ir speciāli iekārtotas un tik ļoti cilvēku ietekmētas (bez augu segas), ka saudzīga to izmantošana neatstās redzamas un nevēlamas sekas. Lai izvēlētos vislabāko apmetnes vietu, ir jāņem vērā vairākas lietas:**

- **Vietas atrašana:** ieplāno dienas beigās pietiekami daudz laika un enerģijas, lai izvēlētos piemērotu apmetnes vietu. Nogurums, slikti laika apstākļi vai vēls vakars nav attaisnojoši iemesli, lai izvēlētos nepiemērotu (vāji izteiktu, jaunu) apmetnes vietu;
- **Apmetnes vieta:** novērtē, kāda ir atstātā cilvēku ietekme. Telts, ekipējuma un virtuves iekārtošanai

izmanto vietas, kas jau ir cilvēku izmantotas, un izvairies no šādu vietu paplašināšanas;

- **Zemes segums un augsne:** pārliecinies, ka to nespapostīsi, izvēlies apmetnes vietu ar neizteiktu augu segu vai bez tās;
- **Apkārtojuma vide:** pārliecinies, ka ar savu klātbūtni netraucēsi savvaļas dzīvniekiem;
- **Tava ietekme:** izvērtē, cik lielu ietekmi potenciāli Tu varētu atstāt;
- **Vietas atstāšana:** pārliecinies, ka tā paliek tīra un patīkama nākamajiem apmeklētājiem.



**Neiekārtotās un cilvēku neskartās vietās apmetties nav vēlams, taču, ja esi pieredzējis doties piedzīvojumos pie dabas un rīkojies pēc «neatstāj pēdas» principiem, tad vari izvēlēties apmetnei arī tādas vietas, ņemot vērā šos ieteikumus:**

- **Nepaliec** vienā vietā ilgāk par vienu nakti;
- **Apmetni** iekārto pēc iespējas plašākā teritorijā, lai neatstātu postījumus koncentrēti;
- **Izvēlies** apmetnei pēc iespējas piemērotāku vietu (skat. iepriekš), lai pēc iespējas mazāk izpostītu teritoriju;
- **Pārvietojoties** pa apmetni, izvēlies dažādus ceļus, neierīko takas;
- **Pārvietojies** ar mērķi un pārdomāti, piemēram, ejot pēc ūdens, izvēlies dažādus ceļus un vienlaicīgi atnes pēc iespējas vairāk ūdens;
- **Pirms** dodies prom, atvēli laiku vietas atjaunošanai. Noslēp skartās vietas ar dabas materiāliem, notīri pēdas, sagrāb vai sacel nomīdīto zāli, lai vieta atkal atgūtu dabisku izskatu;
- **Atstāj** vietu tādu, lai citiem nerastos vēlme un interese apmetties tieši turpat, kā jau iekārtotā vietā.

### 3.

## Atkritumus izmet tiem paredzētajās vietās



Viens no galvenajiem veidiem, kā neradīt kaitējumu dabai, ir nepiesārņot to ar atkritumiem! Neatstāj neko aiz sevis!

Visi atkritumi, kas rodas, atrodies dabā – iepakojumi, salvetes, pārtikas atliekas – ir jāņem līdzi un jāizmet tiem paredzētajās vietās, ja tādas ir atrodamas. Atkritumus nedrīkst dedzināt un atstāt dabā, jo tas kaitē dabai un savvaļas dzīvniekiem.

Dodoties dabā savāc vai pareizi likvidē visus savus atkritumus, tādējādi izvairoties no vides piesārņošanas un nepatīkamām atstāto atkritumu sekām. Centies darīt visu, lai paātrinātu sevis radīto atkritumu sadalīšanos.



**Publiskās vietās ir atrodamas sausās tualetes vai konteineri, bet, ja to nav vai tie ir netīri un ar nepatīkamu aromātu, cilvēki dabisko vajadzību nokārtošanai izvēlas doties mežā. To darot, ņem vērā:**

- Pirms nokārto savas dabiskās vajadzības mežā, izroc mazu bedrīti, nokārtojies un aizroc to ciet! Fekālijas sadalīsies, un tas pasargās gan no tā, ka fekālijām klāt tiek dzīvnieki, gan ļaus izvairīties no netīkama skata mežā;
- Fekālijas vislabāk sadalās mitrā augsnē;
- Lielākā grupā, nometņojot vairākas dienas, izveidojiet vienu lielu bedri, kuru aizrociet pirms došanās prom. Lai izvairītos no nepatīkama aromāta, pēc katra apmeklējuma apberiet izkārnījumus ar smiltīm;
- Esi taupīgs ar tualetes papīru, nelieto to nelietderīgi un lieki;
- Izvēlies tādu tualetes papīru, kas labi sadalās zemē vai ūdenī. Ja tualetes papīrs nedeg vai deg slikti, tas liecina, ka tas slikti sadalīsies;
- Higiēnas atkritumiem, kas nesadalās vai sadalās lēni, ierīko miskastes maisu, kuru, dodoties prom, ņem līdzi un izmet atkritumu konteinerā;
- Savas dabiskās vajadzības nekārtojiet tiešā ūdens tuvumā, ideālā gadījumā ieturiet ap 250 metru distanci no ūdens tilpnēm.



**Ēstgatavošanas laikā bieži paliek pāri pārtikas atkritumi – dārzeņu un augļu mizas, serdes, kā arī nepēstā pārtika. Lai nomaskētu šos atkritumus, ieteicams izveidot pārtikas atkritumu bedri:**

- pēc iespējas tālāk no ūdens;
- ne pārāk tālu no pavarda;
- vietā, kur bieži nestaigā;
- ja iespējams, melnzemē (tajā pārtikas atkritumi sadalīsies ātrāk);
- tik dziļu, cik nepieciešams (izvērtējot dziļumu, jāņem vērā apmešanās ilguma konkrētajā vietā, cilvēku skaits un ēdienkarte);
- ar vāku, kas veidots no zariem vai smalkiem kokiem, lai neiekristu bedrē.

### **Aizroc bedri, kad dodies prom!**

Atkritumus, kuri nesadalās dabā, met atkritumu maisos un nes līdzī līdz vietai, kur tos iespējams izmest tiem paredzētajos konteineros.



**Atceries** – atkritumus neatstāj dabā, ņem tos līdzī un izmet tiem paredzētajos konteineros!

## 4. Atstāj visu tā, kā bija, pirms ieradies



Dodoties dabā, Tu apmeklē daudz skaistu, interesantu vietu un apbrīno dažādus dabas un kultūras objektus. Lai to varētu izbaudīt arī citi pēc Tevis, dari visu, lai atstātu vietu tādu, kāda tā bija pirms Tevis. Atstāj akmeņus, augus, arheoloģiskos artefaktus un citus objektus vietās, kur tos atradi, tādējādi ļaujot tos atrast, ieraudzīt un izbaudīt arī citiem! Negreb ierakstus kokos vai klintīs. Šis princips attiecas ne tikai uz dabas, bet arī kultūras objektiem.



## **Nonākot dabā, ir svarīgi ievērot principu «neatstāj pēdas»:**

- neroc tranšejas ap telti, neveido nojumes, galdus, krēslus un citas lietas, kas nav ārkārtīgi nepieciešamas;
- ja attīrīji vietu no akmeņiem, zariem, čiekuriem, tad novieto tos atpakaļ, kad dodies prom;
- cilvēku skartajās vietās vari vietu sakopt un demontēt neatbilstošas citu apmeklētāju veidotas būves: vairākas ugunsкура vietas, paštaisītus solus vai galdus;
- vietās, kas ir atbilstoši un legāli ierīkotas, atstāj visu iekārtojumu, jo to nojaukšana izraisītu jaunu ugunsкура vietu vai būvju ierīkošanu;
- mācies izvērtēt katru vietu, kur apmeties, lai saprastu, kā labāk rīkoties.



## **Atceries – labas apmetņu vietas ir nevis jāizveido, bet jāatrod!**



## **Augi un koki ir dabas sastāvdaļa, tāpēc izturies pret tiem saudzīgi:**

- izvairies no dzīvo augu un koku postīšanas! Nenaglo kokos, lai kaut ko iekarinātu, nesakapā kokus ar zāģi vai cirvi, nesien telts striķus ap kokiem. Grebt zīmes kokos nav pieļaujams;
- zaru griešana, lai izveidotu guļvietu, dod mazu labumu Tev, bet lielu kaitējumu dabai;
- dažī Tevis noplūkti ziedi noteikti neatstās lielu ietekmi, bet, ja tā domās visi ceļotāji, tad gan ietekme kļūs manāma. Nofotografē vai uzzīmē šo



skaistumu, nevis noplūc un iznīcini to;

- pieredzējuši ceļotāji noteikti vēlas izbaudīt ēdamos augus, taču ir jāizvairās no to iznīcināšanas pilnībā;
- skaisti un interesanti dabas objekti, kā briežu ragi, izkaltsuši koku zari, krāsaini akmeņi un citi, ir jāatstāj vietās, kur tie bija, lai arī citi varētu tos atrast un par tiem priecāties. Nacionālajos parkos un citās aizsargājamās teritorijās ir aizliegts pārvietot objektus;
- tādi paši principi ir piemērojami kultūras (sevišķi arheoloģiskajiem) objektiem un artefaktiem. Likuma pārkāpums ir aiztikt, pārvietot vai postīt arheoloģiskos pieminekļus, vēsturiskās vietas un tur atrastos arheoloģiskos artefaktus, piemēram, trauku lauskas, dažādus priekšmetus un objektus.



**Atceries** – pirms kaut ko paņemt no dabas, padomā, vai Tev tiešām tas ir vajadzīgs!

## 5. Samazini ugunsкура ietekmi uz dabu



Ugunij jau kopš cilvēces pirmsākumiem ir bijusi nozīmīga loma izdzīvošanā, lai sasildītos un pagatavotu ēdienu. Ir daudzi, kas nometņošanu un būšanu pie dabas nemaz nevar iedomāties bez ugunsкура. Tomēr uguns ir arī bīstama, un nepareiza tās izmantošana rada postījumus dabai. Lai samazinātu uguns negatīvo ietekmi uz dabu, lieto ierīces (gāzes balonus, grilus u.c.), kas neatstāj pēdas dabā. Pirms kurini ugunsкуру, vienmēr izvērtē, vai tas Tev ir nepieciešams un kādus postījumus tas varētu radīt dabai!



### **Lai saprastu, vai ugunsкуру kurināt un kādu negatīvo ietekmi uz dabu tas atstās, ņem vērā:**

- Vai ugunsķurs apdraud dabu un apkārtējo vidi šajā gadalaikā (piemēram, vai nav pavasara kūlas laiks vai vasaras sausums);
- Vai ir kādi ierobežojumi ugunsķura ķuršanai konkrētajā teritorijā (dabas liegumi, nacionālie parki);
- Vai apkārtņē ir pietiekami daudz koksnes;
- Vai koksnes atķaunošanās spēķa ir lielāķa par to, kas tiks patērēķts;
- Vai Tev ir pietiekamas zināšanas ugunsķuru veidošanā un vai ugunsķurs neatstās pēķdas.



### **Kad ķurini ugunsķuru, ievēro šos ieteikumus, lai atstātu pēc iespēķas mazāķ pēķdu un negatīvo ietekmi dabai:**

- Ja iespēķjams, veido ugunsķuru jau esošā ugunsķura vietā;
- Veido ugunsķuru vietā, ķur apkārt ir pietiekami daudz sausas malkas;
- Neveido ugunsķuru tuvu ieķķiem un ķlintīm, ķo uķuns uz tiem atstāķ melnas dūķmu pēķdas uz ilķu laiku;
- Malkai izķmanto tikai sausus ķokus, izvairies no augoķu ķoku izķmantošanas;
- Lieto tāķdu malku, ķuru pats vari salauzt bez ķirvķa vai zāķģa palķķdzķbas;
- Malku meķlē pēc iespēķjas plašāķā apkārtņē;
- Dedķini uķuni tikai tad, kad to izķmanto, un uķturi liesķmu neliķu;
- Plastķmasu, metāķa bundķķas un foliju ir aizķliegt dedķināt uģunķskurā! Pēc iespēķjas nededķini arī papķķru, ķo tas satur daudz un daķķāķus ķķimķiskus

savienojumus, kas var kaitēt dabai;

- Ļauj ugunskuram izdegt līdz pelniem vai nodzēs to ar smiltīm vai ūdeni;
- Pirms dodies prom, sakop ugunsкура vietu: izkaisi pelnus apkārtnē un nomaskē to (ja veidoji jaunu ugunsкура vietu);
- Neizmantoto malku atstāj dabā, lai tā izskatītos pēc iespējas dabiskāk.



**Atceries – vislabāk ugunsкуру ir veidot jau esošā ugunsкура vietā!**



**Kurinot ugunsкуру, svarīgi ir ievērot drošību, lai pasargātu gan sevi, gan dabu:**

- **Pieskati jauniešus**, kuri lieto tūristu plītiņas un ugunsкуру;
- **Ievēro dotos drošības noteikumus**, izmantojot dažādas ierīces: gāzes balonus, spirta degļus un citas;
- **Neatstāj uguni nepieskatītu;**
- **Turi malku un citus ugunsnedrošus materiālus drošā attālumā** no ugunsкура;
- **Rūpīgi nodzēs uguni!**



**Atceries – vislabākais ugunskurs ir tāds, pēc kura nepaliek pēdas!**

## 6. Cieni dabu, dzīvniekus un apkārtējo vidi

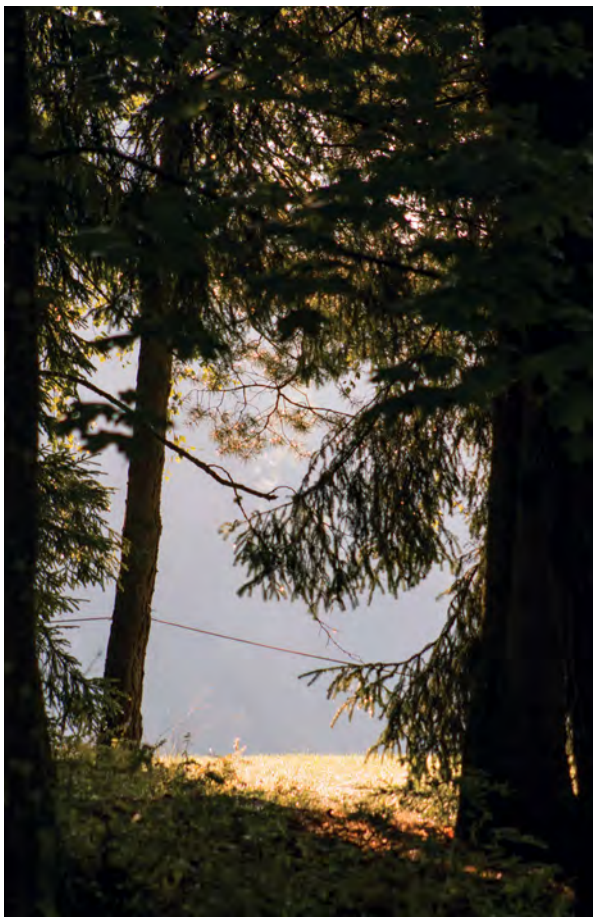


Daba ir viss, kas mums apkārt, ko neesam radījuši mēs – cilvēki. Tā ir vienreizēja, brīnumaina un skaista, taču mainīga, sevišķi cilvēku ietekmē, tāpēc cieni to! Ieturī distanci, izzini un pēti dabu, vērojot to.



**Tu būsi dabas draugs, ja rīkosies pēc «neatstāj pēdas» principiem, tādējādi izrādot cieņu pret dabu. Daži ieteikumi, kā to darīt:**

- Dodieties dabā pa pāriem vai nelielās grupās, jo lielas grupas bieži rada lielāku kaitējumu videi un var traucētsavvaļas dzīvniekiem. Lielās grupas jāsadala vairākās mazās grupās;
- Vēro savvaļas dzīvniekus no attāluma, uzvedies klusu, nebiedē un netraucē tos;
- Neaiztiec dzīvnieku mājas un neposti tās;
- Neplūc augus bez vajadzības (skat. arī 4. punktu);
- Nerāpies smilšakmens atsegumos un neatstāj tajos skrāpējumus;
- Iepazīsti indīgos augus un izvairies no tiem;
- Nerāpies dižkokos un nebojā to mizu un apaugumus;
- Nededzini sveces vai ugunsroku alās;
- Nepiesārņo avotus, metot monētas, kāpjot vai mazgājoties tajos;
- Nepiesārņo ūdenstilpnes, lietojot mazgāšanas līdzekļus;
- Esi kluss, lai Tu un citi varētu dzirdēt dzīvniekus;
- Esi piesardzīgs: ātras kustības un skaļi trokšņi rada savvaļas dzīvniekiem stresu;
- Nebaro dzīvniekus ar tiem nepiemērotu pārtiku;
- Neaiztiec dzīvniekus, jo tie var būt slimi, iekost un savainot vai inficēt Tevi;
- Neaiztiec dzīvnieku mazuļus, pat ja Tev šķiet, ka tie ir pamesti! To māte, visticamāk, ir paslēpusies un gaida, kad aiziesi prom no mazuļa. Aiztiktus mazuļus var pamest māte;
- Sargi savu ēdienu un savāc atkritumus, kuri nesadalās dabā. Aproc atkritumus, kuri sadalās dabā, tā, lai necieš ne daba, ne dzīvnieki. (skat. arī 3. punktu).



**Atceries** – cieni dabu, dzīvniekus un apkārtējo vidi, saglabājot to tādu, kāda tā bija pirms Tevis, vai labāku!

## 7. Baudi dabu un ļauj to darīt arī citiem



Viena no svarīgākajām āra dzīves ētikas sastāvdaļām ir būt laipnam un pieklājīgam pret citiem. Tas ļauj izbaudīt dabu visiem interesentiem. Daudzi dodas dabā, lai tajā ieklausītos, gūtu mieru un enerģiju, tāpēc pārmērīgi trokšņi, vaļā palaisti mājdzīvnieki un postīta apkārtējā vide var būt nepatīkami un traucējoši.





**Daži ieteikumi, lai ļautu labi atpūsties dabā gan sev, gan citiem:**

- **Esi kluss un netrokšņo**, ja klausies mūziku, lieto austiņas, lai netraucētu citiem;
- **Ja vēlies izbaudīt vientulību, tad neizvēlies ceļošanai brīvdienas**, nedēļas nogales un labāk ceļo nesezonā, lai Tev netraucētu daudz cilvēku. Vienmēr paziņo kādam mājās palikušajam par savu ieplānoto maršrutu, plānoto apmetnes vietu;
- **Uz takām priekšroku** dod vadītām grupām un tiem, kas dodas kalnā augšup;
- **Atpūties piemērotās vietās**, kur Tu netraucē citiem ceļotājiem;
- **Izvēloties apmetnes vietu**, iekārto to tā, lai koki vai kas cits aizsegtu to citu skatiem;
- **Apmetnē uzvedies klusi**, lai netraucētu pārējiem nometnotājiem;
- **Izvēlies piemērotu apģērbu** un ekipējumu: gaišs un spilgts apģērbs un ekipējums, sevišķi atklātās vietās, nav piemērots, var būt traucējošs un radīt netīkamu un nedabisku sajūtu, tāpēc ieteicams izvēlēties zemes toņus, lai mazinātu vizuālo kontrastu.



**Atceries – izbaudi dabu, ļaujot to darīt arī citiem!**



**Rīkojies pēc «neatstāj pēdas» principiem!**



Materiāls veidots, iedvesmojoties no āra dzīves ētikas centra «Leave no trace» ([www.lnt.org](http://www.lnt.org)).

Par saturu atbild biedrība «Latvijas Skautu un gaidu centrālā organizācija».

Izdots ar «Mežu attīstības fonda» finansiālo atbalstu.

Korektore: Ilze Millere

Foto: Santa Kupča, Mārtiņš Plūme, LSGCO arhīvs

Ilustrācijas un salikums: plankton.design

- 2017 -



LATVIJAS  
SKAUTI UN  
GAIDAS