

2021. gada 12. augustā biedrības “Lauku partnerība “ZIEMEĻGAUJA”” darbības teritorijā, atpūtas kompleksā “Trīssaliņas”, Grundzāles pagastā, Smiltenes novadā notika **praktiska meistarklase “Meža veltes skaistumam un labsajūtai”**.

Praktisko meistarklasi vadīja pirts meistare, SIA „Pirts skola” ilggadējā pasniedzēja Dzintra Abarone. Ievadā viņa iepazīstināja dalībniekus ar informāciju par mežā pieejamajām veltēm, kuras mājas apstākļos var izmantot sevis palutināšanai kosmētikas un pirts procedūrās, par augu iedarbību, vākšanu un sagatavošanu, sniedza dažādas receptes, atbildēja uz jautājumiem.

Meistarklases laikā dalībnieki gatavoja pirts skrubjus un krēmus/ziedes no dabīgām izejvielām, ko var iegūt no mežā pieejamajiem resursiem.

Gatavojot sāls skrubīšus, augu izvilkumus un ziedes, tika runāts par augu un aromātu pozitīvo iedarbību, ņemot vērā katra cilvēka organisma jutību pret alergējiem. Būtiski ir zināt, kurus drošos augus var likt skrubīšos, krēmos un balzāmos, savukārt, no kuriem indīgajiem augiem vajadzētu izvairīties.

Meistarklases noslēgumā dalībnieki gāja pirtī, kur pirts meistares pavadībā veica pirts rituālu. Pirtiece dalījās pirtsslotu gudrībās, ko pati pārbaudījusi praksē. Katrai darbībai pirtī der savas nozīmes slotiņas: ar vienām vēdina karsto gaisu, ar citām veic pēršanu, citas liek uz galvas pēršanas laikā, citas – zem pēdām. Pirts procedūrā tika izmantoti pašu gatavotie skrubīši, pēc procedūras – krēmi.

Kā atzina dalībnieki, šī meistarklase paplašināja zināšanas par mežā pieejamajiem resursiem, kurus var izmantot ikdienā savai labsajūtai un skaistumam, kā arī dažādot un papildināt pirtī iešanas rituālu.

Meistarklase norisinājās starptautiskā sadarbības projekta Nr. 18-00-A019.333-000014 “Sēņu ceļš” ietvaros. Šī projekta aktivitātēs iesaistās Latvijas sadarbības partneri no biedrības “Lauku partnerība “ZIEMEĻGAUJA””, biedrības “Daugavpils un Ilūkstes novadu partnerības “Kaimiņi”” un biedrības “Ropažu Garkalnes partnerības”. Vadošais sadarbības partneris ir biedrība “SATEKA”.



