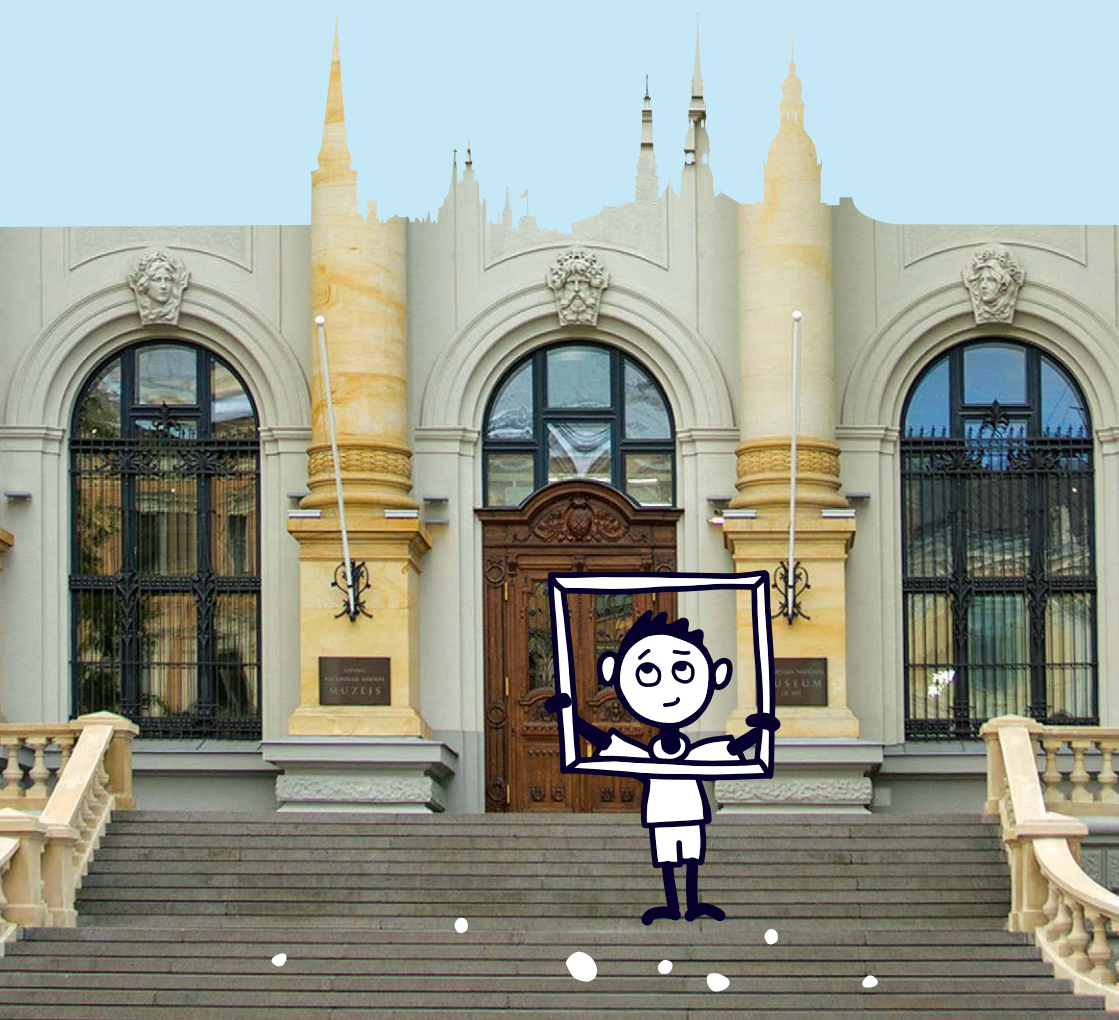


Gimenei draudzīgas vietas





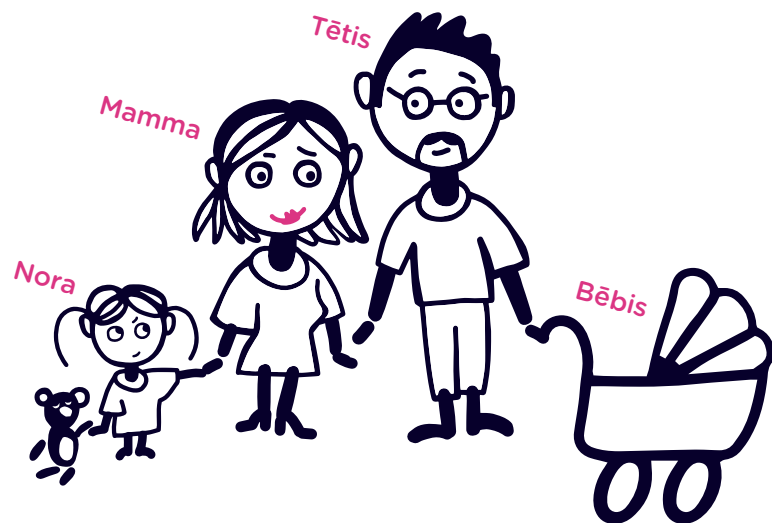
Gimenei draudzīgas vietas

RĪGĀ un LATVIJĀ



Kur atrast interesantākās
vietas un notikumus?
Kurp traukties,
lai visiem līksmotu sirds?
Dodieties mums līdzi
to uzzināt!





IEPAZĪSTINĀŠANA AR ĢIMENI

Ceļojumā pa Rīgu un Latviju mūs sev līdzi aicina aizrautīga un jautra ģimene – Nora, Verners, viņu mamma, tētis un bēbis.

www.LiveRiga.com

ĪSI PAR “BABYROOM” KOMANDU

Vietu izvēlei brošūrā nav komerciāla rakstura: tās iesaka biedrības “Babyroom” dibinātāju komanda – Linda, Laura un Anna, pamatojoties uz jauno vecāku ieteikumiem. Šīs komandas lielā aizraušanās ir panākt, lai Latvija, iestājoties jaunajam valsts gadu simtam, kļūtu par ģimenēm draudzīgāko vietu Eiropā.

Biedrība gan veido šo vietu karti BABYROOM.lv, gan ar īpašu emblēmu atzīmē tās vietas, kas kartē iekļautas, tādējādi arī palīdzot ģimenēm ar maziem bērniem justies drošākiem un gaidītākiem pilsētvidē.

www.BABYROOM.lv





RĪGA

LATVIJA

DAUGAVA

KR. VALDEMĀRA IELA

VANŠU TILTS

AKMEŅU TILTS

DZELZCEĻA TILTS

ZAKUSALA

6
KARTE

7
KARTE



1 LATVIJAS DABAS MUZEJS

Krišjāņa Barona iela 4, Rīga

Muzejs **pārsteidza** ar pasaules dabas daudzveidību! Mūsu **iedvesmoja** tauriņi visās varavīksnes krāsās, koraļļi un dažādi jūras kustoņi, bet mani **aizrāva** putnu, zvēru un īstu meteorītu gabalu pētīšana. Un tur bija arī dažādas spēles, skaņu efekti, video, reālās vides atveidojumi, kas apmeklējumu padarīja īpaši aizraujošu un **palīdzēja izprast**, kas patiesībā notiek dabā!

ieslēgšu modinātāju!
Pamodināšu guļošo vulkānu!

Dagmāra
Legante-
Celmiņa,
fotogrāfe,
TV raidījumu
vadītāja

www.dabasmuzejs.gov.lv



III, V 10.00-17.00
IV 10.00-19.00
VI, VII 11.00-17.00



1-3 €



Ģimenes biļete
20 % atlaide



+371 67356023

2

LATVIJAS ETNOGRĀFISKAIS BRĪVDABAS MUZEJS

Brīvdabas iela 21, Rīga

No Rīgas centra bija jābrauc tikai pusstunda, un jau bijām pie Juglas ezera! Tur priežu mežā atrodas **viens no vecākajiem un lielākajiem** brīvdabas muzejiem Eiropā. Es īsti vēl nesaprotu, cik tie 87 hektāri ir, bet ar mūsu varējām izskrieties un izdauzīties, cik vien gribējām! Tēti sevišķi interesēja vairāk nekā 100 tautas celtniecības objekti, bet mamma sadūšojās izmēģināt dažādus senos amatus, un mēs ar mūsu viņai palīdzējām!

Un es redzēju, kā vārna gribēja izdzert peļķi!

www.brivdabasmuzejs.lv



I, II, III, IV, V, VI, VII
1.05.-30.09. 10.00-20.00
1.10.-30.04. 10.00-17.00



2-4 €



Ģimenes biļete
8,50 €



+371 67994106

www.fashionmuseumriga.lv



MODES MUZEJS

Grēcinieku iela 24, Rīga

- Brāli, vai es varu apmeklēt "Vēstures stundu Modes muzejā", ja vēl neeju skolā?
- Nē, Nora! Tu esi par mazu. Tā domāta vecāko klašu skolēniem!
- Bet man arī gribas pucēties!
- Tad mēs varam doties uz nodarbību "Kā top tērps?". Tās ir paredzētas bērniem līdz 10 gadu vecumam. Varēsim uztaisīt arī selfijus senajos kostīmos! Tur var apskatīt **daudz vēsturisku tērpu**. Un nobildēsimies kopā ar mammu aizgājušo laiku dāmas tēlā! Viņa izskatīsies skaista kā salūts! Un šis muzejs ir pašā Rīgas centrā!



I, II, III, IV, V, VI, VII
11.00-18.00

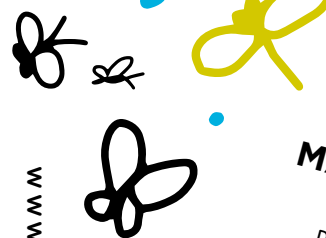


3-7 €



+371 20033450

www.lmm.lv/lv/mrb



MĀKSLAS MUZEJS RĪGAS BIRŽA

Doma laukums 6, Rīga

Tas ir **neredzēto lietu muzejs!** Mēs apskatījām Ēģiptes mūmiju, Austrumu ziloņkaula griezumus, Meisenes porcelāna figūras, senu Rietumeiropas meistaru gleznas. Tur glabājas lielākā ārzemju mākslas kolekcija Baltijā, kuras veidošanu aizsākuši Rīgas rātskungi, tirgotāji un birģermeistari jau 18. gadsimtā. Nora bērnu radošajā darbnīcā vispirms no plastilīna salipināja kāji, bet pēc zīmēšanas ar krāsām paziņoja: **- Manai kleitai tagad ir baltas dzimumzīmes!**



II, III, IV, VI, VII
10.00-18.00
V 10.00-20.00



0,50-6 €



Ģimenes biļete
5-7 €



+371 67357534

4



9 RĪGA

8 RĪGA



5

LATVIJAS DZELZCEĻA VĒSTURES MUZEJS

Uzvaras bulvāris 2a, Rīga

Kad māsa būs dzimšanas diena, es vēlēšu viņai veselību, vilcienu ar tālvadības pultī un daudz laimes! Pirms tam mēs visi aiziesim uz Dzelzceļa vēstures muzeju, jo tur var uzzināt, **kā vada vilcienus**, kā darbojas dažādas ierīces un **kā vēderā kņudina ceļojumu sajūtas!** Vasarā tur var izmēģināt braucienu ar rokas drezīnu – populāru sliežu ceļu meistarū transporta līdzekli. Tur varēsīm izpētīt Latvijas dzelzceļu vēsturi un plašāko platsliežu ritekļu kolekciju Baltijā.

www.railwaymuseum.lv



II, III, V, VI 10.00–17.00
IV 10.00–20.00



2,50 €



Bērniem –
bez maksas



+371 20032331

6

RĪGAS MOTORMUZEJS

Sergeja Eizenšteina iela 8, Rīga

Tēti, brīvdienās aizbrauksim uz turieni? Baltijas lielākajā un modernākajā spēkratu muzejā izvietoti vairāk nekā 100 senie 20. gadsimta automobiļi no visas pasaules, leģendāras sacīkšu un pirmskara **retro mašīnas**, unikāli Kremļa **limuzīni**, kā arī Latvijā būvēti **velosipēdi, mopēdi** un automašīnas. Mēs abi sacīkšu auto sēdēsīm priekšā, bet māsa ar mammu lai ielien bagāžniekā! Un tur ir koši sarkani ugunsdzēsēju automobiļi, viņām tie patiks!

Iespējams,
viens no
mūsdienīgākajiem
muzejiem Latvijā.
Lai turp dotos, nav jābūt
nopietnam auto vēstures
cienītājam – tajā ko
saistošu noteikti atradīs
gan pieaugušie,
gan bērni.

www.motormuzejs.lv



I–VII
10.00–18.00



5–10 €



Ģimenes biļete
20 €



+371 67025888

10
RĪGA



Kristīne
Virsnīte,
TV žurnāliste

7

ŠOKOLĀDES MUZEJS LAIMAS

Miera iela 22, Rīga

Nora: – Mammu, es neatradu konfektes tur, kur tu parasti tās slēpi! Tu taču saki, ka mantas vienmēr jānoliek savā vietā. Kur tās meklēt?

– Meklēsim tur, kur
konfektes var sagādāt
ļoti daudz pārsteigumu!

Laura
Grēviņa,
ģimenes bloga
Viensplusviens.lv
autore



II–VII
10.00–18.00



3–7 €



Ģimenes biļete
20 % atlaide



+371 66154777

8

MELNGALVJU NAMS

Rātslaukums 7, Rīga

Iespēja izpētīt 500 gadus senus viduslaiku pagrabus, uzlaikot bruņinieku ekipējumu, izkalt pašam savu monētu, kā arī sajūties kā īstai princesei vai princim **visgreznākajā svētku zālē Rīgā**. Nāc un izdzīvo šo piedzīvojumu Melngalvju namā – vienā no krāsīgākajām Rīgas celtnēm, kuras pirmsākumi meklējami jau 1334. gadā!

– Bet pirms nama uzcelšanas šajā apkārtnē vēl
gandrīz nekā nebija – ne ēku, ne tiltu, nekā.
– Pavisam, pavisam nekā? Tikai asfalts?



II–VII
11.00–18.00



3–6 €



Ģimenes biļete
9–15 €
Pirmskolas bērniem
bez maksas



+371 67043678

11
RĪGA

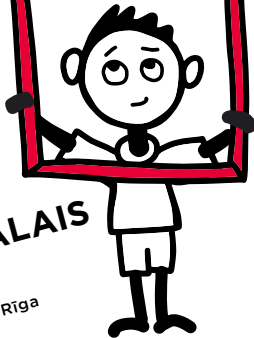




9

LATVIJAS NACIONĀLAIS MĀKSLAS MUZEJS

Jaņa Rozentāla laukums 1, Rīga



Te rakstīts: "Latvijas Nacionālais mākslas muzejs ir **lielākā profesionālās mākslas krātuve valstī**. Tas regulāri organizē mākslas izstādes, izglītojošas aktivitātes un kultūras pasākumus. Ar saviem mākslas šedevriem muzejs ir neatņemama Latvijas identitātes sastāvdaļa." – Mammu, kas ir šedevrs?

– Šedevrs ir kaut kas īpašs un neparasts.
– Tad es arī esmu šedevrs! Kad neviens neredz,
es varu uzlīst uz bufetes!

www.lnmm.lv



II, III, IV 10.00–18.00
V 10.00–20.00
VI, VII 10.00–17.00



3–6 €



Ģimenes biļete
5–7 €



+371 67324461

12

RĪGA



10

DEKORATĪVĀS MĀKSLAS UN DIZAINA MUZEJS

Skārņu iela 10, Rīga



Man ir ideja! Muzeja pastāvīgā ekspozīcija iepazīstina ar dekoratīvajā mākslā un dizainā dominējošiem stiliem un virzieniem laika posmā no 19. gadsimta beigām līdz mūsdienām. **Tā krājumu veido septiņas kolekcijas:** tekstilmākslas, keramikas, metālmākslas, ādas mākslas, dekoratīvā koka mākslas, stikla mākslas un dizaina kolekcijas. Tik daudzveidīgi! Palūgšu, lai vecāki atnāk ar mani uz kādu no radošajām darbnīcām, un atklāšu sevi talantu!

www.lnmm.lv/lv/dmdm



II, IV, V, VI, VII
11.00–17.00
III 11.00–19.00



1,50–3,50 €



Ģimenes biļete
7 €



+371 67222235



11

RAIŅA UN ASPĀZIJAS MĀJA

Baznīcas iela 30, Rīga

www.aspazijarainis.lv

Norai ļoti iepatīcies Aspazijas dzejolis "**Circenīša Ziemassvētki**", un viņa ar mammu pošas apskatīt dzejnieku Raiņa un Aspazijas māju, kas ir unikāls 19. gadsimta vēsturiskās apbūves piemineklis Rīgas centrā. Muzejs piedāvā iepazīt memoriālo dzīvokli, kurš glabā atmiņas par **izcilo dzejnieku dzīvi** 20. gadsimta 20. un 30. gados. Ekspozīcijā var sastapt arī pašus mājas saimniekus. Pirms promiešanas Nora aizrāda tētim:

– Tēt! Skat, cik Rainis daudz cukura ber tējā,
bet man tu neļauj...



II, III, IV, V, VI
10.00–17.00
1.06.–31.08.
12.00–19.00



1–2 €



Ģimenes biļete
3 €
Pirmsskolas vecuma
bērniem
bez maksas



+371 67272643

13

RĪGA



LATVIJAS NACIONĀLĀ BIBLIOTĒKA

Mūkusalas iela 3, Rīga

www.lnb.lv

Mammu, aizvedīsi mani atkal uz bibliotēku? Mana bilžu grāmata ir pazudusi... Kad atradīšu, varbūt bērnība jau būs pagājusi! Latvijas Nacionālajā bibliotēkā ir visdažādākās **tematikas lasītavas**, un tur risinās aizraujošas **izstādes, koncerti** un citi notikumi arī pieaugušajiem. Šī bibliotēka ir tik laba, ka Londonas Grāmatu tirgū ieguvusi Starptautisko izcilības balvu nominācijā "Gada bibliotēka 2018"!



I–V 9.00–20.00
VI, VII 10.00–17.00
07. un 08. darba laiks atšķiras,
skatīt www.lnb.lv



Bez maksas



+371 67806135

12



13

MUZEJS "RĪGAS JŪGENDSTILA CENTRS"

Alberta iela 12, (ieeja no Strēlnieku ielas), Rīga

www.jugendstils.riga.lv

Muzejs izvietots vienā no Rīgas **skaistākajiem jūgendstila namiem**. Te apskatāms šī perioda dzīvokļa interjers, sākot no greznas viesistabas līdz pat omulīgai virtuvei. Savukārt **digitālajā ekspozīcijā** ikkatrs aicināts uzbūvēt jūgendstila namu, noskatīties kinofilmu vai iemūžināt sevi īpaši izveidota fotosalona interjerā.

- Verner, vai tev gribētos būt arhitektam?
- Hmm, varbūt. Bet varbūt kosmonautam, kurš gaisā satiekas ar citplanētiešiem.



II-VII 10.00-18.00



4-9 €



Ģimenes biļete
9 €



+371 67181465

14

RĪGA

14

LATVIJAS KARA MUZEJS

Smiļšu iela 20, Rīga

www.karamuzejs.lv

Muzeja mērķis ir atklāt sabiedrībai sarežģīto **Latvijas militāri politisko vēsturi**, īpaši akcentējot 20. gadsimtu, kura laikā latviešu tautai savu **neatkarību** nācās izcīnīt divas reizes. Bērni var darboties Aktivitāšu centrā, kas pielāgojams dažāda vecuma auditorijām un nodarbību veidiem.

- Verners - Oi, cik te daudz interesantu ieroču!
- Tēti, tu zini, ka bērnus bez pieskatīšanas nedrīkst atstāt. Neizlaid mani no acīm!



04.-10. I-VII 10.00-18.00
11.-03. I-VII 10.00-17.00



Bez maksas



+371 67223743

15

ETNOMUZEJS "CEPURES PASAULE"

Vīlandes iela 7-12, Rīga

www.worldhat.net

Tas ir vienīgais pasaules tautu galvassegu muzejs uz planētas! Daudzi eksponāti ir roku darbs, daudzi - burtiski noņemti no vietējo iedzīvotāju galvām, daudziem piemīt **juvelierizstrādājuma vai antikvāra priekšmeta vērtība**. Katrai cepurei, katram lakatam un galvasrotai te ir savs stāsts - spilgts un savdabīgs, reizēm pat **detektīva cienīgs**.



III-VII 10.00-18.00



4-5 €



Ģimenes biļete
15 €
Bērniem līdz 7 gadiem
bez maksas



+371 20620600

15

RĪGA

16

RĪGAS MĀKSLAS TELPA

Kungu iela 3, Rīga

www.makslastelpa.lv

Šī izstāžu zāle ir **daudzfunkcionāls mākslas un kultūras centrs**, kas atrodas zem pilsētas Rātslaukuma. Sadarbībā ar citām mākslas un kultūras iestādēm un organizācijām te tiek rīkotas izstādes un veidotas ekspozīcijas, kas kļūst par mājvietu nozīmīgākajiem **laikmetīgās mākslas notikumiem** Rīgā.



II-VII 11.00-18.00



2-5 €



Ģimenes biļete -
pieaugušajiem 4 €, bērniem 2 €
Bērniem līdz 7 gadiem -
bez maksas



+371 67106726

MĀKSLA
MĀKSLA

17

LIDO ATPŪTAS CENTRS

Krasta iela 76, Rīga

Zini, kur ir vieta, kur sviestmaize vienmēr krīt ar sviestu... mutē? "LIDO Atpūtas centrā"! Tā ir viena no lielākajām un skaistākajām gulbūvē Eiropā, kur vienlaikus var atpūsties ap **1000 viesu!** "LIDO" jau kopš 1987. gada ir **viens no latviešu tradicionālās virtuves vizītkartēm** un pirmais ēdināšanas uzņēmums, kas Latvijā ieviesa atklātās virtuves koncepciju.

www.lido.lv



I-VII 11.00-23.00



+371 67700000

16

RĪGA

18

BATUTU PARKS "JUMP SPACE"

Krasta iela 52, Rīga

- Tēti! Nosvinēsim šeit manu dzimšanas dienu! Te ir speciālas bērnu dzimšanas dienu **svinību istabas**. Un šis taču ir lielākais iekštelpu batutu parks Latvijā! 1600 m² liela platība ar batutiem no sienas līdz sienai, trīs **porolonu baseini**, klinšu kāpšanas siena, līdzsvara balķis un video simulatori!

- Bet nauda?!

- Naudu paņemsim līdzi!

www.jumpspace.lv



I-V 12.00-22.00
VI-VII 10.00-22.00



4-9 €



+371 29637174



19

ELEKTRUM OLIMPISKAIS CENTRS

Grostonas iela 6b, Rīga

Kopā ar draugiem bijām aizgājuši uz "Elektrum Olimpisko centru". Tur peldējāmies un plūncājāmies Lielajā peldbaseinā un divos mazajos. Pieaugušie sacentās, kurš ātrāk nopeldēs kilometru, un tad atpūtās **četrās dažādās pirtīs**. Man patika **ledus krāvums un tropu duša**, mamma gan nepriecājās par sniegu uz muguras! Māsa ar draudzenēm **spēlējās Rotaļupē**, savukārt mēs, puīši, uzrīkojām īstas ūdens kaujas!

www.olimpiskais.lv



I, II, III, IV 7.00-23.00
V 7.00-22.00
VI, VII 8.30-22.00



4-15 €

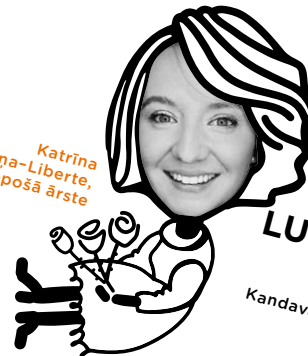


Ģimenes bilete
20 € +7/+5 €



+371 67388478

Katrina
Puriņa-Liberte,
topošā ārste



LU BOTĀNISKAIS DĀRZS

Kandavas iela 2, Rīga

Gide mums stāstīja, ka dārza **15 hektāru lielā brīvības teritorijā**, augu mājas un Tropu tauriņu māja ir **dzīvesvieta ap 6000 dažādiem augiem**, kā arī daudziem tauriņiem no tropiskajiem džungļiem. Dabas iedvesmoti, šajā vietā notiek dažādi kultūras pasākumi - koncerti, lekcijas, deju performances, brīvības kino seansi, saulgrīžu tirdziņi. Un vēl viņa stāstīja par kukainīti, kas dzīvo tikai vienu dienu. Iedomājies - viņam visu mūžu ir dzimšanas diena!

www.botanika.lu.lv



I-VII 10.00-16.00
(01.-03. un 10.-12.)
I-VII 10.00-19.00 (04., 09.)
I-VII 10.00-21.00 (05.-08.)



3.40-
4.90 €



Ģimenes bilete -
7.40-10.90 €
Bērniem 7-17 gadi -
1.90-2.90 €



+371 67450852

17

RĪGA

20

Dārzu apmeklējām kopā ar meitām dažādos gadalaikos, jo tur vienmēr ir ļoti patikami atrasties. Tas ir tuvs visai ģimenei, jo Palmu mājā norisinājās mūsu laulību ceremonija.





21

RESTORĀNS "VAIRĀK SAULES"

Dzirnavu iela 60, Rīga

"Vairāk Saules" Dzirnavu ielā ir viens no sešiem restorāniem ar plašu (vairāk nekā 200!) ēdienu izvēli **no Itālijas līdz Āzijas virtuvēm**. Tas atrodams arī lielākajos tirdzniecības centros "Domina", "Spice", "Mols", "Rimi Valdemārs" un "Damme". Visos ir bērnu ēdienkarte un **bērnu stūrīši** ar atraktīviem tērpiem, galda spēlēm, krāsām, zīmuliem un papīriem. Aizrautīgi spēlējoties, Norai atraisījies matu lente.

- Mammu, sasien!
- Un kāds ir burvju vārdiņš?
- Ātri! Es nepabeidzu spēli!

I-IV 9.00-22.00
V, VI 9.00-23.00
VII 10.00-22.00

+371 67282878

18

RĪGA



22

VESELĪGAS ĒŠANAS RESTORĀNS "THE BEGINNINGS"

Krišjāņa Barona iela 21, Rīga

"The Beginnings" apvieno veselīgas ēšanas restorānu, **bezgrēka konditoreju** un veselīgu produktu veikalu. Restorāns piedāvā maltītes, kas balstītas **ilgdzīvotāju ēšanas paradumos** un gatavotas no dabiskiem dārzeņiem, augļiem un jūras veltēm. Visi ēdieni un produkti ir **bez pārtikas piedevām**.

- Nora, ja tev uz šķīvja būs četras saldējuma bumbiņas un tu pusi atdosi brālim, cik paliks?
- Trīs ar pusi!

I-V 9.00-21.00
VI 11.00-21.00
VII 11.00-19.00

+371 24400370

www.vairaksaules.lv

www.thebeginningsrestorani.lv



23

RESTORĀNĪGA KAFEJNĪCA "PAGALMS"

Kronvalda bulvāris 2b, Rīga

Vieta, kas atrodas vienā no senākajiem Rīgas parkiem. Te **satiekas vēstures un kultūras mantojums** ar nepiespiestu dabas valdzinājumu. "Pagalmu" raksturo **kontrastu pārpilnība**, spēja līdzsvarot nesavienojamo - **balanss starp vienkāršo un izsmalcināto**. Šajā viesmīlīgajā vietā ir arī bērniem paredzēta ēdienkarte.

- Verner, vai tu zini kādu sakāmvārdu par ēdienu?
- Jā! "Labāk astoņas tortes un viena svece!"
- Karlsons taču arī dzīvoja uz jumta pie šāda parka!

I 10.00-21.00
II-VI 10.00-23.00
VII 10.00-22.00

+371 25642030

www.hercogi.lv

24

GIMENES RESTORĀNS "FABRIKAS HERCOGS"

Balasta dambis 70, Ķīpsala, Rīga

"Fabrikas Hercogs" ir mājīgs ģimenes restorāns, kurš piemērots vecākiem ar bērniem. Darba dienās tajā ir **plašs biznesa pusdienu klāsts**. Viens no šīs vietas plusiem - burvīgs skats uz Daugavu. Te, tāpat kā Mežaparka "Hercogā", ir **bērnu ēdienkarte** un bērnu stūrītis, bet "Mārupes Hercogā" - arī **bērnu istaba un āra rotaļu laukums**.

- Mammu, tā ir tava apelsīnu sula?
- Jā!
- Gribi, padalīsimies?

V-VI 11.00-23.00
VII-IV 11.00-22.00

15 % atlaide
ar ģimenes
karti 3+

+371 67873804



19

RĪGA



25

CENTRA SPORTA KVARTĀLA ROTAĻU LAUKUMS

Krišjāņa Barona iela 116A, Rīga

7000 kvadrātmētru **rotaļu laukums ir lielākais Rīgā**. Tas piemērots gan pirmsskolas vecuma, gan vecākiem bērniem. Rotaļu atrakciju izmantošana raisa ne tikai prieku un jautrību, bet veicina arī fizisko attīstību. Laukuma vizuālajā noformējumā par pamatu izmantoti Rīgas pilsētas simboli un vēsture.

- Nora, vai tu tur labi uzvedies?
- Jā!!! Es visi laiku teicu:
- Piedod! Es vairāk tā nedarīšu!



I-VII 9.00-21.00



Bez maksas

26

LUCAVSALA

Lucavsala atpūtas parks,
Lucavsala priekšpilsēta,
Rīga

Lucavsala ir brīnišķīga gan piknikam ar draugiem, gan atpūtai ar bērniem. Mazajiem ir kur izskrieties, ratiem un mašīnām vienmēr ir vieta. Doties prom no rotaļu laukuma mazos ir ļoti grūti pierunāt!



Māra
Upmane-
Holšteine,
mūziķe



24 h



Bez maksas

27

KALNCIEMA KVARTĀLS

Kalnciema iela 35, Rīga



Otrpus Daugavai atrodas viens no dzīvīgākajiem kultūras centriem Rīgā – Kalnciema kvartālā regulāri norisinās zemnieku un amatnieku tirgi, brīvdabas mūzikas koncerti, "Street Food" festivāls un citi pasākumi, kuru laikā ģimenes ar bērniem var baudīt **bezmaksas koncertus, izrādes, kino seansus** un piedalīties radošajās darbnīcās. Var doties arī patstāvīgas ekskursijas audiogida pavadībā.

- Tēti, vai tu gribi paspēlēties smilšu kastē?
- Nē.
- Bet tagad tu man pajautā!



Bez maksas

28

KULTŪRAS UN ATPŪTAS PARKS "MEŽAPARKS"

Ostas prospekts 11, Rīga

Šī noteikti ir viena no "must visit" vietām Rīgā ar bērniem. Plašajā teritorijā var nodoties gan pastaigām ar ratiem, gan izīrēt skrejriteņus vai skrituļslidas un sērfot pa asfaltu lejām. Bonus – lieliskais Zoodārzs visas ģimenes priekam!

Renārs Zeltnišs
šovmenis,
"Ghetto Games"
kreatīvais
direktors



24 h



Parks un bērnu rotaļu
laukums – Bez maksas

21
RĪGA

www.rigasmezi.lv

www.kalnciemaiei.lv

29

RĪGAS NACIONĀLAIS ZOOĢISKĀIS DĀRZS

Meža prospekts 1, Rīga

- Mammu-u-u! Nopērciet man žirafi! - Nora dīc.
- Ar ko tad mēs viņu barosim?
- Kā?! Te taču rakstīts, ka žirafes barot aizliegts!

Priežu ieskautajā dārza teritorijā var apskatīt vairāk nekā **3000 dzīvniekus**. Vēsturiskās ēkas te mijas ar mūsdienīgām ekspozīcijām un dzīvnieku mītnēm. Te pieejams liels bērnu rotaļu laukums, bet gleznainā **piknika vietā** pie Ķīšezera var baudīt mamas gatavotās sviestmaizes, kas pēc garās pastaigas šķiet īpaši gardas.

www.rigazoo.lv



01.04.-01.10. 10.00-18.00
01.10.-01.04. - 10.00-16.00



5-7 €



Ģimenes biļete
20 €



+371 67518409

30

SPORTA KOMPLEKSS 333

"Sila Priedes", Ropažu novads

Dace Alpa,
aktīva un zaļa
dzīvesveida
piekritēja

- Nora, kā sauc tavu tēti?
- Tēti, lec šurp! Tā sauc tēti,
kad esam šeit uz lielā lēkājāmā batuta!

Vēl te ir spēļu laukums ar šupolēm, slidkalniņš un peldvieta ar seklu krastu, pa kuru var bradāt šurpu turpu. Lielākiem bērniem no septiņu gadu vecuma te iespējams **veikot, supot** kopā ar vecākiem vai pašiem uz sava dēļa. Ūdenstilpnē ir **ūdens motocikli**, bet sevišķi iecienīta ir **bērnu kartinga trase**.

www.333.lv



01.05.-01.11. I-V 11.00-20.00
VI-VII 10.00-21.00
01.11.-01.05. I-II 12.00-17.00
III-V 12.00-19.00
VI-VII 11.00-18.00



4-50 €



+371 27718333



31

ROTAĻU CENTRS CITYKIDS

Ganību dambis 7, korpus 4, Rīga

Iekštelpu **rotaļu un ballīšu centrs** radīts bērnu aktīvai atpūtai, attīstībai un spēlēm vidē, kas rosina nodoties jautrām un aizraujošām fiziskām aktivitātēm kopā ar ģimeni un draugiem. Viss komplekss aizņem 1370 m² plašu telpu un piedāvā **12 unikālas atrakcijas** un piecas svinību telpas ballītēm dažādu vecumu bērniem līdz 12 gadiem.

- Tēti! Redzi, cik daudz rotaļlietu man apkārt!
Palīdzi tās sakārtot!
- Nora, kāpēc man būtu jākārtro tavas rotaļlietas?
- Nu-u-u... Atcerēties bērnību!



I-VII 10.00-21.30



4-9 €



+371 20284745

www.citykids.lv

32

"ZINOO" RĪGA

Tirdzn. centrs "Galleria Rīga",
5. stāvs, Dzirnau iela 67, Rīga

Ekspozīciju veido **vairāki desmiti eksponātu**, kuru skaits regulāri tiek papildināts. Daudzi no tiem palīdz rast atbildes uz dažādiem interesantiem jautājumiem:

- Kā kustināt priekšmetus, tiem nepieskaroties?
 - Kā smadzenēm likt darboties efektīvāk?
- Verners pieliek roku pie "Teslas" spoles un saka:

- Tēti, es taisu zibeni!
Laikam būšu meteorologs!



I-VII 12.00-20.00



6-8 €



Ģimenes biļete
20-23 €



+371 28391669

22

RĪGA/
ROPAŽI

23

RĪGA

24

RĪGA

33

RESTORĀNS "DA ROBERTA"

Aleksandra Čaka iela 58, Rīga

"Da Roberta" ir vieta, kas pašā Rīgas centrā iedzīvina Itālijas mājīgo atmosfēru. Te uz mūsu platuma grādiem ir atvests kaut nedaudz **īsta itāļu dzīvesprieka, omulības un miera, neizsīkstošas viesmīlības un nepārspējamu garšu**. Savā ēdienkartē restorāns iekļauj arī bezglutēna ēdienus un par draudzīgām cenām – arī īpašu piedāvājumu bērniem, kuri aicināti pakavēt laiku bērnu rotaļu stūrītī.

**Verners: – M-m-m... Tik garšīgi!
Lieku viņiem simts Patīki!**

[www.facebook.com/
restoransDaRoberta](http://www.facebook.com/restoransDaRoberta)



Vasara I–VI 11.30–22.00 VII 11.30–20.00
Ziema I–VI 11.30–21.00 VII 11.30–18.00



+371 25714001

34

RESTORĀNS "FAZENDA BAZĀRS"

Nometņu iela 7, Rīga

Balstīts uz tradīcijām, draudzību un vietējo produktu maksimālu izmantošanu, restorāns ik dienu piedāvā garšīgu ēdienu, lieliskus vīnus, vietējās tējas un pašceptu maizi. Tā interjerā latviskie elementi sajaucas ar Vidusjūras valstu lauku šarmu. **Pietāte pret garšu, telpu un tradīciju izstaro māju sajūtu.**

Nora prāto:

**– Mazi bērni vispirms iet uz bērnudārzu,
tad uz skolu, vēlāk – uz augstskolu un
pēc tam – uz restorānu. Hmm...
Bet kur viņi iet pēc restorāna?**

www.fazenda.lv



I–V 9.00–22.00 VI 10.00–22.00
VII 11.00–22.00



+371 67616196



RESTORĀNS "MĀKONIS"

Gustava Zemgala gatve 78, Rīga

www.makonis.eu



I–IV 10.00–23.00
V, VI 10.00–01.00
VII 10.00–18.00



+371 23111132

Restorāns ar saviem dzērienu **unikālās garšas meklējumiem** un nelielo, bet arvien **mainīgo ēdienkarti** lieliski iederas „Jaunajā Teikā” – Rīgas mikrorajonā, kurā izsenis darbojušies radoši prāti un dzimušas inovācijas. Te cep gardu maizi, kūkas un cepumus, ar ko var našķēties gan iekštelpās, gan uz terases līdzās krāsainajai strūklakai. Mazākajiem restorāna apmeklētājiem pieejams rotaļu stūrītis, bet pāris soļu attālumā ir **trīs dažādi rotaļu laukumi**, kuros interesanti būs arī pusaudžiem.

35

25

RĪGA

36

CYDONIA GASTROPUB

Dzirnavu iela 84, Rīga

www.cydonia.lv

Pašā Rīgas centrā – Berga Bazārā – ir vieta, kur var nesteidzīgi brokastot, ieturēt **ātri pagatavotas pusdienas**, baudīt vakariņas draugu un ģimenes lokā vai **brīvdienās iegriezties kopā ar bērniem**.

Verners, našķējoties ar saldo ēdienu, komentē:

**– Mīlestība ir tad, kad tu saki meitenei,
ka tev garšo šāds skābas cidonijas dekors
uz putukrējuma, un viņa ir gatava to ēst
katru dienu!**



I–V 10.00–24.00
VI–VII 11.00–24.00



+371 67282055





37

TIRDZNICĪBAS KOMPLEKSS "SPICE"

Lielirbes iela 29, Rīga

Baseinā pie informācijas centra var aplūkot **brīnum-skaistās koi karpas**, bet "LIDO Rotaļzemē" sarīkot svētku ballīti un atpūsties **atrakciju parkā**. Brīvdienās rudens, ziemas un pavasara sezonā tajā regulāri notiek dažādi bezmaksas pasākumi. "Spice Home" 2. stāva bērnu laukumā var izmēģināt **interaktīvas un izglītojošas spēles**. Uzkavēties ārpus telpām var bērnu rotaļu laukumā pretī "Spice" B ieejai.

Nora – Kad izaugšu liela, būšu pārdevēja!
Vai redzat, cik daudzi cilvēki pārdevējiem
atdod savu naudu!

www.spice.lv



I-VII 10.00-22.00
Spice Home I-VII 10.00-21.00
VII 10.00-20.00



+371 67807281

26

RĪGA



38

MODES UN IZKLAIDES CENTRS "RĪGA PLAZA"

Mūkusalas iela 71, Rīga

Gimenēm draudzīgākajā modes un izklaides centrā ir Rīgā lielākā spēļu istaba "Abraka-Dabra" un vairāki citi bezmaksas spēļu laukumi, iespēja kopīgi uzspēlēt boulingu "Fantasy Park" un apmeklēt kādu no neskaitāmajām multiplikācijas vai ģimenes filmām "Multikino". "Rīga Plaza" nodrošina arī privātas **komfortablas māmiņu istabas** mazuļu pārtīšanai un barošanai.

- Mammu, nopirksim dāvanas un tās uzdāvēsim!
- Un kam mēs tās dāvināsim?
- Man!

www.rigaplaza.lv



I-VII 10.00-21.00



+371 67633733



39

FRIZIERSALONS "MISHA THE BARBER"

Avotu iela 7, Rīga

Pašā Rīgas centrā atrodas īpašs **friziersalons bērniem**. Tajā frizūras mazajiem klientiem top, sēžot īpašos **frizierkrēslos, kas ir īsti mini automobiļi**. Kamēr Verners priecājas par sacīkšu mašīnā pavadīto laiku, Nora izklaidējas kopā ar īstu papagaiļi Čarliju un zīmē viņa portretu bērnu stūrītī.

Saslavēts par jauno matu griezum, Verners paziņo:

- Tagad zinu, kādai būs jāizskatās manai sievai!
Viņai būs manikīrs, krāsotas lūpas un augst-papēžu kurpes. Bet mūsu klasē tādu meiteņu nav...

www.misha.lv



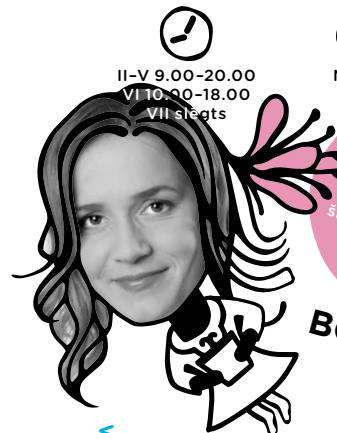
II-V 9.00-20.00
VI 10.00-18.00
VII slēgts



No 13 €



+371 67482757



NACIONĀLAIS BOTĀNISKAIS DĀRZS

Miera iela 1, Salaspils

Viena no lielākajām augu kolekcijām Ziemeļaustrumeiropā, kur 129 ha platībā savāktas ap **14000 augu dažādības**. Aktīvas atpūtas cienītājus te gaida ainaviski celiņi velosipēdiem, skrituļslidām un nūjošanai.

Verners izsaucas: - Cik te lieliski varētu spēlēt paslēpes! Bet mēs to šeit nedarīsim...

Plašajā oranžērijā var iepazīt vairāk nekā 2000 **tropu un subtropu augu** sugu. Vienlaicīgi tā kalpo kā **mākslas telpa**, kurā notiek tēlniecības, glezniecības un foto izstādes.



Āra ekspozīcijas
10.-03. 9.00-18.00
04.-09. 9.00-20.00
Oranžērija III-VII 9.00-18.00



2-3 €



Ģimenes biļete
5 €
Pirmsskolas vecuma
bērniem bez maksas



+371 67944610

Linda Pavluta,
BABYROOM.lv
pārstāve

27

RĪGA /
SALASPILS

40



41

KAMIEĻU PARKS "RAKŠI"

"Rakši", Drabešu pag., Amatas nov.

Šajā **brīvdabas ZOO** var redzēt vairāk nekā 100 dzīvniekus – kamieļus, lamas, alpakas un citus. Mamma apskates laikā ieminas:

- Esmu nogurusi no iešanas...

- Nu tad skriesim! - iesaucas Verneris.

Taču "Rakšos" skriet nav obligāti. Te iespējams veikt **izjādes** ar "tuksneša kuģi", doties relaksējošā pastaigā ar uzticīgo pavadoni lamu vai alpaku un izmantot **ēzeļu safari**. Darbojas kafejnīca "Camel cafe", kurā, atvelkot elpu, var nobaudīt veselīgās kamieļpiena pankūkas.

www.kameli.lv



05.-09. 10.00-18.00,
VI, VII 10.00-19.00
10. 10.00-17.00



5-10 €



+371 20009097

28

CĒSIS

42

Kristīne Garklāva,
žurnāliste,
Pasaules Dabas
fonda vēstnese

"ZINOO" CĒSIS

Jāņa Poruka iela 8, Cēsis

"ZINOO" veidotāji tic, ka **katram cilvēkam piemīt unikāls un neatkārtojams potenciāls**, kuru ir jāpalīdz atklāt, rosinot cilvēkā dabisko zinātkāri par sevi, apkārtējo pasauli un tehnoloģijām. Zinātkāres centrs piedāvā interaktīvas ekspozīcijas, lai apmeklētāji varētu pašī izmēģināt dažādas tehnoloģijas un **pārbaudīt dabas likumus**.

Verneris: - Tēti, man ir apnicis būt bērnam! Gribu būt izgudrotājs, bet brīvdienās - rokzvaigzne!

www.zinoo.lv



I, II, III, IV, V
12.00-17.00
VI, VII
10.00-18.00



5-6 €



Ģimenes biļete
2 pieaugušie
+ 4 bērni -
17-20 €



+371 25400228

Dabas sinerģija ar cilvēku un ar zinātni ir tik interesanta! Te vienmēr bērni atklāj ko jaunu gan sev, gan arī man, draudzīgi norādot: "Mammīt, tev taču to vajadzētu zināt!"

43

KOMPLEKSS AKTĪVĀS ATPŪTAS "ŽAGARKALNS"

Cīrulīšu iela 70, Cēsis

www.zagarkalns.lv

Pirmo reizi atbraucām uz "Žagarkalnu", kur ziemā darbojas Latvijā **lielākā profesionālā slēpošanas apmācības skola**, kas ir lieliski piemērota bērniem, iesācējiem un ģimenēm. Brīvdienās te darbojas slēpošanas un snovošanas bērnu skoliņas. Mazākie atpūtnieki var izklaidēties **kameršlūšanas trasē**. Savukārt vasarā te var laivot un atpūties kempingā pie Gaujas. Nora skatās uz koši ģērbtajiem slēpotājiem un sajūsmā izsaucas:

- "Skatieties, cik te daudz klaunu!"



Ziemas sezona:
II, III, IV, V 15.00-23.00
VI, VII 10.00-21.00



8-17 €



Bērniem līdz 7 gadiem
pacēlājs bez maksas,
no 8 līdz 12 gadiem -
50 % atlaide



+371 26266266

29

CĒSIS

44

VINETAS UN ALLAS KĀRUMLĀDE

Rīgas iela 12, Cēsis

Kafetērija-veikals **Cēsu vecpilsētā** ir kā veldzējošs rabarberu krūms, kura paēnā var ieiet pasēdēt, padomāt, **paklausīties mūziku, cienāties ar gardām kūkām un ēdieniem**. Kamēr gaidījām maltīti, māsa zīmēja kaķus un spēlējās ar rotaļlietām, bet es āra terasē baudīju vēju!



06.-08. I-VI 9.00-21.00
Pārējos mēn. 9.00-19.00
VII 9.00-18.00



+371 28779938

45



PŪRES ŠOKOLĀDES MUZEJS

Pūre 9, Pūres pagasts, Tukuma novads

Dabīgām izejvielām dekorētās **beļģu šokolādes trifeles** ir kārums, par ko stāsta tām veltītais muzejs vienā no mazajām Latvijas pilsētām, kurā tās tiek ražotas. Šis gardums ir domāts visiem, kuriem šokolāde **dāvā dzīvesprieku**, jo tā pieder pie klasiskajām baudām.

- Tēti, apēdīsim šokolādi?
- Labi. Bet kā to sadalīsim?
- Puse tev, puse - man,
- bet pārējais - brālim un mammai!

www.purechocolate.lv



04.-10. I-VI 9.00-18.00 VI 10.00-17.00 VII 10.00-15.00
11.-03. I-VI 9.00-17.00 VI 10.00-17.00 VII 10.00-15.00



Skat.

www.purechocolate.lv



+371 22100042

46

ATPŪTAS BĀZE "VALGUMA PASAULE"

"Valgums-2", Smārdes pagasts, Engures novads

Nogājusi **3 kilometrus garo Baskāju taku**, Nora, vēl enerģijas pārpilna spēlējās rotaļlaukumā pie viesnīcas. - Skaistulīt, uzvelc čības, saaukstēsies! - uzsauc tētis. Gājienā veikta lieliska pēdu masāža un kopīgi izlasīta informācija par vides saudzēšanu. Bet Verneram vēl gribas izmēģināt **foto vai klasisko orientēšanās** un pabraukāties ar velosipēdu. Pēc tam varēs pusdienot restorānā, kurā ir arī ēdienkarte bērniem. Mamma pamana, ka Nora čības tā arī nav uzvilkus.

- Tu dzirdēji, ko tētis teica?
- Jā, viņš teica, ka es esmu skaistule!

www.valgumapasaule.lv



Skat.

www.valgumapasaule.lv



Baskāju
taka
3-5 €



Pirmsskolas
vecuma bērniem
bez maksas



+371 63181222

47



LVM DABAS PARKS TĒRVETĒ

"Tērvetes sils", Tērvetes pag., Tērvetes nov.

Šis dabas parks ir viena no **ieciēnītākajām atpūtas vietām** Latvijā. Gleznainā ainava vairāk nekā 1000 ha plašajā parka teritorijā mijas ar Pasaku pili, Meža Ķēniņa valstību, Rūķu pilsētu un koka skulptūru tēliem.

Nora: - Kā te viss smaržo! Tā, it kā es būtu iemērķta vecmāmiņas gatavotajā tējā!

EDEN projektā parks atzīts par **izcilāko Eiropas tūristu galamērķi Latvijā**.

www.mammadaba.lv



01.-03., 09.-12. 9.00-17.00
04. 9.00-18.00
05.-08. 9.00-19.00



3.50-5 €



Ģimenes biļete
12 €
Pirmskolas bērniem
bez maksas



+371 63726212

48

menyu

Anna Rozīte,
BABYROOM.lv
pārstāve

RESTORĀNS "CHOCOLATE & PEPPER"

Krišjāņa Barona iela 6,
Jelgava

Restorāns atrodas pašā Jelgavas centrā. Pēdējo gadu laikā tas ir kļuvis **īpaši draudzīgs ģimenēm ar bērniem**, piedāvājot ēdienkarti dažādām gaumēm, kā arī īpaši izstrādātu ēdienu piedāvājumu tieši bērniem. Gaidot maltīti, mamma uzdod Norai mīklu:

-Cituss baro, bet pati neēd. (Karote)
Nora iesaucas: -Vecmāmiņa!



I, II, III, IV, VII 12.00-23.00
V, VI 12.00-2.00



Ģimenes biļete
15 % atlaide



+371 63010220

Viena no mūsu iemīļotākajām vietām, kur paēst ārpus Rīgas. Man ir ļoti svarīgi, lai mēlta ēd kvalitatīvu ēdienu, to ir padomājuši. Tur ir arī bērnu stūrītis, pārtinamais galdiņš un uzbrauktuve ratiem, tāpēc ir ļoti ērti ar jebkura vecuma bērniem.

49

LĪVU AKVAPARKS

Viestura iela 24, Jūrmala

Te bījām vietā, kur visu gadu mīt vasara! Šis ir **viens no lielākajiem ūdens atrakciju parkiem Ziemeļeiropā**. Visi varējām atpūsties dažāda veida baseinos, es iejutos pirāta lomā uz kapteiņa Kida zemes, bet Nora ļāvās upes straumei, kas iznesa cauri gandrīz visam akvaparkam! Te iespējams atgūt spēkus relaksējošajā **spa kompleksā**, baudīt piecu veidu pirtis, burbuļvannas, dažādas kontrastprocedūras, zemūdens masāžas un ūdens treniņus.

www.akvaparks.lv



Skat.

www.akvaparks.lv



Skat.

www.akvaparks.lv



+371 67755636

50

DZINTARU MEŽAPARKS

Lazdonas iela, Dzintari

Parks paredzēts gan aktīvas, gan mierīgas atpūtas cienītājiem. Tajā atrodas **rotaļu laukumi** dažāda vecuma bērniem, celiņi skrituļslidotājiem un gājējiem, **skaitparks**, **strītbola laukumi**, kafejnīcas, autostāvvietas, tualetes. Mežaparka **skatu torņa platforma ir 33.5 m augsta**. Uzkāpis augstākajā platformā, Verners iesaucas:

- Kādas te zilas debesis!
Gluži kā uz Windows datora!

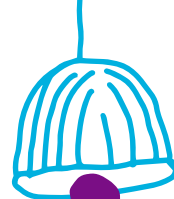
www.visitjurmala.lv



16.09.-30.04. I-VII 9.00-22.00
01.05.-15.09. I-VII 9.00-23.00



Bez maksas



51

FRANČU BEKEREJA "MADAM BRIOŠ"

Mellužu prospekts 9, Jūrmala

Te viesiem piedāvā svaigi ceptas bulciņas, kā arī desertus, kuros nav **ne krāsvielu, ne garšas pastiprinātāju**. Maize tiek cepta gan ar raugu, gan ar ieraugu, ar un bez sēklām, ar griķu miltiem vai ar ķirbju biezeņa piedevu. Ir **atsevišķa istaba bērniem**, kurā mazuļus var atstāt pieaugušo uzraudzībā, lai nesteidzīgi baudītu maltīti kafejnīcā. Nora, iedama rotaļāties, piekodina mammai:

- Vakarā tu man izstāstīsi
pasaku par cīsiņu-spēkavīru!



06. 9.00-21.00
07., 08. 9.00-22.00



Bērnu istaba -
5 € par
2 stundām



+371 20785555

52

IZKLAIDES UN IZGLĪTĪBAS CENTRS "ZILI BRĪNUMI JŪRMALĀ"

Jomas iela 37, Jūrmala

Tas veidots pēc grāmatas "Zili brīnumi/Sociālā fizika bērniem" tēmām. Centrā ir pieejami **interaktīvi un neparasti eksponāti**. Nora, paspēlējusies ar krāsaino rotaļu konstrukturu, saka mammai:

- Kā man patīk ar to spēlēties!
Kaut ātrāk varētu apprecēties!
- Kāds šīm lietām ir sakars?
- Nuuu, mammām taču visu laiku ar bērniem jānoņem. Es ar viņiem no rīta līdz vakaram spēlēšos ar konstrukturu!



I-VII 11.00-20.00



3-8 €



Ģimenes bilete
20-25 €



+371 25301855

32

JŪRMALA

33

JŪRMALA

53

LIVONIJAS ORDEŅA SIGULDAS PILS

Pils iela 18, Sigulda

Pilī iespējams **izbaudīt viduslaiku noskaņu**, uzkāpt Ziemeļu un galvenajā Vārtu tornī, pastaigāties pa pils mūriem. Šī ir senākā no novada pilīm, kurā var izmēģināt arī šaušanu ar arbaletu. Pilsdrupu estrādē notiek dažādi koncerti un festivāli.

Norai šis apraksts asociējas ar pasakām.

**Viņa turpina: – Sensenos laikos,
kad man bija trīs gadi...**

www.tourism.sigulda.lv



1.05.–30.09. I–VII 9.00–20.00
1.10.–31.10. I–V 9.00–17.00
VI, VII 9.00–19.00
1.11.–30.04. I–VII 9.00–17.00



2 €
Skolēniem –
1 €



Ģimenes biļete
5 €



+371 67970263

54

TURAJDAS MUZEJREZERVĀTS

Turaidas iela 10, Sigulda

– Mammu, Tu to noteikti zināsi! Turaidas mūra pils ir **Latvijā un pasaulē pazīstamākā** Turaidas muzejrezervāta daļa, kuru katru gadu apmeklē vairāk nekā 260 000 interesentu. Muzejrezervāta brīvdabas ekspozīcija aptver 43,6 ha lielu teritoriju. Tā stāsta par notikumiem Latvijas un Eiropas vēsturē **tūkstoš gadu garumā**. Kā tu domā, kāpēc izmira alu cilvēki?

– To uzreiz būs grūti izstāstīt...

– Vai tad tu neatceries?

www.turaida-muzejs.lv



1.04.–30.04. I–VII 10.00–19.00
1.05.–30.09. I–VII 9.00–20.00
1.10.–31.10. I–VII 9.00–19.00
1.11.–31.03. I–VII 10.00–17.00



6 €
Skolēniem –
1.15 €



Ģimenes biļete
10.70 €



+371 67972376

55

AKTĪVĀS ATPŪTAS CENTRS “REIŅA TRASE”

“Kalnzaķi” Krimuldas nov.

Paviesojāties “Reiņa trasē”. Vasarā tās pakalni pārvēršas **18 hektāru golfa laukumā**, kur kopā ar ģimeni var izbaudīt spēli un Gaujas senlejas burvību. Aizraujošākai Gaujas Nacionālā parka apskatei iznomājami gan pieaugušo, gan bērnu velosipēdi, kā arī **sagatavoti braukšanas maršruti**. Ziemā te pieejams plašs aktivitāšu klāsts sniegu mīlošajām ģimenēm. Pēc izbraukuma vecmamma vaicā: – Noriņ, kur tev labāk patīk dzīvot – pilsētā vai laukos?

– Man... man vienkārši patīk dzīvot!

www.reinatrase.lv



Vasaras sezona
I–V 10.00–20.00
VI–VII 10.00–22.00
Ziemas sezona I–V 14.00–22.00
VI 10.00–22.00
VII 10.00–20.00



Skat.
www.reinatrase.lv



+371 29272255

56

AERODIUM

Rīgas–Vidzemes šosejas
47. kilometrs, Sigulda

Ehh, to gribētos izmēģināt! Aerodium ir vertikālais vēja tunelis, kura radītajā vēja plūsmā **cilvēks var lidot kā putns!** Mainot ķermeņa stāvokli, aerodinamikas likumi ļauj **pacelties debesīs**, izpildīt visdažādākās kustības un sajūst neticamas emocijas! Tikai jābūt vismaz četrus gadus vecam, fiziski veselam, bez smagām muguras un locītavu traumām un ne smagākam par 140 kg!

www.aerodium.lv



Pavasara/vasaras
sezona



45–140 €



Bērniem –
30 % atlaide



+371 28384400

34

SIGULDA

35

SIGULDA

57

Laura Bluša,
BABYROOM.lv
pārstāve

ATPŪTAS PARKS "RĀMKALNI"

"Vītiņkalni", Inčukalna novads,
Inčukalna pagasts

Es no sirds izlēkāju Jautrajās gumijās, kamēr brālis apguva braukšanu bērnu autoskolā. Te var **iznomāt arī laivas un velosipēdus**, bet ziemā te ir **slēpošanas kalns**. Mums gribējās izmēģināt visu – rodes, kameršļūkšanu, Lidojošo krēslu un Trako rotoru! **Veikalā un bistro** var tikt pie produktiem, kas gatavoti no "Rāmkalnu" pašu saimniecībā sarūpētiem augļiem, ogām, dārzeņiem un medus!

www.ramkalni.lv



I-IV, VII 9.00-20.00
V-VI 9.00-21.00



1.50-6 €



+371 29100280



59

PIEDZĪVOJUMU PARKS "TARZĀNS"

Peldu iela 1, Sigulda

Manas rokas gribēja doties uz šķēršļu trasi, kājas – uz rodes trasi, galva – uz bērnu autoskolu, sirds aicināja uz elektrokartingiem... Bet vēl tur ir arī **katapultas, brīvdabas batutu parks, bērnu Safari parks** un citas aizraujošas atrakcijas! Te es varētu būt trīs Vernerī!

www.tarzans.lv



Sezona 01.05.-31.10.
10.00-20.00



7-18 €



Ģimenei
10-20 % atlaide



+371 27001187

36

SIGULDA

58

ATPŪTAS UN SPORTA KOMPLEKSS "KAKĪTIS"

Senču iela 1, Sigulda

Piedzīvojumu parks "Mežakaķis" ir aktīvās atpūtas vieta, kurā kokos dažādā augstumā nostiprināti **šķēršļi, tīkli**, dažādu konstrukciju **tiltiņi, šūpoles, balji, virves** un kāpnes. Kompleksā ietilpst arī lielā un mazā **slēpošanas trase, viesnīca**, kafejnīca, pirts, volejbola laukumi, klinšu siena un piknika vietas. Nora, būdama lepna, ka spējuši pārvarēt šķēršļu trasi, paziņo:

- Turpmāk es spēšu atkauties gan no kaimiņu puikām, gan no trim maniakiem!
- Ļoti labi! Maniaki gan staigā pa vienam...
- Cik žēl!

www.kakiskalns.lv



Skat.
www.kakiskalns.lv



Ģimenēm
"Mežakaķī"
15-20 % atlaide



+371 67976886

60

RESTORĀNS "FAZENDA"

Vidzemes šoseja 14, Sigulda

Šeit godā tiek turēts garšīgs un **veselīgs ēdiens mājīgā interjerā un brīvā atmosfērā**. Ģimenēm ar bērniem pieejams pārtinamais galdiņš zīdaiņiem, bērnu stūrītis, kā arī plašs āra **bērnu laukums ar slidkalniņu un skatu torni**. Gaidot ēdienu, Verneris pieceļas, pārmet pār roku balto salveti un saka:

- Labvakar! Esmu jūsu oficiants.
- Ko jūs varētu mums piedāvāt?
- Nūū, ja ļoti vēlaties, es varētu ar jums kopā pavakariņot!



I-VII 10.00-22.00
VII 11.00-22.00



+371 66900669

www.fazenda.lv/
sigulda/restorans

37

SIGULDA

61

BB WAKEPARK

Lībiešu iela 2/6, Liepāja

Te var daudzīties atrakcijās uz ūdens, braukt ar veikborda dēļiem, airēt ar SUP dēļiem vai airu laivām. Pēc tam – pirts un kubls zem klajas debess. Mazo izklaidēm pieejami batuti un bērnu rotaļu laukums ar slidkalniņu un šūpolēm. Šajā vietā iespējams pārnakšņot **bungalo tipa mājīnās vai teltīs**, te aicinātas ģimenes, kas dodas **ceļojumos ar kempieriem**. Dodoties projām, mamma aicina iemest ūdenī dažas monētas.

www.bbcamping.lv



7-30 €



+371 24339965



- Kāpēc? - vaicā Nora.
- Lai mēs šeit vēlreiz atgrieztos.
- Jā! Lai tas būtu pavisam droši, iemetīsim 100 eiro!

38

LIEPĀJA

62

LIEPĀJAS OLIMPISKAIS CENTRS

Brīvības iela 39, Liepāja

Centra baseina un spa zonā ietilpst gan dažāda veida **ūdens atrakcijas bērniem**, gan atpūtas un relaksācijas iespējas pieaugušajiem. Pēc aktīvas atpūtas ūdenī var apmeklēt **trīs veidu pirtis** vai ģert Alpu saules iedegumu. Dažus mēnešus pēc šīs vietas apmeklējuma Verners vaicā tētim:

www.loc.lv

- Atceries, kā mēs Liepājā gājām gar jūru un tad sacentāties peldēšanā baseinā?
- Atceros gan!
- Bet es nemaz neatceros... Aizbrauksim tur vēlreiz?



01.09.-31.05. I-V 14.00-22.00
VI, VII - 12.00-21.00
01.06.-31.08. I-V 12.00-22.00
VI 10.00-22.00 VII 10.00-21.00



Skat. www.
loc.lv/lv/
baseinsspa/
cenas



+371 63480000

63

VENTSPĪLS JAUNRADES NAMA PLANETĀRIJS

Maiznieku iela 11, Ventspils

Verners pēc ekskursijas planetārijā kopā ar klasesbiedriem jūtas ļoti iedvesmots. **Vienīgajā 360 grādu digitālajā planetārijā Baltijā** viņš noskatījies dažādas izglītojoša rakstura filmas un šovus par dabaszinībām un Visumu, izglītojošas animācijas **filmas par zvaigznēm un kosmosu**. Savukārt observatorijā **teleskopā skatījies debess ķermeņus** un Sauli. Mājās viņš paziņo, ka kļūs kosmonauts. Vecākiem tiek iedalīti uzdevumi, lai sagatavošanās noritētu sekmīgi. Bet lidojumā līdz tiks ņemts tikai tētis. Kāpēc?

- Kosmosā nav ūdens un pārtikas. Kādam taču ir jāstiepj ledusskapis ar produktiem!



I-VII 10.00-18.00



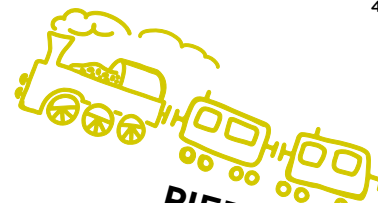
0.70-3.00 €



Ģimenes biļete
4-6 €



+371 63622805



VENTSPĪLS PIEDZĪVOJUMU PARKS

Saules iela 141, Ventspils

Kad mēs ar māsu aizrautīgi draiskojāmies piepūšamajās **atrakcijās "Osta" un "Kuģis"**, man sagribējās kļūt pirātam. Bet ir par vēlu... esmu jau kļuvis pārāk paklausīgs... Vēl tur ir bampermašīnas un **gumijlēkšanas batuti**, autoskola un rotaļu namiņš - vairāk nekā 20 atrakcijas. Jauniešiem tur ir Kaķa taka, jaunie batuti, trampīnlaiva un kameršļūkšanas trase, bet pašiem drosmīgākajiem - arī **katapultā, traķais rotors, peintbols un izpietas veikparkā!**



06., 07., 08. I-VII
11.00-22.00
05., 09., 10. I-V 15.00-20.00
VI, VII 12.00-20.00



Skat. www.
piedzivojumuparks.lv



+371 28611333

39

VENTSPĪLS

64

65

"ZINOO" DAUGAVPILS

Vienības iela 30, Daugavpils

Zinātkāres centra mērķis ir atraisīt bērnu un pieaugušo **interesi par dažādām zinātnes jomām**, izklāstot sarežģītus tematus vieglā un vienkāršā veidā. Te laiku var pavadīt pilnvērtīgi un aizraujoši, **interaktīvo ekspozīciju vidē** atklājot savas radošās domāšanas spējas. Vērnērs paziņo:

- Kad izaugšu liels, izgudrošu mašīnu, kas gatavos ēdienu, vārīs, mazgās...

Un pēc nelielas pārdomu pauzes piebilst:

- Ja neizdosies tādu izgudrot - precēšos!



II-VII 12.00-18.00



3-5 €



Ģimenes biļete
12-16 €



+371 29411895

www.zinoo.lv

Ja braucat uz Marka Rotko mākslas centru, iesaku izstaigāt arī Daugavpils cietoksni! Tas ir kā pilsēta pilsētā, kurā ir daudz dažādu pagājušā gadsimta vēstures liecību, tostarp arī I Pasaules kara muzejs.

66

DAUGAVPILS MARKA ROTKO MĀKSLAS CENTRS

Mihaila iela 3, Daugavpils

Laikmetīgās mākslas, kultūras un neformālās mākslas izglītības centrs vēsturiskajā Daugavpils cietoksni. Tā ir **vienīgā vieta Austrumeiropā**, kur var apskatīt Daugavpilī dzimušā, pasauleslavenā mākslinieka **Marka Rotko oriģināldarbus**. Līdzās tiem skatāmas mainīgās izstādes ar Latvijas, Eiropas un pasaules mākslas projektiem. Vērnērs rāda tētim centra radošajā darbnīcā sagatavoto zīmējumu:

- Patīk?

- Ļoti patīk! Un ko tas nozīmē?

- Tēti, tā taču ir māksla! Tai nekas nav jānozīmē!



II 11.00-17.00 III, IV, V, VI
11.00-19.00 VII 11.00-17.00



1.50-8 €



Ģimenes biļete
14 €
Pirmsskolas vecuma
bērniem bez maksas



+371 22471925

www.rothkocenter.com



LATGALES VĒSTNIECĪBA GORS

Pils iela 4, Rēzekne

Daudzfunkcionāls kultūras centrs, **koncertzāles ar izcilu akustiku**, izstāžu zāles, restorāns, dzīves telpa eksperimentiem ar visām maņām. Vieta, kur bērniem iepazīt mūzikas, teātra, kino un citu mākslu pasaules. Pasākumu laikā darbojas **bezmaksas bērnu istaba**, mazuliem no trīs līdz septiņiem gadiem. Nora dzirdētā un redzētā iespaidā stāsta vecākiem, ka dzimšanas dienā gribētu saņemt bērnu sintezatoru.

- Tas man ir ļoti vajadzīgs! Kad manas Bārbiju lelles precēsies, es tām varēšu spēlēt kāzās!



I-V 12.00-18.00
VI-VII 12.00-16.00



+371 64633303

www.latgalesgors.lv



Kaspars
Zlidnis,
mūziķis

68

IZKLAIDES PARKS "AVĀRIJAS BRIGĀDE"

AB parks, Lēdmanes pag.,
Lielvārdes novads

Mēs te varēsim pavadīt visu dienu! **Lielākais izklaides un atrakciju parks Baltijā** izvietots 20 ha platībā nepilnas stundas brauciena attālumā no Rīgas. Te ir autodroms, karuseļi, lielais lecampsilvens, lāzertaga šautuve, minigolfs, katamarāni, promēnāde pie dīķa, ūdens spēļu laukums un citas atrakcijas. Tādiem **aktīvākas atpūtas cienītājiem** kā mēs ar tēti pieejama arī virvju taka, kameru šļūskšanas trase un velokarti, bet māsa varēs darboties spēļu pilsētiņā vai atrakciju laukumā.



01.05.-30.09. I-VII
10.00-19.00
01.10.-31.10. I-VII 10.00-17.00



14 €



+371 27336600

www.abpark.lv



41

RĒZEKNE /
LIELVĀRDE



69

MAIZES CEPTUVE "LĀČI"

"Benūžu Skaugi", Babītes pag.,
Babītes novads

"Lāčos" apmeklētāji var doties **izzinošās ekskursijās** gida pavadībā, iepazīstot maizes cepēju darbu, kā arī pagatavot savu īpašo maizes kukulīti vai kliņģeri. Kafējnīcā iespējams baudīt latvisku ēdienu un **ceptuves meistardarbus**.

- Verner, pagaršosi šo maizi?
Citur tādu nedabūsi!

- Jā, tēti! Vai to cepa Laimes lācis?

Visapkārt šai vietai Babītes ezera krastā ir pļavas un meži. Bērni var spēlēties rotaļu laukumā un doties izjādē ar zirgiem.



I-VII 8.00-22.00

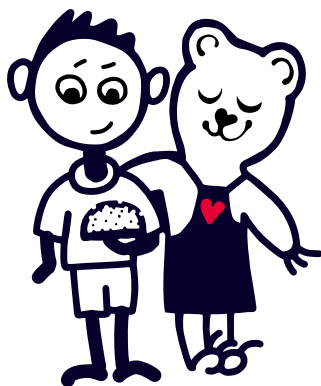


+371 29256676

www.laci.lv

42

BABĪTE



Radošā komanda

Redaktors: Edžus Vējiņš
Māksliniece: Līga Delvera, SIA "Demini"
Koordinatore: Sandra Kuharenoka
Vāka un "Babyroom" komandas foto:
Reinis Oliņš

Uz vāka galvenajās lomās

Krišjānis Blušs, Toms Blušs,
Leonards Pavļuts, Edvards Pavļuts
un Emīlija Kozlovskā

© Live Riga, Babyroom
© Edžus Vējiņš, teksts
© Līga Delvera, dizains

2019

š-š-š-š
Nevajag pasaku...
Sapnī skatīšos pati
savus dienas
piedzīvojumus!



DĀRGO LASĪTĀJ!

Šajā brošūrā esam apkopojuši informāciju par muzejiem, mākslas, atpūtas un tirdzniecības centriem, izklaides parkiem, ēdināšanas uzņēmumiem un citiem objektiem, kurus īpaši iecienījuši vecāki un bērni. Šīs vietas vieno pretimnākoša attieksme pret apmeklētāju vajadzībām un atbilstība kritērijiem, kas šo vidi padara pievilcīgu ģimenēm: ērta pieejamība, izklaides bērniem, zīdaiņu pārtikas iespējas, speciāli piedāvājumi ģimenēm.

Vienlaikus tas ir iedvesmojošs stāsts par izziņas, ceļošanas un kopā būšanas prieku Rīgā un Latvijā kā mērķtiecīgi veidotā, ģimenēm draudzīgā vidē.

Biedrība "Babyroom"
un Live Riga



Par brošūrā ievietotās informācijas precizitāti un iekļautajām fotogrāfijām atbild uzņēmums, kas informāciju sniedzis.

Brošūra ir bezmaksas, un to aizliegts tirgot.



www.LiveRiga.com

