

# CIEMOŠANĀS «PIPARMĒTRU NAMIŅĀ»

## Jelgavas novads

«Piparmētru namiņa» saimniece **Lolita Duge**  
4.02.2022.

*Projekts Nr. LLI-447 “Starptautiskā kultūras  
tūrisma maršruta “Baltu ceļš”” atpazīstamības  
veicināšana” (“Izzini Baltus/Explore Balts”)*





# Piparmētras un «Baltu ceļš»

Lolita Duge

04.02.2022

---

# Vēsture

Ideja 2012.gada rudenī

Pirmie stādījumi 2013.gada augustā – 376 stādi

Mētru kolekcija – 30 dažādas mētras

Piparmētru namiņu 2015.gadā apmeklējuši 836 interesenti.

2018.gadā – vairāk nekā 2000 apmeklētāju

2019.gadā - > 3000



# Pakalpojumi

**Ekskursijas**- kurās ir iespēja degustēt šī uzņēmuma produkciju

## **Radošās darbnīcas :**

- Gatavot piparmētru ziepes;
- Izgreznot traukus ar piparmētru ornamentiem;
- Pagatavot kaut ko īpašu sejas vai ķermeņa palutināšanai, protams, ar piparmētrām.



# Piparmētras Latvijas vēsturē

- Augu uzlējums?
- Nav tradīcijas?
- Veselības uzlabošana
- Rituāls

# Tēja

- Tēja jeb zāļu tēja – kā ikdienā lietojams dzēriens, lai:
- Veldzētu slāpes
- Saglabātu un uzlabotu veselību
- Sakārtotu fizioloģiskās norises organisma sistēmās /V.Eniņa/

# Rituāls

- Rituāls – tējas koka tējas dzeršana Latvijā varētu tiek datēta ar 19.gadsimtu, kad to itin bieži malkoja Kurzemes muižnieki.



# Preces

- Piparmētru sīrups
- Piparmētru tēja
- Piparmētru maršmelovi
- Piparmētru sejas toniks
- Medus ar piparmētru garšu
- Piparmētru ziepes
- Divu dažādu veidu cepumi
- Šokolāde ar piparmētrām
- Lūpu balzams ar piparmētrām
- Piparmētru svece
- Piparmētru karameles





# Piparmētras veselībai:

- piparmētrām piemīt nomierinoša, sāpes mazinoša iedarbība;
- Piparmētras pazemina asinsspiedienu
- tās novērš kuņģa un zarnu trakta darbības traucējumus un gāzu uzkrāšanos;
- novērš slikto dūšu un vemšanu;
- mazina migrēnas, reimatisma sāpes;
- veicina ēstgribu un gremošanu;
- tāpat piparmētru lieto saaukstēšanās slimību un gripas ārstēšanai.
- Piparmētras ieteicamas jaunām māmiņām, kuras baro bērnus ar krūti, lai vairāk būtu piens (pretrunīga informācija)

# Esi uzmanīgs ar piparmētru!

Piparmētru spēcīgās iedarbības dēļ ir gadījumi, kad tās nav ieteicams lietot uzturā.

Nevajadzētu dot maziem bērniem, jo piparmētras zīdaiņiem var izraisīt dzīvībai bīstamas elpošanas problēmas, kā arī cilvēkiem ar pazeminātu asinsspiedienu.

Ja lieto medikamentus, esi uzmanīgs, lietojot piparmētru tēju, jo daži medikamenti „nedraudzējas” ar piparmētrām





WE ARE  
MINT  
TO BE  
TOGETHER

## IEPIN VAINAGĀ VEIKSMI VISAM GADAM!



# Realizētie projekti:

Žāvēšanas skapis, sīrupa vārīšanas  
katls, iepakojšanas iekārta

Dārza frēze

Dators, projektors, gāzes lampas,  
krēsli

Mikseris, vafeļu pannas

Mobilās tualetes

# Secinājumi un ieteikumi

- Ir svarīgi, lai pašam patīk tas, ko dara
- Nozīmīga ir izglītība, kas saistīta, ar to, ko nodarbojas
- Pieņemt izaicinājumus, nebaidīties, ka esi mazs (ne vienmēr visu var mērīt pēc ha daudzuma un bankas konta apgrozījuma cipariem)
- Sadarbība!!! Jābūt atvērtam dažādiem piedāvājumiem.

# Secinājumi un ieteikumi

- Jaunas tehnoloģijas
- Jauni produkti
- Trakas idejas (kaut pasapņot)
- Sadarbība
- Visu nepārvērst naudas izteiksmē
- Labākās lietas nevar nopirkt!







Paldies par uzmanību! 😊

[www.piparmetras.lv](http://www.piparmetras.lv)

Fb – Piparmētru namiņš/Mint house

E-pasts:lolita.duge@inbox.lv

m.t.2694062