

artywator

strony ok_kulturze

wakacje, znów będą wakacje...



Wspomnień z ostatnich dwóch beztrudnych miesięcy jest dużo. Niedawno zakończyły się półkolonie wokalne i plenery zielarskie grup z Owczarni i Domaniewa – kosze pękły od roślin, głowy od wiedzy, a kredensy kuchenne jeszcze przez długie tygodnie będą zastawione maceratami olejowymi na świeżych kwiatach. A skoro wakacje to i podróże. Początek sierpnia spędziliśmy więc na obozie w Ogonkach niedaleko Węgorzewa. Było sportowo, artystycznie i historycznie. Teraz już wypoczęci zabieramy się z impetem do pracy! Dożynki za nami, a na tapecie aktualnie festyn w Otrębusach i Dni Brwinowa.



„Nauka nie idzie w las, tylko w nas”, czyli sołecki festyn z cyklu U NAS OK im. T. Stachowicza. Wydarzenie można śmiało podzielić na niezwykle atrakcyjne strefy: NAUKOWĄ – pokazy naukowe i działania rozwijające naturalną potrzebę poznawania oraz uczenia się dorosłych i dzieci, strefę SPOŁECZNO-OBYWATELSKĄ – happening informacyjno-quizowy oraz KREATYWNĄ – zabawy z doświadczaniem wszystkimi zmysłami otaczającego świata.

Ale to jeszcze nie wszystkie atrakcje, bo będą: koncerty (SOUVLAKI, NO I DOBRZE), gabinet sensoryczny, tor przeszkód i drukarka 3D! Poza tym zaprezentują się: Ośrodek Kultury OKej, czyli my :) oraz zaprzyjaźniona biblioteka (ta z sąsiedniej strony :). No i oczywiście będzie coś na ząb...

Na festyn zaprasza Katarzyna Jacniacka, sołtys Otrębus, a patronatem honorowym imprezę objęli: Krzysztof Rymuza Starosta Pruszkowski oraz Arkadiusz Kosiński Burmistrz Gminy Brwinów. **8 września** | 13.00 | Wiejska 1, Otrębusy

Dni Brwinowa – radosne świętowanie, ale i zaduma nad wydarzeniami sprzed 80 lat. Jak co roku w okolicach 12 września (dokładna data bitwy pod Brwinowem) w mieście organizowane są uroczystości upamiętniające historyczne wydarzenia z 1939 roku oraz obchodzone są dni miasta. Kumulacja nastąpi w weekend **14–15 września** (oficjalne obchody 80. rocznicy bitwy rozpoczynają się 12 września). Poprzez Narodowe Czytanie, o którym więcej w „Karcie bibliotecznej” na stronie 10, zawody STRONGMAN, koncerty, liczne atrakcje dodatkowe, na rekonstrukcji historycznej kończąc.

Atrakcje rozpoczną się o godz. 15.00 w miasteczku organizacji pozarządowych, gdzie gościć będą: TG SOKÓŁ, TPB, Towarzystwo Opieki nad Zabytkami, Stowarzyszenie Projekt Brwinów, ZHP Hufiec Pruszków, ZHR, Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, BKS Naprzód Brwinów, KS Bushi Team, UKS Otrębusy „1”, Fundacja WieśWieJak, Fundacja Pod Wspólnym Dachem, LGD Zielone Sąsiedztwo. W tym samym czasie Towarzystwo Gimnastyczne SOKÓŁ zaprasza na zawody STRONGMAN – zapisy od godz. 13.00, start godz. 15.00. Zawody poprowadzą utytułowani Mistrzowie Polski, Europy i świata: Sławomir Toczek, Jarosław Dymek oraz Wojciech Nitecki – kierownik sekcji trójboju siłowego TG SOKÓŁ Brwinów.

Późne popołudnie to czas muzyki i dobrej zabawy. Na scenie zaprezentują się lokalne zespoły, jak brwinowski BLUES FATHERS, SUNDAY AFTER czy grodzki ROCK UNION, a gwiazdą wieczoru będzie założony w 1977 r., znany m.in. z takich przebojów, jak „Autobiografia” czy „Chcemy być sobą” – zespół PERFECT.

Natomiast 15 września o 15.00 spotkamy się podczas REKONSTRUKCJI WYDARZEŃ HISTORYCZNYCH Z 12 WRZEŚNIA 1939 ROKU. Spektakl z udziałem mieszkańców naszej gminy stał się już tradycją corocznych obchodów Dni Brwinowa. W tym roku na niebie będziemy mogli podziwiać samolot Messerschmitt Me 109. Projekt współfinansowany ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego.

Szczegółowy harmonogram na plakacie na stronie 12. Impreza odbędzie się na terenie u zbiegu ul. Dworskiej, ul. J. Piłsudskiego i ul. Przejazd w Brwinowie.

NASZE ADRESY

OKej
Wilsona 2
BRWINÓW

OWCA
Cypryjsowa 4
OWCZARNIA

Świetlica OK
Krótka 10
OTRĘBUSY

Świetlica OK
22 H
DOMANIEW

NALA
Moczyłowskiego 2
BRWINÓW

ORLIK
Szkołna 39
ŻÓŁWIN

plany zajęć
dostępne na
naszej stronie

OK.BRWINOW.PL
nasze adresy mailowo
ok @
hala @
orlik @
szymanowska @
ok.brwinow.pl

2019

w nowym sezonie

20

pracownie sztuk wizualnych

FOTOGRAFIA CYFROWA | KARTKI | PRACOWNIA PLASTYCZNA OK | WARSZTAT SZTUKI | artOWCA

pracownie językowe

ANGIELSKI | NIEMIECKI | FRANCUSKI

pracownia zielarska

mała akademia umiejętności
WESOŁE BRYKANIE | ROBOTYKA | STACJA BADAWCZO-DOŚWIADCZALNA | SENSOPLASTYKA | BRUDZIMISIE | DZIECIĘCA GRUPA TANECZNA | PRACOWNIA WIEDZY ZBĘDNEJ

ognisko muzyczne

PIANINO | GITARA | PERKUSJA | SKRZYPCE | SAKSOFON | WOKAL | TEATR | TEORIA MUZYKI

uniwersytet każdego wieku

MALARSTWO | OBLICZA SZTUKI | TEATR | MULTIMEDIA | ZIELARSTWO | BRYDZ | INFORMATYKA | TAI CHI | JOGA | PILATES | NORDIC WALKING | FITNESS | TERAPIA PRZEZ TANIEC | TANCE ETNICZNE | TANCE ORIENTALNE | TANCE LATINO | ANGIELSKI | ROSYJSKI | FRANCUSKI | HISZPAŃSKI | WŁOSKI | NIEMIECKI | RĘKODZIEŁO

zajęcia sportowe

KOSZYKÓWKA | WSPINACZKA | BADMINTON | ROLKI | BALET DLA NAJMŁODSZYCH | PILATES | TENIS ZIEMNY | AKROBATYKA | FITNESS | SIŁOWNIA NA ORLIKU

PONADTO POLECAMY KOŁO DZIEWIARSKIE ORAZ ZAJĘCIA REEDUKACYJNE

IV edycja Festynu im. T. Stachowicza U nas OK

NAUKA NIE IDZIE W LAS TYLKO W NAS

Zespół pałacowo-parkowy Toeplitzówka w Otrębusach
Wiejska 1

8 września
13.00 - 20.00

PATRONAT HONOROWY:

Krzysztof Rymuza
Starosta Pruszkowski

powiat pruszkowski

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

WKD

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

TEL-KAB

RADIO
RODZINA

WPR 24

Arkadiusz Kosiński
Burmistrz Gminy Brwinów

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy

Stowarzyszenie
Kulturalne Otrębusy



Z hortensji pożytku wiele, Gdy gorzej w duszy i ciele

Anna Czeremcha



Istnieją rośliny, o których leczniczej mocy nie wiemy nic lub prawie nic. Nawet nie wyobrażamy sobie, że mogą być lecznicze. Należy do nich hortensja. Nazwa pochodzi z łaciny, *hortus* to ogród. Rośnie w pięknych bukietowych krzakach przed domami, łatwo rozwija kłęczka, a wczesną jesienią zbieramy jej kwiaty do suszonych bukietów. Wdzięcznie się suszy, jej głowy dumnie ozdabiają kąty wiejskich i miejskich chałup długo, długo w zimę. I to ona właśnie – zarówno jej kłęczka, jak i bomby kwiatowe – jest surowcem zielarskim rozgałęzionym w 4 kierunkach działania:

- moczopędnym, przeciwbakteryjnym (hamują bakterie i grzyby w przewodzie pokarmowym i moczowym),
- przeciwalergicznym,
- przeciwdepresyjnym,
- leczącym stany zapalne i przerost gruczołu krokowego.

Kłęczka z korzonkami zbiera się jesienią, myje, rozdrabnia i suszy. Na świeżym kłęczku można nastawić sobie wódeczkę, bowiem wodno-alkoholowe wyciągi z hortensji także są bardzo cenne. Można je mieszać z wyciągiem z dziurawca i nostryka i spożywać w kroplach jako antydepresant, przy okazji środek rozkurczowy. To mieszanka jesienno-zimowa, latem unikajmy dziurawca na wódcę, jest to środek fotouczulający, czyli przy ekspozycji słonecznej mogą wystąpić na skórze plamy (jednocześnie dziurawczyk w oleju łagodni poparzenia słoneczne, ale o tym innym razem).

Moczopędną, odkażającą i ozdrowieńczą na układ moczowy zadziała mieszanka do picia (bardzo smaczna): kwiat lub kłęczka hortensji, kwiat nawłoci, liść borówki czarnej i wrzos (bez zdrewniałych części), opcjonalnie z dodatkiem kory wierzby lub pączków topoli dla wzmocnienia działania przeciwzapalnego. Rośliny w równych częściach mieszamy w słoju i parzymy 3-4 łyżki na litr. Pamiętajmy jednak, żeby ostatnią szklankę mieszanki wypić najpóźniej trzy godziny przed snem, żeby nie latać do ustępu przez pół nocy.

Przeciwalergiczna mieszanka wg dr. Różańskiego, tj. w równych częściach hortensja, rumianek, krwawnik i czarnuszka. Z mieszanki robi się napar i pije jak herbatę, 200 ml dziennie.



foto_ELAKOS_Jadwiga z hortensjami

Kwiaty można wykorzystywać w kosmetyce do oczyszczania cery tłustej i z węgry, a także w potrzebie odprężenia. Wiadomo, stres, pośpiech i próba dorównywania swoim lub narzuconym ambicjom napinają nas, naszą skórę, mięśnie, szereg wiązań w skórze, które potrzebują odpocząć, zrelaksować się i być łagodnie traktowane. Napar z kwiatów hortensji, lekko zakwaszony i przestudzony, może w tym pomóc (w ogóle kwiaty pomagają w walce ze stresem). Zatem przemywajmy twarz w hortensji, zanurzajmy głowy w jej wielkich kwiatowych bombach i traktujmy siebie łagodnie.

Z życzeniami pięknej jesieni,
Wasza Czeremcha

Źródła: <http://luskiewnik.strefa.pl/floroterapia/Floroterapia.pdf>; <https://rozanski.li/202/hortensje-hydrangea-w-fitoterapii-2/>



WYSTAWA POPLENEROWA W OK

Tego lata już po raz dziewiąty entuzjaści sztuki zaopatrzeni w szkicowniki, pędzle, kredki, farby, aparaty fotograficzne odwiedzali najciekawsze zakątki Brwinowa, aby utrwalić je na swoich pracach. W lipcowe przedpołudnia co bardziej spostrzegawczy mieszkańcy naszego miasta mogli po cichu podpatrzeć, jak powstają ich dzieła – rysunki, szkice kolorystyczne, bardziej szybkie impresje na wybrany temat niż gotowe obrazy, które niektórzy później tworzyli w zaciszu domowej pracowni. Można było ich spotkać w Parku Miejskim, w Ogrodzie Rzeźb Juana Soriano, na terenie Wake Family czy w stajni Koniki Brwinów. Często byli ukryci wokół pięknych starych willi – tradycyjnie odwiedzili Zagrodę, Ludwinówkę i willę Janina – miejsca, w których zawsze można znaleźć coś nowego, co zainspiruje do pracy twórczej. Gościli po raz pierwszy na terenie posesji przy ulicy Batorego – willi Chałupka i willi Słonecznej, do których na pewno powrócą. Plon letnich wędrówek będzie można zobaczyć na wystawie poplenerowej, która odbędzie się w piątek, **13 września o 18.00 w Galerii OK**. W tym roku na wystawie oprócz obrazów i rysunków znajdą się również fotografie. (Autorki prac: po lewej N. Oskiera, po prawej T. Schneider)



DNI BRWINOWA 2019

perfect day

14 września

NARODOWE CZYTANIE

GALERIA POMYSŁÓW PASJA
NA OSIEDLU SŁONECZNYM
KANIE ZAWILCOWA 14
START
11.30

ZAWODY STRONGMAN

START
15.00

miasteczko ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH

START
15.00

koncerty

18.00 Blues Fathers
18.30 Sunday After
19.00 Rock Union
20.00 **PERFECT**

15 września

REKONSTRUKCJA WYDARZEŃ HISTORYCZNYCH Z 12 WRZEŚNIA 1939 ROKU

na polu bitwy przewidywany jest
atak lotniczy samolotu Messerschmitt...
START
15.00

TEREN U ZBIEGU UL. DWORSKIEJ, MARSZ. J. PIŁSUDSKIEGO
I UL. PRZEJAZD W BRWINOWIE

PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW
SAMORZĄDU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO

TEREN U ZBIEGU UL. DWORSKIEJ, MARSZ. J. PIŁSUDSKIEGO I UL. PRZEJAZD W BRWINOWIE