

# Wiadomości

Wtorek, 11 sierpnia 2020

## Co na łąkach gorczańskich rośnie? - warsztaty zielarskie

W dniach 6 - 7 sierpnia w **Wiejskim Ośrodku Kultury w Ochotnicy Górnej** odbyły się **warsztaty zielarskie**. Prowadziła je Pani **Agata Cieślik** - z zawodu nauczycielka, z zamiłowania zielarka, pasjonatka naturalnych kosmetyków, ziołolecznictwa oraz dzięki kuchni. Dyplomowany zielarz - fitoterapeuta, absolwentka wielu kursów i warsztatów zielarskich i kosmetycznych, obecnie uczestniczka kursu pod kierunkiem dr Henryka Różańskiego „Terapie biologiczne”. Pani Agata przyjechała na zaproszenie Pań z **Koła Gospodyń Wiejskich w Ochotnicy Górnej**. Należy dodać, że KGW realizuje projekt „**Gorczańskie smaki, góralskie nuty**” dofinansowany z programu „EtnoPolska 2020”, w ramach którego prowadzone były warsztaty zielarskie.

Pierwszego dnia odbyła się część teoretyczna, podczas której, w formie wykładu połączonego z prezentacją multimedialną, uczestnikom zostały przekazane informacje o ziołach, ich właściwościach i zastosowaniach. Krwawnik, podagrycznik, wrotycz, lebidka, macierzanka - o tych i wielu innych roślinach rozmawiano. Nie zabrakło dociekliwych pytań ze strony uczestników oraz ich zdziwienia w związku z właściwościami niektórych roślin.

Po krótkim wprowadzeniu w świat ziół uczestnicy wyruszyli na wyczekiwany spacer po okolicy. Podczas przechadzki okazało się, że rośliny i zioła są na wyciągnięcie ręki, otaczają nas i rosną na gorczańskich łąkach. W trakcie spaceru uczestnicy uczyli się rozpoznawać wartościowe rośliny.

Drugiego dnia warsztatów odbyła się część praktyczna. Uczestnicy, pod okiem Pani Agaty, samodzielnie wykonywali różnorakie preparaty z wykorzystaniem ziół. Były to m. in. **ocet jabłkowy, sól ziołowa, peeling cukrowy, sól do kąpieli, maść z nagietka, płyn miceralny** i in.

Warsztaty z pewnością były cenną lekcją zdrowia dla wszystkich, którzy wzięli w nich udział. Warto stawiać naturę ponad to co pełne ulepszcaczy i dodatków chemicznych. Dbajmy zatem o nasze łąki i gorczańskie krajobrazy, ponieważ one dają nam to co zdrowe, czyste i naturalne. Dbajmy o siebie! „**Eko Ochotnica & Tylmanowa. W rytmie natury!**”.

Dofinansowano ze środków Narodowego Centrum Kultury w ramach programu „EtnoPolska 2020”.