

[Deklaracja dostępności](#)

• [Mapa serwisu](#)

• [Wersja tekstowa / graficzna](#)

## **Gminny Ośrodek Kultury w Ropie**

Menu

[Przejdź do Menu Przedmiotowego](#)

## **Menu Podmiotowe**

• [Aktualności](#)

• [Historia i dziedzictwo kulturowe](#)

• [RAZEM - Biuletyn Informacyjny](#)

• [RODO](#)

• [REGULAMINY](#)

• [Strona archiwalna](#)

[Przejdź do Menu Technicznego](#)

## **Menu Przedmiotowe**

• [NASZA FILMOTEKA](#)

• [WYDARZENIA-IMPREZY 2023](#)

• [KONKURSY ARTYSTYCZNE 2023](#)

• [WYDARZENIA-IMPREZY 2022](#)

• [KONKURSY ARTYSTYCZNE 2022](#)

• [Projekty GOK](#)

◦ [2011](#)

◦ [2012](#)

◦ [2013](#)

◦ [2017](#)

◦ [2018](#)

◦ [2019](#)

▪ [Z naturą za pan brat - 2019](#)

▪ [Mądrzy Cyfrowi - 2019](#)

▪ [Tradycje zielarskie Pogórza i Łemkowszczyzny z mistrzem tradycji - 2019](#)

• [Wiosna z Mistrzem Tradycji](#)

• [Lato z Mistrzem Tradycji](#)

• [Jesień i zima z Mistrzem Tradycji](#)

• [Podsumowanie projektu](#)

▪ [Program Dom Kultury+ w gminie ROPA](#)

▪ [Konkurs Rysunku Satyrycznego Roponioska](#)

▪ [Wyniki Konkursu Rysunku Satyrycznego ROPONIOSKA 2019](#)

▪ [Prace nagrodzone w Konkursie Rysunku satyrycznego Roponioska 2019](#)

▪ [Wernisaż wystawy Konkursu rysunku Satyrycznego Roponioska 2019](#)

▪ [Integracja poprzez kulturę - dziedzictwo kulturowe Pogórza](#)

▪ [DOMY KULTURY+ 2019](#)

◦ [2020](#)

◦ [2021](#)

• [KLUB SENIORA](#)

• [WARSZTATY PLASTYCZNE](#)

• [KREATYWNE TUTORIALE DLA DZIECI - DIY -ZRÓB TO SAM](#)

• [SENIOR ONLINE](#)

• [GOK ROPA W SIECI!](#)

# Menu Techniczne

- [Gminna Biblioteka Publiczna w Ropie](#)
- [Regionalny zespół Okaryna](#)
- [Dziecięcy zespół regionalny Ropioczki](#)
- [Stacja Wodna w Klimkówce](#)

[Facebook](#) 

[YouTube](#) 

[BIP](#) 

## Wiosna z Mistrzem Tradycji

### Treść

Czas wiosenny to intensywny wzrost roślin, w tym takich, które są surowcem zielarskim. Podczas zajęć, które rozpoczęliśmy w pierwszej połowie kwietnia Ania Czuchta, nasz Mistrz Tradycji Zielarskich Pogórza i Łemkowszczyzny, zaznajamiała uczestników projektu z kilkoma aspektami zielarstwa na naszych terenach.

I tak rozpoczęliśmy cykl od historii zielarstwa oraz ziół w tradycji ludowej Karpat i jej mieszkańców – Pogórczan i Łemków. Zapoznawaliśmy się ze znaczeniem poszczególnych wiosennych ziół a przede wszystkim nauczyliśmy się rozpoznawać zioła. Uczyliśmy się je odróżniać i poznawaliśmy zasady ich stosowania. Uczyliśmy się ekstrakcji, by wydobyć z tych rośliny jak najwięcej substancji czynnych oraz samodzielnie wykonywaliśmy roślinne ekstrakty tzw. przedmieszki. Na zajęciach poznałyśmy a czasem stosowałyśmy: czosnek niedźwiedzi (*Alium Ursinum* L.) liście podbiału pospolitego (*Tussilago farfara* L.), kwiaty i liście czeremchy zwyczajnej (*Prunus avium* Mill.), kwiaty jasnoty białej (*Lamium Album*), pierwiosnka wyniosły (*Primula elatior* Hill.) i śliwy tarniny (*Prunus spinosa* L.), bluszczka kurdybanka (*Glechoma hederacea* L.) – jednego z niegdyś z najpopularniejszych ziół karpaccich, krwawnika pospolity (*Achillea millefolium* L.), liście maliny właściwej (*Rubus idaeus* L.) i jeżyny popielicy (*Rubus caesius* L.). Uczyliśmy się rozpoznawać też inne zioła, które niekoniecznie stosowane były na naszym terenie, min. śladziennicy czy lepieźnika różowego i białego. Próbowaliśmy na surowo pączki lipy, które zawierają mnóstwo dobroczynnych śluzów czy młodych pączków modrzewia z dużą zawartością Wit. C.

Liście buka, maliny i jeżyny posłużyły nam do wykonania herbatki fermentowanej, natomiast z kwiatów mniszka lekarskiego wykonaliśmy leczniczy syrop.

Z uwagi na czas wielkopostny i świąt Wielkanocnych, był czas na wątek kulinarny z wykorzystaniem ziół wczesnowiosennych. Ugotowane zostały dwie zupy charakterystyczne dla naszych terenów i tego terminu. Z młodziutkiego szczawiu i warzyw ugotowana została zupa szczawiowa, którą tradycyjnie jadło się w okresie postu u Łemków. Z tartego korzenia chrzanu oraz serwatki ugotowałyśmy „święconkę” – zupę podawaną na stole wielkanocnym u Pogórczan z okolic Gorlic, w tym i Ropy.

Zioła i rośliny wczesnowiosenne na zdjęciach – kniec błotna, fiołek wonny, bluszcz kurdybanek, śladziennica (*Chrysosplenium* L.) z lepieźnikiem, lepieźnik i pierwiosnek, topola szara w fazie

pączka, lepiężnik biały, zywiec gruczołowaty, czosnek niedźwiedzi i te nieco późniejsze - kozłek  
całolistny, liście storczyka - kukułki plamistej, niezapominajka, aleja lipowa w Ropkach, mniszek  
lekarski, podbiał kwiat i owocnik, fiołek trójbarwny, barwinek pospolity (*Vinca minor* L.), jasnota  
biała, krzyżownica, śliwa tarnina, kwiat czeremchy (kocierby).

## **Kontakt:**

tel./fax +18 353 06 11

e-mail: [gokropa@wp.pl](mailto:gokropa@wp.pl)

[Zespół redakcyjny](#)

## **Adres:**

Gminny Ośrodek Kultury

Ropa 780

38-312 Ropa

## **Dodatkowe Informacje**

- [Mapa serwisu](#)
- [Słownik skrótów](#)
- [Instrukcja obsługi](#)
- [Ochrona danych osobowych](#)
- [RSS](#)
- [Ponowne wykorzystywanie](#)
- [Udostępnianie informacji publicznej](#)
- [Statystyki oglądalności BIP](#)
- Ostatnia aktualizacja: 03.02.2020r.

[Przeviń do początku](#)