





XIX Konkurs Potraw Regionalnych - Stół Wielkanocny

Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich od przełomu wieku na tydzień przed Wielkanocą zaprasza mieszkańców, samorząd, przedstawicieli organizacji, stowarzyszeń, instytucji i firm na Konkurs Potraw Regionalnych "Stół Wielkanocny". Pomysł zorganizowania tej niecodziennej imprezy narodził się w 2000 roku, kiedy jeszcze nikomu się nie śniło, że tradycja powróci do łask. Jego pomysłodawcami byli Czesława Wojewodzic oraz Śp. Zbigniew Mieszczak. Z niewielkiej, lokalnej imprezy powstało ponadregionalne wydarzenie, które stało się wzorem do naśladowania dla innych tego rodzaju stowarzyszeń. Impreza, która w tym roku liczyła sobie prawie 350 zaproszonych gości odbyła się w gościnnych progach Baciarskiej Chaty - części kompleksu rekreacyjno-wypoczynkowego Hotel&Spa Kocierz.













90 lat Koła Gospodyń Wiejskich w Roczynach

27 kwietnia 2019 r. Roczyny - Remiza OSP

Zapraszamy Was do lektury niecodziennego reportażu. Aby mógł powstać, potrzeba było pracy kilkuset osób! przez okres ponad 90 lat! Jak to zapytacie? Przecież to jubileusz 90 lecia Koła? To prawda, ale pamiętać trzeba również o tym, że Gospodynie, które 90 lat temu zakładały Koło - wyniosły z domu wcześniej coś szczególnego! Ich mamy i babcie z pewnością nauczyły je, że ojczyzna i patriotyzm, to nie tylko praca we własnym ogrodzie i czterech ścianach, lecz również wspólna praca dla społeczeństwa. W tych trudnych czasach nie było to oczywiste jak dzisiaj. Poziom życia z pewnością pozostawiał wiele do życzenia. Gospodynie nie dały jednak za wygraną i wspólnie, 90 lat temu postanowiły wpływać na rzeczywistość, która je otacza.









Biesiada Wadowicka oraz 99 rocznica urodzin Karola Wojtyły - Świętego Jana Pawła II

W piękne, słoneczne, majowe południe 18. maja 2019 r. Gospodynie Stowarzyszenia Gospodyń Wiejskich w Andrychowie uczestniczyły w świętowaniu 99 rocznicy urodzin Karola Wojtyły - Świętego Jana Pawła II. Z tej okazji wadowicki samorząd wraz z organizacjami pozarządowymi, instytucjami i gronem sponsorów zorganizował Biesiadę Wadowicką. Miło nam poinformować że wypieki gospodyń naszego Stowarzyszenia zdobyły 2 miejsce w konkursie na najlepsze ciasto lub wypiek drożdżowy!







CIASTO NR 16
Placik drożdżowy
z serem

CIASTO NR 15
Rakki drożdżowe
z kromowym nadzieniem

CIASTO NR 17
Placik drożdżowy z
z borówkami i budyniem

CIASTO NR 14
Ciasto drożdżowe
truskawkowe z pianką



Dzień Matki - 24 maja 2019 r. - WDK Sułkowice Łęg

W tym roku pogoda w maju nas nie rozpieszczała. Prawie cały miesiąc przez południe Polski przetaczała się deszczowa fala i mało brakowało, aby region dotknęła powódź. Na szczęście sytuacja się uspokoiła.

Maj to miesiąc szczególny, obfitujący w różnego rodzaju święta. Są to święta związane z rodziną, oraz święta kościelne. Tradycyjnie, co roku - Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich organizuje w miesiącu maju spotkanie integracyjne z okazji Dnia Matki. W tym roku Gospodynie spotkały się w gościnnych progach WDK Sułkowic Łęgu, aby wspólnie cieszyć się tym niezwykłym świętem. Spotkanie prowadziła Prezes SGW Czesława Wojewodzik. Tradycyjnie - nie zabrakło pięknych słów o matczynej miłości i roli matki w wychowaniu dzieci, oraz wiedzy o historii Święta Matki.









Raport o stanie gminy - sesja Rady Miejskiej w Andrychowie

W 2019 roku po raz pierwszy prezydenci, burmistrzowie i wójtowie musieli do 31 maja przedstawić mieszkańcom „Raport o stanie gminy”, który miał na celu podsumowanie działalności samorządu w ubiegłym roku we wszystkich sferach życia publicznego.

Andrychowski dokument został przedstawiony Radzie Miejskiej 31 maja 2019 r. podczas sesji Rady Miejskiej. Na sesji radni wysłuchali również sprawozdania Burmistrza z wykonania budżetu w roku 2018 i udzielili mu absolutorium. W trakcie sesji odbyła się debata nad „Raportem o stanie gminy” w której mogli uczestniczyć nie tylko radni, ale także mieszkańcy, przedstawiciele organizacji i stowarzyszeń. Zapraszamy do lektury wystąpienia Prezes SGW Czesławy Wojewodzic - podsumowującego świetną i owocną współpracę SGW z samorządem.



City Plaża w Andrychowie

Kurs tworzenia kwiatów dla dzieci

Piękny i słoneczny lipcowy dzień 25 lipca 2019 roku Gospodynie naszego Stowarzyszenia spędziły na plaży! Tak, tak! Plażowanie, megabańki mydlane, kwiaty z bibuły i krepiny oraz inne cudeńka... DZIAŁO SIĘ! Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie we współpracy z Centrum Kultury i Wypoczynku zorganizowało warsztaty dla dzieci na CITY Plaży - atrakcji dla dzieci i dorosłych. Jest to miejsce, w którym każdy miło spędzi czas. Sponsorem CITY PLAŻY jest ANDORIA Sp. z o.o.









VII Konkurs Bukietów Zielnych - Rzyki, Hotel&SPA Czarny Groń

15 sierpnia to szczególny dzień roku. Obchodzimy w nim dwa, wydawałoby się zupełnie różne święta. Jednym z nich jest Święto Matki Boskiej Zielnej, nazywane również Wniebowzięciem Najświętszej Marii Panny - uroczystość kościelna podczas której czci się Matkę Boską Wniebowziętą uznaną za patronkę ziemi i roślinności, a drugim Święto Wojska Polskiego. W trakcie dwóch dni poprzedzających to święto Gospodynie SGW zorganizowały dwa wydarzenia - "Międzypokoleniowy kurs wicia wianków" oraz dzień później "VII Konkurs Bukietów Zielnych", gdzie swoje umiejętności kompozycji bukietów zielnych zaprezentowały Gospodynie 20 Kół Gospodyń Wiejskich z gmin Andrychów, Wieprz, Osiek, Mucharz, Wadowice i Wiśniowa tworząc przepiękne 43 kompozycje.















XIX Konkurs Stroików Dożynkowych!

Gospodynie Stowarzyszenia Gospodyń Wiejskich w Andrychowie 19 raz spotkały się w świetlicy ABS Banku Spółdzielczego na konkursie stroików dożynkowych. Jeśli myślicie, że w temacie stroików już wszystko zostało powiedziane i Gospodynie Stowarzyszenia spoczęły na laurach, nie szukając nowych inspiracji i pomysłów... bardzo się mylicie! Gospodynie kolejny raz pokazały, że tradycja nie stoi w miejscu, nie jest martwym powielaniem wzorców z przeszłości, lecz twórczym działaniem inspirowanym pracą i doświadczeniem poprzednich pokoleń, źródłem niewyczerpanych pomysłów, dopracowanych w najmniejszych szczegółach.









XXI DOŻYNKI WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO RYCZÓW 2019

25 sierpnia odbyły się XXI Dożynki Województwa Małopolskiego. Uroczystości dożynkowe zorganizowano w Ryczowie koło Wadowic. Uroczystą Mszę Św. w kościele pw. Matki Bożej Królowej Polski w Ryczowie odprawił arcybiskup Marek Jędraszewski. Przed ołtarz przyniesiono dary będące jednocześnie dziełem natury, ale też pracy człowieka. Po Mszy Św. barwny korowód przeszedł na stadion piłkarski, gdzie odbyły się uroczystości dożynkowe oraz konkurs wieńcy.

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie w dniach od 1.08.2019 roku do dnia 30.11.2020 roku realizuje zadanie publiczne: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów”. Projekt jest kontynuacją realizowanych przez Stowarzyszenie programów z obszaru pomocy społecznej w zakresie wspierania funkcjonowania społecznego oraz przeciwdziałania wykluczeniu osób starszych, współfinansowanych przez Województwo Małopolskie











Dożynki Gminne – Andrychów 2019

Jakże piękny był tegoroczny Plon miasta i Gminy Andrychów! Wzbogaciliśmy się o przepiękny obiekt sportowy, dopełniający istniejącą miejską infrastrukturę sportowo-edukacyjną i przeprojektowane, odnowione ulice największego andrychowskiego osiedla mieszkaniowego! Przebudowana w części Osiedla sieć dróg, wraz ze ścieżkami rowerowymi oraz nowoczesny, wielofunkcyjny, zbudowany jak przystało na XXI wiek basen będzie z pewnością świetnie służył wszystkim mieszkańcom oraz turystom i gościom naszej gminy przez wiele lat! To właśnie tam, w centrum "nowego" Andrychowa, tuż obok wybudowanego w rekordowym czasie basenu wzniesiono tegoroczną scenę dożynkową. W południe 24 sierpnia 2019 r. dziękczynna, dożynkowa Msza Św. odbyła się w kościele parafii Św. Urbana w Roczynach. Odprawił ją proboszcz ks. Ryszard Matuszek oraz wikariusz ks. Piotr Bratek. Tuż po niej - niecodzienny korowód z ciuchcią i orszakiem samochodów, wraz z gośćmi, przepięknym wieńcem i stroikami przejechał na andrychowskie Osiedle, gdzie odbyły się dalsze części dożynkowego obrzędu.





ANDRYCHOWSKIE BABIE LATO









**Już jest! Piąta publikacja zrealizowana
przez SGW w Andrychowie
Korzenie i skrzydła - Koła Gospodyń Wiejskich
Gminy Andrychów**

Niezmiernie nam miło poinformować, że Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie wydało piątą publikację. Jej tytuł to „Korzenie i skrzydła - Koła Gospodyń Wiejskich Gminy Andrychów”. Publikacja jest współfinansowana ze środków Gminy Andrychów, będąc dowodem dbałości lokalnego samorządu o organizacje i instytucje, które poprzez swoje działania wzmacniają i scalają lokalną społeczność, służąc budowaniu więzi międzyludzkich i lokalnego patriotyzmu. Mamy nadzieję, że lektura zachęci młode kobiety do włączenia się i zaangażowania w piękną działalność Kół Gospodyń Wiejskich. O publikacji i realizowanym projekcie w Radio Andrychów opowiadali 4 września 2019 r. Czesława Wojewodzik - Prezes SGW w Andrychowie oraz Jarosław Skupień. Audycję realizował Robert Fraś.

Korzenie i skrzydła

Koła Gospodyń Wiejskich Gminy Andrychów



www.sgw.andrychow.pl

W ANDRYCHOWIE



Publikacja „Korzenie i skrzydła -
Koła Gospodyń Wiejskich
Gminy Andrychów”
jest współfinansowana
ze środków Gminy Andrychów



ANDRYCHÓW.eu
miejsce utkane z atrakcji



Fotografie: Archiwa przekazane przez KGW
z Gminy Andrychów oraz SGW w Andrychowie
Przygotowanie do druku: Jarosław Skupień

Druk: **Drukpress**
D R U K A R N I A

www.sgw.andrychow.pl



Żurek z białą kielbasą

*Żeberka,
liść laurowy,
ziele angielskie,
pieprz,
suszone grzyby,
żurek kiszony,
słodka śmietanka,
biała kielbasa,
jajka.*

Ugotować zeberka, dodając do wywaru liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, grzybki suszone.

Gdy wywar będzie gotowy - przecedzić, zalać kiszonym żurkiem, pogotować i zalać słodką śmietaną do smaku.

Kielbasę białą ugotować oddzielnie, pokroić w krążki i dodać do żurku.

Ugotować jajka na twardo, pokroić na ćwiartki i dodać do żurku.



Boczek rolowany

*1,5 kg boczku
(surowego bez skóry),
sól peklowana,
liść laurowy,
angielskie ziele,
4 ząbki czosnku.*

Gotujemy zalewę według przepisu na opakowaniu soli peklowanej. Dodajemy składniki i zalewamy boczek.

Boczek moczymy w zalewie około 48 godzin co jakiś czas obracając. Osuszamy papierowym ręcznikiem, posypujemy dowolnymi ziołami i ciasno rolujemy, wiążąc sznurkiem.

Pieczemy w rękawie około 1,5 h w temperaturze 180°C. Sznurki odcinamy dopiero, gdy boczek ostygnie.

Koło Gospodyń Wiejskich w Rzykach



Migawki z życia KGW Rzyki



Rzyki 2018 - międzypokoleniowe warsztaty wicia wianków



Rzyki 2012 - spotkanie integracyjne SGW - koło KGW Rzyki



Rzyki - Dożynki gminne 2016 - Msza Św. dożynkowa



Rzyki - Jasełka 2013



Rzyki 2018 - Dzień Matki - przygotowanie poczęstunku



Rzyki - Dzień Matki 2018 r.

lokalnym samorządem, organizacjami pozarządowymi, instytucjami, firmami, szkołami, Kościołem oraz lokalną społecznością. Po latach pracy nadszedł czas, kiedy praca Pań z Kół Gospodyń Wiejskich, ich dbałość o lokalne tradycje, historię regionu, kuchnię regionalną, stroje, rękodzieło, lokalne zwyczaje i obyczaje przynosi wymierne efekty.

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie pragnąc docenić, wyróżnić i ocalić dla przyszłych pokoleń piękną, często niedocenianą pracę i działalność Kół Gospodyń Wiejskich naszego regionu, postanowiło wydać publikację w której zebrana została dotychczasowa wiedza o historii działań na naszym terenie lokalnych Kół Gospodyń Wiejskich. Obok działań SGW to właśnie One - Gospodynie z Kół Gospodyń są prawdziwymi strażniczkami naszych tradycji i kultury.

To właśnie dzięki nim, tradycja jest wciąż żywa, przekazywana kolejnym pokoleniom, ubogać o nowe, współczesne elementy.

Koła Gospodyń Wiejskich pełnią niezwykle ważną rolę w funkcjonowaniu wiosek Gminy Andrychów, jak i w samym Andrychowie. Każde z Kół KGW działa w miarę swoich możliwości w piękny sposób łącząc to co zachowało się w tradycji z nowoczesnym postrzeganiem świata.

Członkinie KGW jak nikt inny integrują społeczeństwo. W Kołach Gospodyń są osoby odważne, mające pasję, które wiedzą czego chcą, aby pokierować dalej działaniami Koła. Nie bez znaczenia są właśnie One - lokalne liderki - Przewodniczące Kół. Są przykładem dbałości o losy naszych małych ojczyzn, mediatorkami w rozwiązywaniu lokalnych

problemów i inicjatorkami poszukiwania najlepszych rozwiązań. Członkinie KGW dbają o przestrzeń wokół nas i potrzeby wszystkich mieszkańców. Zwykle, patrząc na stan organizacji kobiecych bierze się pod uwagę pojedyncze organizacje. Głównym założeniem powstania publikacji było całościowe spojrzenie na Koła Gospodyń Wiejskich działające w regionie - na przykładzie działań Kół Gospodyń Wiejskich w Gminie Andrychów. Z publikacji jasno wynika, że działania podejmowane przez kolejne 100 lat po odzyskaniu przez Polskę niepodległości nie poszły na marne. Koła Gospodyń nadal reprezentują kobiety pracujące i działające na wsi, poprawiają sytuację społeczno-zawodową kobiet, integrują i scalają społeczeństwo.

Historia poszczególnych Kół Gospodyń jest znana lokalnie, niewielkiej garstce działaczy, a jej dokumentacja prowadzona jest na zasadzie wolontariatu w postaci kronik. Mało jest publikacji, które zwracają uwagę na działania Kół Gospodyń i oddają szacunek pracy społecznej wykonywanej przez ich członkinie dla lokalnych społeczności.

Niniejsza publikacja „Korzenie i skrzydła - Koła Gospodyń Wiejskich Gminy Andrychów” jest współfinansowana ze środków Gminy Andrychów będąc dowodem dbałości lokalnego samorządu o organizacje i instytucje, które poprzez swoje działania wzmacniają i scalają lokalną społeczność, służąc budowaniu więzi i lokalnego patriotyzmu. Mamy nadzieję, że lektura zachęci młode kobiety do włączenia się i zaangażowania w piękną działalność regionalną Kół Gospodyń Wiejskich.

W imieniu Stowarzyszenia
Gospodyń Wiejskich w Andrychowie
zapraszam do lektury!
Prezes SGW - Czesława Wojewodzik



Synergia Gospodyń Wiejskich sposobem na lepsze życie Seniorów

Z ogromną radością i satysfakcją pragniemy Państwa poinformować, że po raz kolejny Stowarzyszenie otrzymało dotację na realizację dwuletniego programu z obszaru pomocy społecznej w zakresie wspierania funkcjonowania społecznego oraz przeciwdziałania wykluczeniu osób starszych, współfinansowanego przez Województwo Małopolskie - ***Synergia Gospodyń Wiejskich sposobem na lepsze życie Seniorów***. Podjęte w projekcie działania skierowane są w sumie do **80 seniorów (osób w wieku od 60 lat)**, starszych osób samotnych, schorowanych czy niepełnosprawnych mieszkańców obszarów wiejskich powiatu Wadowickiego i Oświęcimskiego.

„Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego”

W 2019 roku seniorom zostanie zaproponowany udział w kursach: pn. „Sztuczne kompozycje kwiatowe na różne okoliczności – wzory kwiatów obecnie i 50 lat temu”, „Wyszywanie gorsetów i bluzek do strojów krakowskich” i „Szydełkowe serwety do koszyczka”. Jednocześnie został zorganizowany warsztat pn. „Wicie wieńca i stroików dożynkowych” i odbędą się warsztaty kulinarne pn. **„Pyszna kuchnia mojej babci i pieczenie wiejskiego chleba”**.

Jednocześnie, dbając o poprawę kondycji fizycznej seniorów oraz zachęcając ich do nabycia nawyków aktywnego i zdrowego stylu życia, beneficjenci zadania będą mogli uczestniczyć w zajęciach gimnastycznych i w zajęciach aerobiku/gimnastyce/ w wodzie uwzględniających ich specyficzne potrzeby zdrowotne. Ponadto, zostanie wykonany także masaż leczniczy. Seniorzy otrzymają również możliwość uczestnictwa w wyjazdach, tj. w integracyjno-kulturalnym wyjeździe do teatru i kina, w zdrowotno-rekreacyjnym wyjeździe na baseny termalne, w ludowo-obrzędowym wyjeździe na dożynki wojewódzkie oraz w wyjeździe integracyjno-plenerowym.

Wszyscy beneficjenci zostaną zaproszeni do udziału w spotkaniu integracyjnym z okazji Światowego Dnia Seniora, które corocznie odbywają się w Stowarzyszeniu. Innym, bardzo istotnym punktem realizacji zadania, skierowanym do ludzi sędziwego wieku, **będą odwiedziny przez sprawniejsze seniorki, osób starszych, samotnych i niepełnosprawnych w ich domach.** Seniorki-wolontariuszki dotrą do domów osób starszych, których sytuacja życiowa uniemożliwia czy utrudnia pełnienie ról społecznych oraz korzystanie z dóbr publicznych. Empatyczni i serdeczni Seniorzy-wolontariusze udzielą im wsparcia w postaci zainteresowania się ich losem, rozmowy, pomocy w codziennych czynnościach itp. Współpraca seniorów będzie opierać się o potrzeby i oczekiwania osób starszych. Wszystkie działania podjęte w projekcie, będą dostosowywane do indywidualnych potrzeb oraz możliwości seniorów.

Siódmy Bieg po Serce Zbója spod Złotej Górki

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie siódmy raz uczestniczyło w imprezie charytatywnej Bieg Po Serce Zbója! Kolejny raz wszyscy chętni, którzy przyłączyli się do wspólnego pomagania pokonali wyznaczoną trasę spacerem, na rowerze, z wózkiem, biegnąc, na hulajnodze, rolkach, z pieskami, dinozaurami - jednym słowem - techniką dowolną! Podczas biegu zorganizowano zbiórkę pieniężną przeznaczoną na leczenie Karolinki z Roczyn.









Wyjazd integracyjny do Zubrzycy Górnej

w ramach realizacji zadania publicznego: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów”

Seniorzy otrzymali możliwość uczestnictwa w 10 wyjazdach. Wśród nich znalazł się integracyjno-plenerowy wyjazd grupy Seniorek do Zubrzycy Górnej. Wyjazd zorganizowano dla seniorów-beneficjentów zadania i dla pozyskanych przez beneficjentów nowych osób. Seniorzy uczestniczyli w wyjeździe integracyjnym do wioski Zubrzyca Górna, gdzie w plenerze, w ogólnodostępnym miejscu spędzili wspólnie czas. Była to miła, aktywna integracja, podczas której omówiono i zaprezentowano działania Stowarzyszenia nowym osobom. W ramach przygotowania wyjazdu koordynator zadania wynajął autokar.

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie w dniach od 1.08.2019 roku do dnia 30.11.2020 roku realizuje zadanie publiczne: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów”. Projekt jest kontynuacją realizowanych przez Stowarzyszenie programów z obszaru pomocy społecznej w zakresie wspierania funkcjonowania społecznego oraz przeciwdziałania wykluczeniu osób starszych, współfinansowanych przez Województwo Małopolskie.



WYPASIONA DOLINA WITA







Zajęcia aerobiku w wodzie

w ramach realizacji zadania publicznego: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów”

Dbając o poprawę kondycji fizycznej seniorów oraz zachęcając ich do nabycia nawyków aktywnego i zdrowego stylu życia, beneficjenci zadania publicznego: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów” uczestniczyli w zajęciach aerobiku/gimnastyce/ w wodzie w pięknym obiekcie - basenie krytym ośrodka Czarny Groń Hotel&SPA. 2 grupy seniorów uczestniczyło w zajęciach aerobiku w wodzie. Było to w sumie 20 godzinnych spotkań. Częstotliwość zajęć uzależniona była od instruktora oraz kondycji fizycznej seniorów. Zajęcia odbywały się w okresie od września do grudnia 2019 roku, w Ośrodku Czarny Groń SPA Rzyki przy ul. Praciaki.

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie w dniach od 1.08.2019 roku do dnia 30.11.2020 roku realizuje zadanie publiczne: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów”. Projekt jest kontynuacją realizowanych przez Stowarzyszenie programów z obszaru pomocy społecznej w zakresie wspierania funkcjonowania społecznego oraz przeciwdziałania wykluczeniu osób starszych, współfinansowanych przez Województwo Małopolskie..





Obchody Jubileuszu 25-lecia ARiMR

29 września delegacja Stowarzyszenia Gospodyń Wiejskich w Andrychowie wyjechała do Centrum Jana Pawła II w Krakowie w którym odbywały się Regionalne Obchody Jubileuszu 25-lecia ARiMR. Uroczystości jubileuszowe stały się okazją do wspólnych spotkań ponad 3000 osób z całej Małopolski.







Warsztaty Bożonarodzeniowe w Uniwersyteckim Szpitalu Dziecięcym w Krakowie - Prokocimiu

W środę, 16. października sprzed Urzędu Miejskiego w Andrychowie przedstawicielki Gospodyń SGW - Halina Brzazgacz, Halina Markowska, Sabina Prus i Czesława Wojewodzic - Prezes SGW w Andrychowie wyjechały dzięki pomocy Burmistrza Andrychowa i Urzędu Miejskiego w Andrychowie (sfinansowanie przejazdu) do Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Krakowie - Prokocimiu na szczególne warsztaty rękodzieła.









Zajęcia gimnastyczne oraz masaże lecznicze WDK Sułkowice Łęg

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie w dniach od 1.08.2019 roku do dnia 30.11.2020 roku realizuje zadanie publiczne: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów”. Projekt jest kontynuacją realizowanych przez Stowarzyszenie programów z obszaru pomocy społecznej w zakresie wspierania funkcjonowania społecznego oraz przeciwdziałania wykluczeniu osób starszych, współfinansowanych przez Województwo Małopolskie Stowarzyszenie poprzez realizację projektu pragnie aktywizować osoby starsze i pomóc im współuczestniczyć w życiu społecznym.

Dbając o poprawę kondycji fizycznej seniorów oraz zachęcając ich do nabycia nawyków aktywnego i zdrowego stylu życia, beneficjenci zadania mogli uczestniczyć w zajęciach gimnastycznych i zajęciach aerobiku/gimnastyce/ w wodzie (opisanych w oddzielnym reportażu) uwzględniających ich specyficzne potrzeby zdrowotne oraz w masażach leczniczych. Ćwiczenia były przeprowadzone przez doświadczonych rehabilitantów.

Seniorom został zaproponowany również masaż leczniczy - poprawiający krążenie krwi, dotleniający organizm, wzmacniający układ mięśniowy. Masaż wykonywany był przez doświadczonego technika masażyście.







Warsztaty kulinarne dla seniorów: „Pyszna kuchnia mojej babci i pieczenie wiejskiego chleba”

Stowarzyszenie Gospodyń Wiejskich w Andrychowie w dniach od 1.08.2019 roku do dnia 30.11.2020 roku realizuje zadanie publiczne: „Synergia Gospodyń Wiejskich – sposobem na lepsze życie Seniorów”. Projekt jest kontynuacją realizowanych przez Stowarzyszenie programów z obszaru pomocy społecznej w zakresie wspierania funkcjonowania społecznego oraz przeciwdziałania wykluczeniu osób starszych, współfinansowanych przez Województwo Małopolskie Stowarzyszenie poprzez realizację projektu pragnie aktywizować osoby starsze i pomóc im współuczestniczyć w życiu społecznym.

Stowarzyszenie poprzez realizację projektu pragnie aktywizować osoby starsze i pomóc im współuczestniczyć w życiu społecznym. Kuchnia, to bardzo ważny czynnik scalający rodziny. Seniorki posiadają bardzo wiele cennych przepisów swoich mam czy babć, a nawet starszych pokoleń. Poprzez warsztaty zostaną wyłonione zdrowe, naturalne potrawy, przyrządzane niegdyś przez gospodynie, a dziś skrywane w szufladach. Ponadto Seniorki podczas warsztatów piekły wiejski, naturalny chleb. Gospodynie posługiwały się staropolskimi przepisami swoich przodków, ucząc się pieczenia chleba w domowym zaciszu czy przygotowywania tradycyjnych, zdrowych potraw. Było to wspólne gotowanie staropolskich potraw, najczęściej jednogarnkowych i pieczenie swojskiego chleba z naturalnych produktów. Warsztaty odbywały się w Wiejskich Domach Kultury lub Domach Strażaka. Podczas warsztatowych spotkań gospodyni-kucharka wspólnie z uczestniczkami warsztatów gotowała potrawy z przepisów przyniesionych przez uczestniczki na warsztaty oraz z przepisów własnych. Były to oczywiście stare, sprawdzone przepisy przekazywane często z pokolenia na pokolenie przez mamy, babcie czy prababce na potrawy, które gotowały dawniej gospodynie w naszym regionie.







www.sgw.andrychow.pl

Dziękujemy za uwagę

