

aktywator

strony
ok_kulturze

ZIMNY MAJ, CZYLI WIOSENNE ODMRAŻANIE

Muminek znudzony zimą i mrokiem, który pokrył całą Dolinę Muminków, śpiewał gniewnie o swej samotności... *Do światła, ciepła, do słońca tęsknię...* I my tęsknimy za ciepłem wspólnych posiłków z rodziną i przyjaciółmi, za słońcem, którego jakby trochę mniej w ostatnich dniach... Ale pojawiają się małe światełka, które pozwalają mieć nadzieję na cieplejszą wiosnę i gorące lato. Może wkrótce uda się usiąść w jednej kuchni z babcią z drugiego końca Polski i wspólnie upichcić młodą kapustę...? Jednak już dziś, w oczekiwaniu na więcej, możemy rozmrozić małą lodóweczkę naszych propozycji (choć jeszcze nie całą zamrażarkę ;) – może się ociepli? [aż]

SPORT

Odmrażamy, dezynfekujemy, dystansujemy i pędzimy na start (boisko, kort, ściankę, co kto woli)

Za pozwoleniem: Hala nasza jest piękna, czysta, odkażona, świeżo odmalowana i wystarczająco duża, byśmy mogli w końcu pograć, poskakać i poodbijać. Dlatego (za pozwoleniem) zapraszamy do przedpandemicznych aktywności zgodnie z rozkładem zajęć w hali sportowej i na Orliku. Mamy płyny, mamy ozon, damy radę. Nasi animatorzy umieją liczyć, więc jeśli liczba zawodników przekroczy wartość krytyczną, będą wprowadzać ruch wahadłowy. Liczymy na państwa rozsądek i wyrozumiałość. Za pozwoleniem: wracamy do roboty.

KULTURA

Skrzypce, gitary w dłoń! – Ruszają indywidualne lekcje nauki gry na instrumentach: warunki pozwalają nam zachować sterylność i socjalny dystansing, więc zapraszamy – nareszcie przechodzimy z zooma do rzeczywistości. Miejmy nadzieję, że już niedługo będziemy mogli zakrzyknąć: pędzle w dłoń!

WAKACJE

Szykujemy się do **Lata w mieście i na wsi** w maseczkach i oparach płynu dezynfekującego

Tegoroczne atrakcje, jak i wszystko inne wokół, będą inne, zdystansowane i ostrożne. Zaproponujemy wam, drogie dzieci, zabawę, miły czas i dużo ruchu na świeżym powietrzu w takim oto trybie:

- **stacjonarne warsztaty artystyczne**, zabawy edukacyjne, obiadek i miłe towarzystwo w świetlicach w Domaniewie, Owczarni i Otrębusach, w grupach 15-osobowych. Termin: od 29 czerwca do 31 lipca. Turnusy tygodniowe. Cena: 300 zł za tydzień (atrakcje, opieka, obiad, ubezpieczenie);
- **półkolonie koszykarskie** w Miejskiej Hali Sportowej. Termin: od 29 czerwca do 10 lipca. Cena: 300 zł za tydzień (atrakcje, opieka, obiad, ubezpieczenie);
- **półkolonie sportowe** na Orliku. Termin: 13–17 lipca. Cena: 300 zł za tydzień (atrakcje, opieka, obiad, ubezpieczenie);
- **półkolonie chórálne** w Owczarni. Termin: 10–14 sierpnia. Cena: 300 zł za tydzień (atrakcje, opieka, obiad, ubezpieczenie);
- **półkolonie muzyczno-wokalne** w Owczarni. Termin: 17–21 sierpnia. Cena: 300 zł za tydzień (atrakcje, opieka, obiad, ubezpieczenie).

Prócz tego dla miłośników wypraw krajoznawczych:

- **obóz włóczykijowsko-akrobatyczny** w Górach Stołowych w towarzystwie znanych i lubianych trenerów z OKeja. Termin: 2–12 sierpnia. Ilość miejsc bardzo ograniczona. Miejsce: Pensjonat Misiówka w Borównie. Cena: 1400 zł.

Jak zwykle – będzie OKej! [A50]

OTWARTY KONKURS PLASTYCZNY WIDOK Z MOJEGO OKNA



Gminny Ośrodek Kultury OKej w Brwinowie
zaprasza dzieci, młodzież i dorosłych
do wzięcia udziału

**w otwartym konkursie plastycznym
WIDOK Z MOJEGO OKNA**

na Wasze prace – maksymalnie dwie jednego autora
(malarstwo, rysunek, grafika, collage lub digital art)

czekamy do 19 czerwca!

decyduje data otrzymania przez Organizatora pracy konkursowej

Prace wykonane za pomocą technik cyfrowych oraz zeskanowane/sfotografowane prace wykonane technikami tradycyjnymi, o ciężarze do 10 MB, należy wysłać drogą elektroniczną na adres ok@ok.brwinow.pl, powyżej 10 MB – za pośrednictwem serwisu wetransfer.com na ten sam adres. Fotografie/skany prac powinny przedstawiać pracę w całości oraz wybrane detale – w sumie do 5 plików. Chętne osoby mogą przysyłać prace papierowe lub wykonane na dowolnych podobrazach (format maksymalnie B2) na adres Gminnego Ośrodka Kultury OKej (Wilsona 2, 05-840 Brwinów). Do prac należy dołączyć kartę zgłoszenia ze strony ok.brwinow.pl (plik *zgloszenie.pdf* lub *zgloszenie.docx*). Przy pracach dostarczanych pocztą lub kurierem w karcie należy wskazać adres mailowy do kontaktu.

To najważniejsze informacje z regulaminu konkursu, całość można znaleźć w aktualnościach na naszej stronie ok.brwinow.pl. Serdecznie zapraszamy do udziału :)



Od Kuchni...

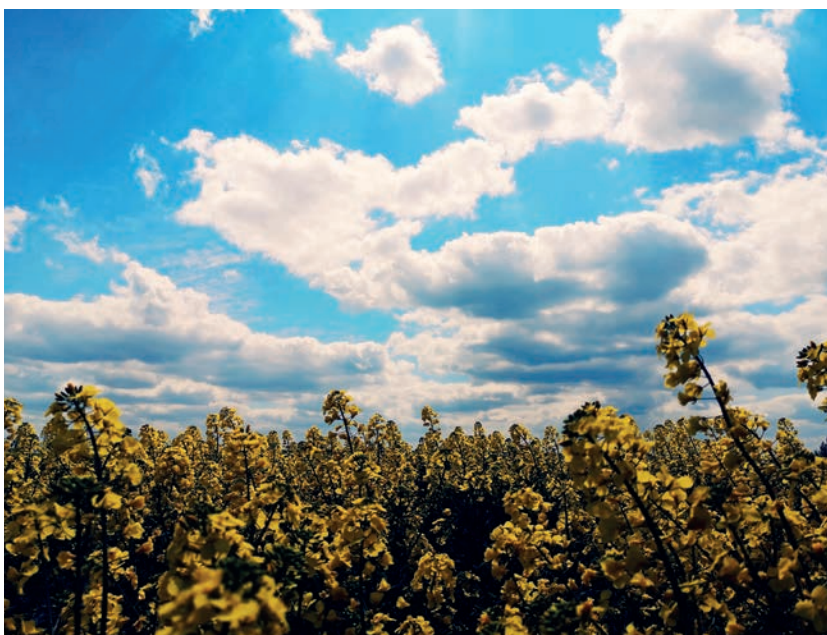
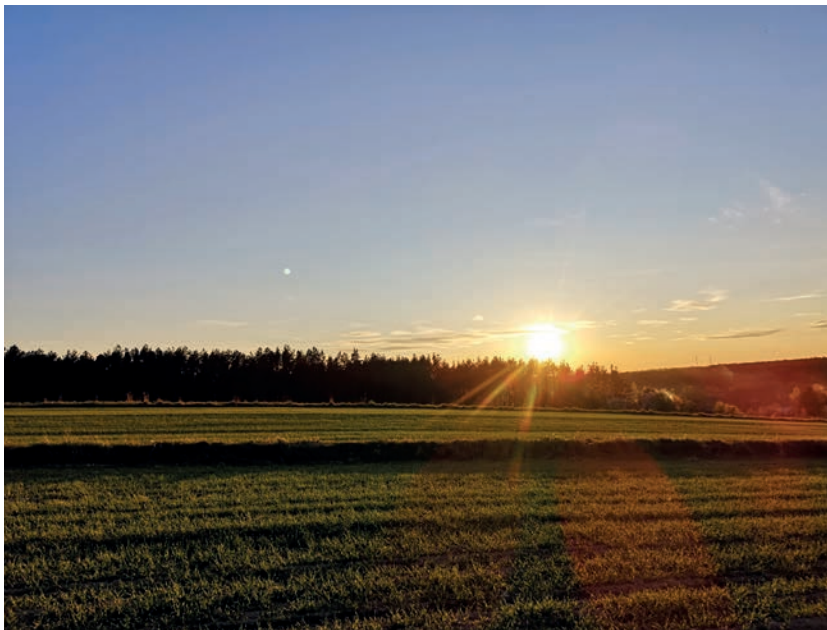
MICHAŁ HABER

Caputium, czyli główka

Główka z koroną niby na czasie, ale my obejdziemy się bez.

Zadomowiła się u nas już w XIV wieku, znacie ją z różnych odston: kiszona, w bigosie, jako główny składnik surówki coleslaw, popularna w zupach (kwaśnica, kapuśniak), potłuczona i przyłożona zmniejsza bólczki związane z karmieniem piersią. O jej bytności w przysłowiach i powiedzeniach nie wspomnę. Ma też swój wkład w meteorologię. Tak, kapusta! Nowalijki nowalijkami, ale kapusta młoda to dopiero sezonowość! Nawet szparagi, które teraz też prym wiodą, wymiękają...

Jej stolicą w Polsce jest Charsznica, gdzie co roku odbywają się Dni Kapusty (ciekawe, czy w tym roku wirus nie pokrzyżuje planów).



Chce nam się ludzi, chce nam się słońca, chce nam się normalności i tradycyjnej o tej porze kuchni. Dlatego moje smaki prą właśnie ku kapuście. Zatem do dzieła z tym warzywem prozdrowotnym (kiszona to nieocenione źródło witaminy C). Choć sposobów na „młodą” jest wiele, wybrałem taki swój, z mięsem.

Młoda kapusta z mięsem i koperkiem

- *główka młodej kapusty, najlepiej dwie, bo jej w trakcie ubywa (bo jak to w powiedzeniu: co dwie głowy, to nie jedna)*
- *2-3-4 cebule, w zależności od wielkości :)*
- *3-4 ząbki czosnku*
- *masło klarowane (wg zapotrzebowania, na oko)*
- *dużo koperku (nie piszę ile, ale sporo, wg uznania, co najmniej pęczek)*
- *mięso cielęce lub z łopatki wieprzowej (niektórzy dają żeberka), hmmm, ile dacie, to będzie, ale pamiętajcie, że kapusta najważniejsza*
- *w wersji normalnej 2-3 łyżki masła klarowanego i prawie tyle samo mąki, w wersji FIT nic, będzie rzadsza, przy dłuższym gotowaniu i bez przykrywki sok trochę odparuje*
- *sól, pieprz*
- *opcjonalnie ziele angielskie i liść laurowy do mięsa*
- *wrzątek*

Mięso pokroić na gulaszowe kawałki (żeberka rozdzielić na jak najmniejsze części) i podsmażyć na maśle w dość wysokiej temperaturze. Obracać. Gdy zaczną się brązować, dodać poszatowaną cebulę i chwilę smażyć razem, niech pochłonie tłuszcz i soki. Podlać wrzatką, by nie przywierało. Dusić pod przykryciem z 15-20 min i podlewać WRZĄTKIEM w razie konieczności. Co do kapuchy są dwie szkoły, jedna parzenia wrzatką poszatowanej *caputium* i odsączenia lub bezpośredniego użycia poszatowanej, jak chcecie. Tak czy siak trzeba teraz wszystko połączyć i dusić pod przykryciem aż do miękkości mięsa (w zależności od ilości płynu dobrze byłoby nadmiar odparować). Posolić, popieprzyć. Robimy zasmachę: dwie łyżki masła roztopiamy na patelni, dodajemy mąkę na tyle, by zrobiła się masa. Mieszając, czekamy, aż się zetnie i trochę zmieni kolor. Dodajemy do kapusty z mięsem, zagotowujemy. Dodajemy pół koperku, mieszamy. Resztę koperku dodajemy po wystygnięciu całości.



Smacznego!