



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Operacja realizowana jest przez Kujawsko-Pomorski Ośrodek Doradztwa Rolniczego, współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Schematu II Pomocy Technicznej „Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich” Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020. Instytucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 - Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi

### **Program wyjazdu studyjnego**

## **„Pszczółka lubi zioła – innowacyjne metody profilaktyki prozdrowotnej z wykorzystaniem apiterapii i fitoterapii”**

**Termin: 10.06.2024 – 14.06.2024**

#### **1 dzień**

5:30 – 6:00 zbiórka, sprawy organizacyjne – Włocławek, parking pod Halą Sportową OSiR „Hala Mistrzów”, Aleja Fryderyka Chopina 8, 87-810 Włocławek

6:00 – 10:00 przejazd do miejscowości Utniki, gmina Grabów nad Pilicą, powiat kozieniecki, województwo mazowieckie

10:00 – 13:00 – wizyta studyjna – Akademia Apiterapii Medycznej i Ziołolecznictwa im. Bogdana Kędzi, Łukasz Karol Uliasz, tel. 798 039 144, email: [lukaszkarol@vp.pl](mailto:lukaszkarol@vp.pl), Utniki 5 26-902 Grabów nad Pilicą,

Część teoretyczna, wykład – prezentacja ogólna:

1. Apiterapia w codziennej praktyce pszczelarza i konsumenta – klienta.
2. Zioła i leki naturalne stosowane u pszczół i ludzi.

Przerwa kawowa (kawa, herbata, zimne napoje, ciasto)

Część praktyczna:

Pokaz uli, prezentacja historyczna, bartnictwo, warsztaty praktyczne (przyrządzenie naturalnych, ziołowych leków dla pszczół i sposoby ich aplikowania: na ramki, do podkurzacza, do syropu zimowego).

13:00 – 19:00 Przejazd do miejsca noclegowego, na trasie - obiad

19:00 – 19:30 Zakwaterowanie – Hotel Garden\*\*\*, ul. Jana Kilińskiego 38, 08-110 Siedlce

19:30 Kolacja, nocleg.

## **2 dzień**

7:00 – 8:00 Śniadanie w miejscu zakwaterowania

8:00 – 8:30 Wykwaterowanie

8:30 – 10:00 Przejazd do Podlaskiego Ogrodu Ziołowego Centrum Edukacji Przyrodniczej, Koryciny 73b, 17-3150 Grodzisk, Natalia Gawrysiuk, tel. 601 748 051, e-mail: [edukacja@ziolowyzakatek.pl](mailto:edukacja@ziolowyzakatek.pl), nocleg i wyżywienie, p. Manager tel. 661 586 449, e-mail: [biuro@ziolowyzakatek.pl](mailto:biuro@ziolowyzakatek.pl)

Wizyta studyjna - Podlaski Ogród Ziołowy Centrum Edukacji Przyrodniczej, Koryciny:

10:00 – 11:00 Projekcja filmu: Produkcja firmy Dary Natury. Po obejrzeniu filmu - degustacja kilku produktów firmy.

11:00 – 12:00 Spacer po Podlaskim Ogrodzie Ziołowym z przewodnikiem, historia obiektu, gawęda o ziołach miododajnych, właściwości miodów pozyskiwanego z pożytków ziołowych, apiterapia, aromaterapia.

12:00 – 13:00 Czas wolny

13:00 – 14:00 Obiad – dania regionalne z ziół

14:00 – 15:00 czas wolny

15:00 – 16:00 Warsztaty komponowania przypraw. Omówienie właściwości niektórych ziół w podziale na grupy ze względu na ich walory smakowe. Wykorzystanie przez uczestników zdobytej wiedzy do skomponowania własnej przyprawy. Każdy z uczestników zabiera przygotowaną przez siebie mieszankę.

16:00 – 19:00 Czas wolny

19:00 – 20:00 Kolacja – dania regionalne z dodatkiem ziół jako element fitoterapii.

Nocleg w Podlaskim Ogrodzie Ziołowym Centrum Edukacji Przyrodniczej

## **3 dzień**

7: 00 – 8:00 Śniadanie

8:00 - 8:30 – Wykwaterowanie

8:30 – 11:00 – Przejazd do Krainy Rumianku (Hołowno 66, 21-222 Podedwórze, gm. Podedwórze, powiat parczewski. Województwo lubelskie, tel. 533 799 886, Gabriela Bilkiewicz tel. 510 641 258, e-mail: [kraina.rumianku@gmail.com](mailto:kraina.rumianku@gmail.com)

11: 00 – Wizyta studyjna w Krainie Rumianku

11:00 – 13:00 Powitanie przez pracowników w strojach ludowych, poczęstunek i prezentacja etapów tworzenia wioski tematycznej

13:00 - 14:00 Obiad : zupa żebraczki Anastazji ( pokrzywa, lebioda, warzywa korzeniowe, krwawnik, kolendra) z grzankami , mielone z buraczkami i mizerią

14:00 -16:00 Warsztaty ceramiczno-garncarskie

16:00 – 19:00 Zwiedzanie Ekologicznego Ogrodu Ziołowego połączone z warsztatami w Manufakturze Zielarskiej „Zioła w kuchni, kosmetyce i medycynie ludowej”

19:00 -20:00 Występ zespołu obrzędowego Rumenok – spektakl w lokalnej gwarze „Szeptucha i czmut” (tematyka – zbieranie ziół, ziołolecznictwo w kulturze i obrzędowości ludowej)

20:00 – 22:00 lub dłużej .....Biesiada w stodole w programie:

- dania, przystawki i napoje regionalne z dodatkiem ziół
- tańce i zabawy integracyjne pod kierunkiem animatora kultury
- seans „Aromaterapia z herbatkami ziołowymi” oraz pobyt w grocie solnej

Nocleg – Kraina Rumianku

#### **4 dzień**

7:00 – 8:00 Śniadanie

8:00 – 8:30 Wykwaterowanie

8:30 – 10:00 Przejazd do Pszczeliej Woli (Zespół Szkół Rolniczych Centrum Kształcenia Zawodowego

Pszczela Wola 9, 23-107 Strzyżewice, tel. 81 562-80-76, email:

[sekretariat@pszczelawola.edu.pl](mailto:sekretariat@pszczelawola.edu.pl), Tomasz Kędziora wicedyrektor ZSR CKZ w Pszczeliej Woli, tel. 500260760

10:00 – 14:00 Wizyta studyjna w Zespole Szkół – Technikum Pszczelarskim w Pszczeliej Woli

10:00 Przywitanie uczestników, kawa, herbata, ciasto

10: 15 Wykład na temat innowacji w pszczelarstwie ze szczególnym uwzględnieniem apiterapii

11:00 Zwiedzanie szkoły

12:00 Obiad (w szkole)

13:00 – 15:00 dalsza część wizyty studyjnej – pasieka pokazowa

15:00 – 17:30 Przejazd do miejsca noclegowego

17:30 – Zakwaterowanie – Hotel Bona\*\*\*. Ul. Białogórska 47, 38-500 Sanok

19:00 – 20:00 Kolacja w hotelu

Nocleg

## 5 dzień

7:00 – 8:00 Śniadanie

8:00 – 8:30 Wykwaterowanie

8:30 – 9:00 Przejazd do Centrum Edukacji Ekologicznej przy Nadleśnictwie Rymanów (gm. Rymanów, powiat krośnieński, województwo podkarpackie)

9:00 – 11:30 Wizyta studyjna w Centrum Edukacji Ekologicznej przy Nadleśnictwie Rymanów

- wykład na temat apifitoterapii – prof. dr hab. Małgorzata Dżugan, Zakład Chemii i Toksykologii Żywności, Uniwersytet Rzeszowski, tel. 17 872 16 19, e-mail: mdzugan@ur.edu.pl
- zwiedzanie pokazowej pasieki leśnej i ścieżki edukacyjnej
- poczęstunek (kawa, herbata, ciasto)

11:30 – 12:00 Przejazd

12:00 – 14:00 Wizyta studyjna - Podkarpacka Pasieka Ekologiczna w "Dębinie" Marek Barzyk, tel. 601 714 403, ul. Grunwaldzka 2, 38-422 Krościenko Wyżne (gm. Krościenko Wyżne, powiat krośnieński, województwo podkarpackie)

- zwiedzanie pasieki
- omówienie ekologicznego modelu funkcjonowania pasieki
- ekologiczna, lokalna strategia walki z warrozą
- prozdrowotne produkty pszczele (miód z ekstraktem z propolisu, miód z surowcami ziołowymi)

14:00 – Wyjazd

Obiad – na trasie około godz. 15:00

Podsumowanie wyjazdu – na trasie

Około godz. 23:00 -Przyjazd do Włocławka (parking pod Halą Sportową OSiR „Hala Mistrzów”, Aleja Fryderyka Chopina 8, 87-810 Włocławek)