



Esencja Krajin



Z dziejów Krajny

Po raz pierwszy nazwa „Krajna” została użyta w dokumencie z 19 listopada 1286 r. sygnowanym przez księcia wielkopolskiego Przemysława II. Zawarte tam określenie „Crayen” odnosiło się do ziem leżących pomiędzy rzekami Kamionka i Dobrzyńka, a Notecią. Był to wówczas obszar należący do Wielkopolski – położony przy granicy z Pomorzem. Stąd wzięła się etymologia nazwy, jako regionu położonego na skraju czy dalekich peryferiach państwa.

W wiekach późniejszych, aż do zaborów, tereny te tworzyły powiat nakielski. Jego naturalnymi granicami były wspomniane rzeki Kamionka i Dobrzyńka – od północy, rzeka Noteć – od południa, rzeka Gwda – od zachodu i ciąg jezior koronowskich z rzeką Brdą – od wschodu. Siedzibą starosty było Nakło.

Średniowieczny czas wojen z Krzyżakami przynosił częste najazdy i spustoszenia w infrastrukturze materialnej, jak i liczne ofiary wśród mieszkańców. Po zakończeniu wojny 13-letniej nastąpił jednak niemal 200-letni okres względnego spokoju, co zaowocowało rozwojem sieci osadniczej oraz wzrostem liczby mieszkańców. Dopiero czasy potopu szwedzkiego znów przyniosły wojenną pożogę, która wiele wsi i miasteczek doprowadziła na skraj upadku. Minęło zaledwie kilkadziesiąt lat i „wojna północna” nie tylko ponownie spustoszyła Krajnę, ale i przyniosła zarazy, które zdziesiątkowały miejscową ludność do tego stopnia, że by ożywić wyludnione osady, właściciele ziemscy zaczęli masowo sprowadzać osadników niemieckich. Licznie przybywali także Żydzi.

Okres zaborów zaczął się na Krajnie wraz z pierwszym rozbiorem w 1772 r. Prusy z miejsca przejęły wszystkie majątki królewskie, ale dla własności prywatnej zmienił się tylko adres poborcy podatków. Dopiero kilkadziesiąt lat później, po upadku Napoleona, zaczęły się dość istotne zmiany. Zaangażowanie wielu polskich właścicieli majątków ziemskich po stronie cesarza Francuzów, doprowadziło ich do ogromnego zadłużenia. By się ratować, po 1820 roku zmuszeni byli do sprzedaży licznych majątków na rzecz państwowego Banku Pruskiego. Ten, rozwijając stan posiadania niemieckiego, parcelował je pomiędzy osadników lub sprzedawał w całości. Tym sposobem w ręce niemieckie trafiły m.in. wielkie dobra wieciborsko-sępoleńskie rodu Potulickich i sypniewskie rodu Grabowskich. Proces ten postępował przez cały wiek XIX. Doprowadziło to do tego, że w początkach XX wieku na Krajnie sępoleńskiej pozostały tylko trzy duże polskie majątki – Komierowo, Skarpa i Wilkowo. Jeszcze gorzej było na Krajnie złotowskiej, gdzie po sprzedaży dóbr radawnickich (poł. XIX w.) w polskim ręku pozostała już tylko drobniejsza własność ziemska. Jedynie na Krajnie wyrzysko-nakielskiej udało się obronić więcej polskiego stanu posiadania (m.in. majątki Potulice, Samostrzel i Witostaw).



Po roku 1920 i odzyskaniu przez Polskę części Pomorza, granice podzieliły Krajnę na część wschodnią – polską i zachodnią – niemiecką. Po stronie niemieckiej pozostała cała Złotowszczyzna z wielkimi lasami kująskimi i wielu miejscowościami zamieszkanymi w większości przez ludność polską. Właśnie z podziału powiatu złotowskiego powstał polski powiat sępoleński. W ramach tzw. „opcji” z polskich obszarów Krajny wyjechało kilka tysięcy Niemców oraz większość Żydów. Ich miejsce na wsiach zajmowali osadnicy z południowej Polski. Pomimo tego na obszarach powiatów sępoleńskiego i wyrzyskiego pozostała całkiem spora i dobrze zorganizowana mniejszość niemiecka. W jej ręku, w pierwszym z wymienionych powiatów, była nie tylko większość dużych majątków ziemskich, ale i spory procent zakładów przemysłowych i rzemieślniczych. W drugim, sytuacja polskiego stanu posiadania wyglądała wiele lepiej.

Wojna w 1939 r. nie spowodowała na Krajnie wielu zniszczeń materialnych, gdyż nie miały tu miejsca żadne większe walki. Natomiast straszliwie zdziesiątkowana została polska ludność cywilna. To na Krajnie, w powiecie sępoleńskim, powstały pierwsze obozy zagłady. Takie miejsca jak: Karolewo, Radzim, Górka Klasztorna i dziesiątki pomniejszych na zawsze pozostaną symbolami niemieckiego bestialstwa w najpełniejszym tego słowa znaczeniu.

Po 1945 r. w wyniku przesunięcia granic na zachód i północ Krajna przestała być krainą przygraniczną. Dziś, po wielu różnych reformach administracyjnych, jej historyczne ziemie znajdują się w granicach powiatów: sępoleńskiego, złotowskiego, nakielskiego, pilskiego i bydgoskiego.

Dziejowe zawieruchy sprawiły, że oprócz zabytków sakralnych zachowało się bardzo niewiele obiektów z czasów przedrozbiorowych. Większość pałaców i dworów pochodzi dopiero z II połowy XIX wieku. Tylko niewiele z nich zachowało w swych murach relikty budowli wcześniejszych (Runowo, Komierowo). Sporo zabytków świeckich uległo zniszczeniu na skutek powojennego braku opieki i zaniedbań (m.in. Pęperzyn, Witostaw). Inne, do ruiny lub na skraj ruiny przywiodła likwidacja pęperów na początku lat 90-tych ub. wieku (Ostrówek, Skarpa, Radzim i in.). Celowemu zniszczeniu uległa też większość malowniczych kościołów ewangelickich (Sępólno, Więcbork, Mroczka, Sypniewo, Wąwelno i in.). Tylko niektóre przejęte przez parafie katolickie ocalały (m.in. Włóscibórz, Sitno, Pęperzyn, Iłowo).

Krajna, z uwagi na ścierające się tu różnorodne wpływy, nie posiada jakiegś jednolitej tradycji i folkloru ludowego. W gwarze mamy do czynienia np. z licznymi naleciałościami niemieckimi, wielkopolskimi czy kocięwskimi lub transformacją różnych lokalnych dialektów. Nie znamy też dokładnie pierwotnego wyglądu stroju ludowego. W różnych regionach Krajny różni się on czasem dość znacznie. Najczęściej powtarzają się konfiguracje kolorów czerwonego,





niebieskiego i czarnego. Badania nad krajeńskim folklorem i większe nim zainteresowanie pojawiło się stosunkowo późno – dopiero po powstaniu regionalnych placówek muzealnych w Nakle (1964) i Złotowie (1966) oraz skansenu archeologicznego i muzeum kultury ludowej w Osieku (1974-1992). Duży wkład w rozwój zainteresowań folklorem Krajny wniosło też wieciborskie koło hafciarskie powstałe w latach 70-tych ub. wieku. Ostatnie czasy przyniosły także wzrost zainteresowania tradycjami kulinarnymi Krajny. Wiele z nich trzeba jednak budować niemal od podstaw, gdyż na skutek dziesiątek lat zaniedbań i braku zainteresowania, a tym samym przerywania ciągłości pamięci pokoleniowej, większość dawnych przepisów uległa zatarciu.

Historyczna nazwa „Krajna” jest dziś szeroko kultywowana przez różne środowiska. Moda na regionalizm znalazła tu szczególnie szerokie odzwierciedlenie. Instytucje, tytuły prasowe, związki gospodarcze i samorządowe, stowarzyszenia społeczne – wiele z nich ma w swej nazwie przymiotniki „krajński” lub „krajnie”.

Dziś Krajna – dla przybysza z zewnątrz – kojarzy się głównie z dość czystym środowiskiem naturalnym, ciekawymi krajobrazami z licznymi wzgórzami, jeziorami, rzekami i lasami. Doceniono to już w latach 60-tych i 70-tych ub. wieku. To wtedy nad niektórymi jeziorami (Wieciborskie, Mochel, Stryjowo, Borówno i in.) zaczęły powstawać pierwsze ośrodki wczasowe dla mieszkańców dużych miast. Po przemianach ustrojowych i własnościowych lat 90-tych przemysł turystyczny znacznie się rozwinął i unowocześnił.

Dużą rolę w promocji regionu odgrywają też coraz liczniejsze prace historyczne i przyrodnicze, w tym monografie całych gmin, parafii, wybranych miejscowości wiejskich czy ciekawych zabytków. Tylko w kilkunastu ostatnich latach ukazały się takie opracowania dla gmin Nakło, Łobżenica, Kamień Krajński, Sępólno Krajnie, a ostatnio także dla gminy Mroczka. Swoje monografie mają także wsie Samsieczno, Lubcza, Wysoka Krajńska, Lutówko, pałac w Samostrzelu, parafia w Dźwiersznie Wielkim. Bogatą działalnością wydawniczą może się szczycić także Muzeum Ziemi Złotowskiej w Złotowie. Trudna do przecenienia jest też rola konferencji popularnonaukowych o Krajnie. Największymi osiągnięciami w tej dziedzinie może pochwalić się nieduża wieś Buczek Wielki w gminie Lipka, gdzie są one organizowane corocznie już od 16 lat. Jednak na wschodniej i południowej Krajnie tego typu przedsięwzięcia zdarzają się tylko sporadycznie.

Wszystkie te działania sprawiają jednak, że kulturowa tożsamość Krajny i jej różnorodne odcienie zajmują coraz ważniejsze miejsce w świadomości jej mieszkańców oraz stanowią często ciekawe odkrycie dla przybyszów z zewnątrz.



na nowo odkrywamy, co bardzo dobrze znamy

Projekt realizowany był przez Stowarzyszenie Aktywnych Społecznie w Więcborku, w okresie od lipca do grudnia 2014 roku.

Przyczyną podjęcia się realizacji działań było doświadczanie na co dzień przez mieszkańców gminy (w szczególności seniorów) wykluczenia społecznego, z powodu zanikania lokalnej aktywności społecznej na obszarze Kraju. Mając świadomość przemijania, wszechobecnej kultury nowoczesności, zanikającego dbania o dziedzictwo kulturowe i tradycje zaplanowaliśmy realizację działań z 6 partnerami projektu, Miejsko-Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Więcborku; Miejsko-Gminnym Ośrodkiem Kultury w Więcborku; 4 Kołami Gospodyń Wiejskich w Wituni, Runowie Krajeńskim, Smitowie oraz w Suchorączku.

Do udziału w projekcie, zaprosiliśmy w szczególności osoby po 60. roku życia, które mieszkają w naszej gminie. Na zaproszenie do wspólnych spotkań odpowiedziało aż 277 wiecborczan, z czego ponad połowa to właśnie seniorzy.

Dla pięciu grup uczestników przygotowano bardzo atrakcyjne i interesujące zajęcia (m.in. warsztat rękodzieła, warsztat kulinarny, wyjazdy edukacyjno-kulturalne). Wszystkie elementy zajęć zorganizowano w taki sposób, aby w jak największym stopniu na nowo odkryć piękno Naszej Krajin.

Celem projektu było zwiększenie aktywności społecznej 200 mieszkańców gminy Więcbork poprzez współorganizację i udział w działaniach promujących integrację wewnątrz- i międzypokoleniową.

Spotkania seniorów, wolontariuszy, trenerów, osób zaangażowanych w realizację projektu, jak również tych mocno dopingujących inicjatywie, pokazały, że łączy ich bardzo wiele. Zajęcia, które miały na celu integrację wewnątrz- i międzypokoleniową udowodniły bowiem, że wszyscy czują mocną więź i tożsamość z kulturą, obyczajami i historią Krajin.

Wszyscy mamy tę samą wrażliwość, pozytywnie odbieramy świat i ludzi, nie boimy się tego, co nowe, oddając hołd temu co znane i uparcie staramy się realizować marzenia – swoje i ludzi, którzy kroczą obok nas!

Projekt współfinansowany był przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej, w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.

*Izabela Szmagłinska, Izabela Piszka
Zespół Projektowy*

Patronat honorowy nad projektem objęła
Poseł na Sejm RP – Iwona Kozłowska



czy udało nam się odkryć na nowo Krajinę?





odkrywamy piękne zakątki Krajny... w Osieku nad Notecią





piękna pogoda dodawała uroku każdemu zakątkowi skansenu





odkrywamy piękne zakątki Krajny... w Złotowie





zwiedziliśmy Muzeum Ziemi Złotowskiej i kościół, odpoczęliśmy w Kujankach



W ramach projektu „Na nowo odkrywamy co bardzo dobrze znamy” odbyło się 100 godzin warsztatów rękodzielniczych skupionych wokół kilku różnorodnych technik: papieroplastyka, rattan, decoupage, batik, glina i pirografia. Spotkania odbywały się w czterech Świetlicach Wiejskich w Wituni, Runowie Krajeńskim, w Śmitowie i Suchorączku oraz w Klubie Seniora w Więcborku, prowadziło je dwóch instruktorów.

Każda z grup spotkała się pięć razy, aby w zaproponowanych przez prowadzących formach artystycznych odkryć piękno tradycyjnych form i kolorów charakteryzujących Krajnę.



kolory Krajny - warsztaty rękodzielnicze





podczas warsztatów robiliśmy piękne bukiety polnych kwiatów z papieru, wyplataliśmy koszyki,





lepiliśmy naczynia z gliny, malowaliśmy batikowe obrazy i urocze skrzyneczki na biżuterię...





teraz nasze dzieła cieszą oczy domowników



Warsztaty kulinarne miały charakter edukacyjno - praktyczny. Celem tych spotkań było przypomnienie lokalnych potraw, a następnie przygotowanie ich z zakupionych produktów, również na rynku lokalnym. Uczestnicy poprzez realizację projektu kultywowali tradycje kuchni KRAJNY, podnieśli jakość życia społeczności lokalnej, promowali i przywrócili dawne tradycje kulinarne regionu.

W ramach 80-godzinnych warsztatów przygotowywano potrawy popularne i tradycyjne dla kuchni krajeńskiej z nowoczesną nutą, takie jak: kaczką nadziewana jabłkami, zupa z dyni, zupa ziemniaczana, kluski ziemniaczane, placki ziemniaczane, potrawy z mięsa wieprzowego, potrawy ze śledzi, karp, potrawy z dodatkiem grzybów, ciasta z owocami, jabłka pieczone, chleb.

Warsztaty stały się promocją lokalnych produktów oraz możliwością przekazania wiedzy oraz rozwijania umiejętności kulinarnych uczestników projektu.



smaki Krajny - warsztaty kulinarne



Składniki

- 250 g brokułów
- 10 suszonych pomidorów w oleju
- 800 ml mąki pszennej
- 100 ml oliwy z oliwek
- 400 ml mleka
- 100 g sera gorgonzola
- 1 łyżka stołowa proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka cukru
- 1 łyżeczka soli

Wykonanie

Brokuły gotować w lekko osolonej wodzie przez 5 minut. Odcedzić i grubo posiekać. Pomidory pokroić w paseczki. W malakserze lub w misce wymieszać mąkę z proszkiem do pieczenia, cukrem i solą. Dodać mleko i oliwę, szybko zarobić ciasto. Następnie dodać brokuły i pomidory. Wypełnić ciastem wysmarowane formy do babeczek (12 otworów). W każdej babeczce zrobić wgłębienie i włożyć w nie sera gorgonzola. Piec w środkowej części piekarnika w temp. 225 °C przez 18 minut. Po wyjęciu z piekarnika zostawić je na kilka minut w foremkach do ostygnięcia. Babeczki w pudełku przechowujemy do 2 dni.



Gołąbki z kaszą gryczaną, mięsem i sosem grzybowym

Składniki

- 1 kg mięsa z łopatki
- 2 woreczki kaszy gryczanej (200 g)
- cebula
- główka białej kapusty
- 1 szklanka rosółu
- sos grzybowy z pieczarek
- sól, pieprz, majeranek

Wykonanie

Mięso z łopatki mielimy. Na patelni podsmażamy pociętą cebulę, dodajemy mięso. Dusimy około 20 minut. Gotujemy kaszę gryczaną wg przepisu na opakowaniu. Kapustę wkładamy do wrzącej wody na ok. 5 minut (liście powinny zmięknąć).

Podsmażone mięso z cebulą mieszamy z kaszą, doprawiamy solą, pieprzem i majerankiem, wyrabiamy ręką.

Liście kapusty nadziewamy farszem i zawijamy ciasno jak krokiety. Gołąbki układamy ciasno w garnku, zalewamy rosółem i gotujemy pod przykryciem ok. 15 minut. Podajemy z sosem grzybowym.





Roladki indycze ze śliwką w boczku

Składniki

- 4 suszone śliwki (bez pestek)
- 8 plasterków chudego boczku
- 4 cienkie sznycle indycze (po 150g)
- 2 łyżki oleju
- 200 ml wina białego
- 300 ml bulionu jarzynowego
- 1 pęczek szczypiorku
- 150 g gęstej, tłustej śmietany
- 3-4 łyżki jasnego zagęstnika do sosów
- świeżo starta gałka muskatołowa
- sól, pieprz do smaku

Wykonanie

Każdą śliwkę owinąć starannie plasterkiem boczku. Plastry mięsa ułożyć jeden obok drugiego na desce i lekko rozbić między dwiema warstwami folii spożywczej. Przyprawić mięso solą, pieprzem.

Na każdym plastrze mięsa umieścić śliwkę w boczku. Zagiąć brzegi mięsa do środka, zwinąć roladki. Następnie każdą roladkę owinąć plasterkiem boczku i spiąć klamerką lub wykałaczką.

Roladki obsmażyć na brązowo na mocno rozgrzanym oleju. Podlać winem. Gotować chwilę, aż alkohol się ulotni, następnie wymieszać sos z bulionem.

Dusić roladki pod przykryciem 40-50 minut. Po tym czasie wyjąć je z garnka i trzymać w cieple. Sos wymieszać ze śmietaną i zagęstnikiem. Przyprawić solą, świeżo zmielonym pieprzem i startą gałką muskatołową. Na koniec dodać do sosu pokrojony szczypiorek.

Roladki podawać z sosem i puree ziemniaczanym.

Placki ziemniaczane z twarogiem i łososiem

Składniki (4 porcje)

- 250 g twarogu śmietankowego
- 150 g creme fraiche
- 120 g łososa
- skórka starta z 1 cytryny
- 1-2 łyżki soku z cytryny
- sól, pieprz
- 1/2 pęczka koperku

Na placki ziemniaczane

- 1 kg mączystych ziemniaków
- 4 żółtka
- 8 łyżek oleju

Wykonanie

Twaróg utrzeć na gładko z creme fraiche, sokiem z cytryny, solą i pieprzem. Optukać szczypiorek, pokroić go drobno, odłożyć trochę na przybranie, resztę dodać do twarożku.

Obrane ziemniaki utrzeć na tarce o grubych oczkach. Wymieszać je z żółtkami i solą. Na małej patelni podgrzać 2 łyżki oleju, następnie nałożyć ¼ masy ziemniaczanej, rozsmarować ją równo, mocno przyciskając do dna patelni. Smażyć placki po 3-4 minuty z każdej strony, aż się mocno zarumienią. W ten sposób usmażyć pozostałe placki. Trzymać je w ciepłym piekarniku do chwili podania. Na placki nałożyć twarożek i łososa, udekorować szczypiorkiem.

Rada

Jeśli do startych ziemniaków dodamy trochę startej marchwi, placki będą miały apetyczny złocistożółty kolor. Aby placki były mocno chrupiące, smażyć je w dużej ilości oleju.



Składniki (4 porcje)

- 500 g dyni Hokkaido
- 600 g piersi z kurczaka (filety)
- 30 g masła klarowanego
- 250 g groszku
- 100 ml śmietany 30%
- 1 l wywaru warzywnego
- 1 pęczek dymki
- kilka gałązek trybuli

Wykonanie

Umytą dynię bez obierania ze skórki kroimy na pół, oczyszczamy z pestek, kroimy w krążki. Filet z piersi kurczaka po umyciu i osuszeniu kroimy w kostkę, umieszczamy w dużym garnku i obsmażamy na maśle na złotobrzązowy kolor. Przyprawiamy go solą i pieprzem, wyjmujemy z garnka. Na tłuszczu pozostałym ze smażenia podsmażamy dymkę, podlewamy ją wywarem i zagotowujemy. Dodajemy pokrojoną dynię i gotujemy na niewielkim ogniu 10-15 minut. Następnie dodajemy groszek, śmietanę i kawałeczki kurczaka. Całość gotujemy około 3 minut. Potrawę nakładamy na ogrzane talerze i posypujemy listkami trybuli.



Karp faszerowany

Składniki

- 2 karpie
- 1 kg winnych jabłek
- 3 łyżki tartego chrzanu
- 3 łyżki masła
- cytryna pokrojona w ósemki
- 1 łyżka miodu
- sok i otarta skórka z cytryny
- sól

Wykonanie

Sprawione karpie umyj, osusz, natrzyj wewnątrz i na zewnątrz solą, po czym przykryj i zostaw na 1 - 2 h. Obrane jabłka zetrzyj na grubej tarce jarzynowej, skrop sokiem z cytryny, wymieszaj z miodem, chrzanem i otartą skórką z cytryny. Tak przygotowanym farszem nadziewaj ryby, po czym każdą zaszyj lub zepnij wykałaczkami. Ryby z nadzieniem posmaruj masłem, piecz na grillu lub w gorącym piekarniku, dodatkowo skrapiając stopionym masłem.

Rybę podawaj obłożoną kawałkami cytryny.



Pieczone buraki z miodem i chleb

Składniki

- 2 średniej wielkości buraki
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżki octu balsamicznego
- 2/4 łyżeczki soli morskiej (lub 1/4 łyżeczki soli kamiennej)

Wykonanie

Umyte buraki włożyć do garnka, zalać wodą tak, by buraki były całkowicie przykryte, gotować na małym ogniu około 35 minut (sprawdzamy, czy są ugotowane). Nagrzewamy piekarnik do temperatury 180°C. Ugotowane buraki przelewamy zimną wodą i obieramy. Kroimy je w kostkę o boku 5 mm., wkładamy do naczynia żaroodpornego, dodajemy miód, sól, ocet balsamiczny, dokładnie mieszamy. Przykrywamy folią aluminiową i wstawiamy do piekarnika na kwadrans. Wyjmujemy, odkrywamy folię, delikatnie studzimy i podajemy.

Składniki na chleb

- 1 kg mąki tortowej
- 200 g łuskanego słonecznika (1 szklanka)
- 1 szklanka otrębów żytnich lub pszennych
- 1/2 - 3/4 szklanki siemienia lnianego
- 1 kostka drożdży (100 g)
- 2 łyżki cukru
- 4 łyżki oleju
- 1,5 łyżki soli
- 1 litr ciepłej wody

Wykonanie

Mąkę, słonecznik, siemię, otręby połączyć, dodać ciepłą wodę, rozdrobnione drożdże, olej. Zagnieść ciasto. Podzielić na dwie części. Włożyć do dwóch korytek wysmarowanych i posypanych mąką. Piec 1 godzinę i 15 minut w temperaturze 175 °C. Chleb wkładamy do zimnego piekarnika.

Kaczka nadziewana jabłkami

Składniki

- 1 sprawiona kaczka
- 50 dag kwaskowych jabłek
- ½ szklanki czerwonego wytrawnego wina
- sól, biały pieprz, majeranek, cynamon, tłuszcz do wysmarowania brytfanny

Wykonanie

Kaczkę umyć, osuszyć, natrzeć z wierzchu i w środku solą, pieprzem oraz majerankiem. Odstawić na co najmniej godzinę w chłodne miejsce.

Jabłka obrać, usunąć gniazda nasienne, pokroić na ósemki, posypać cynamonem. Kaczkę nafaszerować owocami, zszyć bawełnianą nicią lub spiąć wykałaczkami, ułożyć w natłuszczonej brytfannie, podać winem.

Tuszkę piec około 1,5 godziny w piekarniku nagrzanym do temperatury 180 °C. W czasie pieczenia często podlewać powstałym sosem. Kaczkę podzielić na porcje. Podawać z sosem, z kluskami drożdżowymi lub kładzionymi.



Składniki (4 porcje)

- 300 g rabarbaru
- 4 łyżki dżemu malinowego
- 2-3 łyżki cukru
- 1 łyżka soku z cytryny
- 50 g płatków owsianych
- 50 g brązowego cukru
- 50 g mąki
- 100 g roztopionego masła
- 100 g jogurtu pełnotłustego
- ½ łyżeczki cynamonu
- masło do wysmarowania foremek

Wykonanie

Piekarnik rozgrzać do 180°C (z termo obiegiem). Wysmarować masłem 4 foremki (o średnicy ok. 12 cm). Rabarbar umyć, obrać i pokroić na kawałki dł. 2-3 cm. Wymieszać z dżemem, cukrem i sokiem z cytryny. Nałożyć do foremek. Płatki owsiane zmieszać z brązowym cukrem, mąką, cynamonem i płynnym masłem. Kruszonką posypać rabarbar w foremkach. Wstawić do piekarnika na 15-20 minut. Po tym czasie wyjąć foremki i odstawić na chwilę, żeby lekko przestygły. Podawać z wymieszanym na gładko jogurtem.



Babeczki z rodzynkami

Składniki (12 szt.)

- 125 g margaryny lub masła
- 300 ml cukru (18 łyżek)
- 4 jajka
- skórka starta z 2 cytryn
- 200 g mąki pszennej
- 60 g mąki Grahama
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 200 ml rodzynek

Wykonanie

Nasmarować formę do pieczenia babeczek z 12 otworami (można też piec w papierowych foremkach na blasze – ciasta starczy na 20 takich babeczek).

Utrzeć tłuszcz i cukier na puszystą masę. Energicznie mieszając dodawać po jednym jajku i skórkę cytrynową. Cały czas mieszając wsypać obydwie mąki, proszek do pieczenia i rodzynki. Foremki napętnić ciastem.

Piec babeczki na kratce do pieczenia w dolnej części piekarnika w temperaturze 175°C przez 20-25 minut (babeczki w foremkach papierowych piec 20 minut).



Koło Gospodyń Wiejskich w Wituni

Zacząło się wszystko w roku 2001. Panie ze wsi Witunia postanowiły po przerwie rozpocząć działalność Koła Gospodyń Wiejskich. Pomoc w organizacji Koła zaoferowały panie z ościennych KGW. Pierwsze zebranie odbyło się z udziałem dużej ilości pań z naszej wsi, z czasem frekwencja zmalała i tak KGW działa do dzisiaj z małą rotacją.

W ciągu tych 13 lat odnowiliśmy naszą małą salę. Nasze panie zorganizowały wiele spotkań dla seniorów, takich jak: dzień seniora, wigilię dla seniorów. Jeszcze nigdy nie usłyszałyśmy tylu miłych słów i to nas zmotywowało do dalszych działań. Organizowałyśmy dużo spotkań z dziećmi, m.in. dzień dziecka, zakończenie wakacji, mikołajki, gwiazdkę, bale przebierańców w okresie karnawału.

Odbyły się też dwie bardzo duże imprezy pod patronatem gminy Więcbork: festyn na rzecz chorej dziewczynki z naszej wsi, na którym zebrałyśmy ponad 10.000 zł – pracy miałyśmy bardzo dużo, ale efekty nas zadziwiły; dożynki gminne w roku 2014, które odbyły się ogromnym nakładem sił wielu osób ze wsi, impreza się udała, z czego jesteśmy bardzo dumne i w przyszłości zamierzamy przygotować jeszcze większe i poważniejsze imprezy, bo potrafimy.

W naszym Klubie odbywają się ferie dla dzieci, aerobik, spotkania z Jackiem Plackiem, zabawy taneczne. Spotykamy się w naszym Kole regularnie, w każdy piątek, przy kawie i ciastkach rozmawiamy i wymieniamy się przepisami kulinarnymi.

Działalność nasza zaczęła nabierać tempa, gdy przewodniczącą Koła została pani Iwona Borowicz. Poświęca ona KGW każdą wolną chwilę i wcale nie ma tego dosyć. Efekty pracy pozwalają wykrzesać z siebie jeszcze więcej ...

Koło Gospodyń Wiejskich w Śmitowie

Koło Gospodyń Wiejskich w Śmitowie istnieje od ponad 50 lat. Pierwszą przewodniczącą była nieżyjąca już Janina Flis. Początkowo z braku świetlicy wiejskiej spotkania odbywały się w szkole. Do Koła należały prawie wszystkie mieszkanki naszej wsi. Spotkania odbywały się regularnie. Organizowane były kursy gotowania, robienia na drutach, szydełkowania, kroju i szycia.

Kursy te odbywały się również w mieszkaniach prywatnych członkiń. Gdy w 1971 roku została oddana do użytku świetlica wiejska, KGW uzyskało nowe miejsce do spotkań. Członkinie KGW w Śmitowie przez te lata organizowały szereg różnorodnych imprez, m.in: bale sylwestrowe, zabawy karnawałowe, imprezy dla dzieci oraz pomagały w rozprowadzaniu drobiu.

Obecnie nasze koło liczy 12 członkiń. Organizujemy imprezy okolicznościowe, ogniska dla dzieci nad jeziorem, współpracujemy z władzami gminy, radą sołecką i MGOK w Więcborku.

W skład zarządu koła wchodzi: Danuta Kasprowicz - przewodnicząca, Halina Lemańczyk - skarbnik, Małgorzata Rozpłoch - sekretarz.

Koło Gospodyń Wiejskich w Suchorączku

W listopadzie 1962 r. z inicjatywy kierowniczkich szkoły popartej większością mieszanek naszej wsi powstało Koło Gospodyń Wiejskich w Suchorączku. Przewodniczącymi Koła były kolejno: Agnieszka Bzdawka, Anna Biedrzycka, Regina Cieślak, Michałina Trzosto, Stanisława Białkowska, Bernadeta Kaczmarek oraz obecnie Emilia Kłodzińska.

W przeszłości głównym zadaniem Koła było rozprowadzanie piskląt i pasz dla drobiu. Oprócz tego prowadzono kursy i pokazy kulinarne, krawieckie, robótek ręcznych, rękodzieła, konkursy ogródków warzywno-kwiatowych i estetyki zagrody. Koło ściśle współpracowało z Gminną Spółdzielnią „Samopomoc Chłopska” za pośrednictwem Ośrodka Nowoczesna Gospodyni i Spółdzielnią Kółek Rolniczych. Organizacje te w znacznej mierze wspierały działalność Koła, także finansową.

Organizowano zabawy taneczne, z których dochód przeznaczano na dofinansowanie wycieczek krajoznawczych, zakup naczyń i sprzętu do świetlicy, dofinansowanie imprez dla dzieci i dorosłych.

Obecnie Koło współpracuje z OSP i Radą Sołecką w organizacji festynów, turnieju sołectw, zabaw sylwestrowych i innych uroczystości. Stałym punktem w kalendarzu imprez od początku istnienia są spotkania z okazji Dnia Kobiet i odwiedziny z wręczeniem kwiatka członkiniom, które ze względu na wiek i stan zdrowia są mniej aktywne.

W 2012 r. Koło przeżywało kryzys, ponieważ dużo członkiń stopniowo rezygnowało ze względu na zły stan zdrowia lub z innych powodów. Zostało nas niewiele. Udało się nam jednak zachęcić do działania kilka młodych gospodyń, z czego bardzo się cieszymy.

Koło Gospodyń Wiejskich w Runowie Krajeńskim

Brak dokładnej daty założenia Koła Gospodyń Wiejskich. Przypuszczalnie powstało ono w latach sześćdziesiątych XX wieku. Z rozmowy z najstarszymi członkiniami Koła wynika, że liczy ono około pięćdziesiąt cztery lata. Koło przewodziły panie: L. Wielowiejska, G. Antczak, T. Błażejewska, a obecnie Lidia Słoma-Jarząb.

Początkowo działalność ograniczała się do rozprowadzania drobiu i pasz, opieki nad dziećmi w okresie żniw. Panie z Koła uczestniczyły w przygotowaniu wieńców dożynkowych i organizacji dożynek wiejskich. W późniejszych latach uczyły się na kursach kroju i szycia, gotowania i pieczenia, robótek ręcznych.

W Świetlicy Wiejskiej, w której swoją siedzibę ma Koło, wyświetlano filmy fabularne, na które schodzili się mieszkańcy Runowa Krajeńskiego. W latach dziewięćdziesiątych zakres działalności Koła zmieniał się stopniowo. W tym miejscu nie sposób nie wspomnieć o pani Jadwidze Błażejczak, która zainicjowała nowy profil działalności. Propagowano działania:

- dbałość o zdrowie – panie miały możliwość skorzystania z opieki medycznej,
- wykonania badań przesiewowych i onkologicznych,
- rozwój kultury – wyjazdy do teatru,
- wycieczki do szkółek drzew i krzewów ozdobnych.

Członkinie Koła brały udział w konkursach upiększających wieś, organizowanych przez gminę Więcbork. W 2008 roku były organizatorkami gminnych dożynek oraz gospodarzem pokazów żywieniowych, w 2009 wzięły udział w konkursie pod hasłem „Estetyka Zagrody Zielono Mi”.

W latach 2012 – 2013 przystąpiły do programu aktywności lokalnej pn. „Energia Jest w Nas” realizowanego w ramach projektu systemowego pn. interAKTYWNI współfinansowanego przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Realizatorem projektu był MGOPS w Więcborku.

Obecnie członkinie uczestniczą w kolejnych projektach: „Na nowo odkrywamy co bardzo dobrze znamy” realizowanym w partnerstwie z naszym Kołem przez Stowarzyszenie Aktywnych Społecznie w Więcborku oraz w projekcie pn. „MODELOWA WSPÓŁPRACA W POWIECIE SĘPOLENSKIM” współfinansowanym przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, który realizowany jest przez Stowarzyszenie „Dorośli-Dzieciom” w partnerstwie z Gminą Sępólno Krajeńskie. Grupa członkiń uczestniczy w cyklu szkoleń pn. „Wsparcie na Starcie”, w celu zmiany struktury Koła Gospodyń Wiejskich i zawiązania stowarzyszenia.

Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Więcborku

Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Więcborku jest przyjaznym miejscem kulturalno-społecznej animacji oraz wielostronnej edukacji, zaangażowanym w życie lokalnej społeczności. Poprzez współpracę z różnymi partnerami ze środowiska lokalnego i ponadlokalnego, otwartość na wszystkie grupy społeczne, wspieranie inicjatyw oddolnych, współpracę z różnymi partnerami, jesteśmy miejscem kształtowania się społeczeństwa obywatelskiego, wzmacniając w ten sposób potencjał kulturalny, społeczny i ekonomiczny Gminy Więcbork. Otwartość na zmieniającą się rzeczywistość, wielostronną współpracę z partnerami pozwala na przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i jego skutkom. W swoich działaniach jesteśmy otwarci na współpracę z osobami niepełnosprawnymi.

Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Więcborku to przede wszystkim miejsce realizacji i rozwoju potrzeb kulturalnych mieszkańców Gminy Więcbork. Jesteśmy inicjatorem i organizatorem różnorodnych wydarzeń i działań kulturalnych, turystycznych, promocyjnych i rozrywkowych.

Pracownicy – instruktorzy artystyczni i animatorzy prowadzą zajęcia w pracowniach: teatralnej, plastycznej, wokalne, instrumentalnej, animacyjnej dla najmłodszych. Jesteśmy organizatorem koncertów, spotkań integracyjnych, imprez plenerowych, festynów, półkolonii zimowych i letnich, sztuk teatralnych, widowisk artystycznych, konkursów o zasięgu rejonowym. Nasi podopieczni biorą udział w konkursach o zasięgu wojewódzkim. Nasze sukcesy to nagrody za indywidualne kreacje aktorskie, nagrody dla wokalistów w konkursach ogólnopolskich.

Działania pracowników MGOK mają na celu dynamiczny rozwój instytucji. Cele na najbliższe lata zakładają poprawę infrastruktury kultury, ciągły wzrost liczby wydarzeń, imprez i działań kulturalnych, poszukiwanie i tworzenie nowych form aktywności kulturalnej, a także zwiększanie zasobów kadrowych i sprzętowych. W tym celu podejmujemy szereg działań związanych z pozyskiwaniem środków zewnętrznych.

Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku

MGOPS w Więcborku jest instytucją odpowiedzialną za realizację zadań z zakresu pomocy społecznej oraz kreowanie lokalnej polityki społecznej na poziomie gminy. Jest głównym inicjatorem działań o charakterze pomocowym, aktywizującym oraz integrującym różnorodne środowiska na rzecz wsparcia grup i osób zagrożonych wykluczeniem społecznym.

Fundamentem działalności Ośrodka jest realizacja zadań z zakresu pomocy społecznej poprzez:

- tworzenie warunków organizacyjnych funkcjonowania pomocy społecznej;
- dokonywanie analizy i oceny zjawisk rodzących zapotrzebowanie na świadczenia pomocy społecznej;
- przyznawanie i wypłacanie przewidzianych ustawą świadczeń;
- pobudzanie społecznej aktywności w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych osób i rodzin;
- świadczenie pracy socjalnej.

Od dłuższego czasu MGOPS inicjuje i wdraża działania ukierunkowane na obszar „aktywnej integracji” rozwijając interdyscyplinarne działania na rzecz różnych grup zagrożonych wykluczeniem społecznym na terenie gminy Więcbork (ze szczególnym uwzględnieniem działań partnerskich, łączących różnorodne lokalne zasoby gminy).

Zespół Projektowy

Izabela Szmagłinska - koordynator projektu

Izabela Piszka - animator zajęć

Joanna Romanowska - księgowa projektu

Trenerzy

Izabela Uluś - trenerka warsztatu rękodzielniczego, pedagog wychowawca pracująca w Świetlicy Środowiskowej USMIECH w Więcborku, Członek Stowarzyszenia Aktywnych Społecznie.

Maciej Łucyszyn - trener warsztatu rękodzielniczego, pedagog, starszy wychowawca-koordynator pracujący w Świetlicy Środowiskowej USMIECH w Więcborku, Członek Stowarzyszenia Aktywnych Społecznie.

Dorota Głyżewska-Fijas - trener warsztatu kulinarnego, pedagog, wychowawca nauczyciel biologii, przedmiotów gastronomicznych i hotelarskich w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Więcborku.



świąteczne podsumowania w Wituni, Suchorączku, Śmiłowie, Runowie Krajeńskim





oraz w Więcborku





PARTNERZY PROJEKTU



Patronat honorowy nad projektem - Poseł na Sejm RP – Iwona Kozłowska

egzemplarz bezpłatny

zdjęcia wykorzystane w publikacji:
wolontariusze oraz
Kan-Kan K. M. Obara

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

Publikacja jest współfinansowana ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

WIĘCBORK 2014