

Rodzinne **ogrody działkowe** idealnym miejscem na letni wypoczynek

Rodzinne **ogrody działkowe** to świetna alternatywa na spędzenie wakacji. Wiele polskich ROD podczas lata może pochwalić się całą paletą wakacyjnych imprez. W ogrodach coś interesującego znajdują dla siebie, zarówno najmłodszy, jak i seniorzy. I to nawet ci, którzy nie mają własnych działek.



Z nieba leje się żar. Słupki termometrów sięgają 40 stopni Celsjusza. Duchota w mieszkaniach jest niemal nie do wytrzymania. Dlatego ukojenie w te upalne dni można znaleźć w rodzinnych **ogrodach działkowych**, bowiem sezon wakacyjny w ogrodach odbywa się w wielu imprezach. Część ROD obchodzi swoje jubileusze. Z tej okazji w ogrodach organizowane są specjalne uroczystości, na których bardzo mile widziani są także mieszkańcy miast.

Nie trzeba jednak specjalnej okazji, aby zawitać w ROD. W wielu z nich latem mają miejsce rodzinne festyny, warsztaty fotograficzne, imprezy integracyjne dla osób niepełnosprawnych, a także wczasy dla seniorów. A czy Ty wiesz co dzieje się w rodzinnym **ogrodzie działkowym** w Twoim sąsiedztwie?

Dla małych i dużych

Dzięki współpracy ROD z przedszkolami, szkołami, domami dziecka, placówkami opiekuńczo-wychowawczymi oraz organizowanymi przez nie im-

prezjami, najmłodszy zdobywają wiedzę o zdrowym stylu życia, ekologii, rozwoju roślin, zwierząt, a także o wartości wypoczynku na świeżym powietrzu.

Jedną z tych godnych nawiązania inicjatyw był festyn dla dzieci w ROD „Sowińskiego” w Warszawie. Wśród jego uczestników były nie tylko dzieci działkowców i okolicznych mieszkańców, ale także podopieczni Domu Dziecka nr 2 im. Janusza Korczaka w Warszawie i Domu Dziecka nr 3 Ośrodka Wsparcia Dziecka i Rodziny „KOŁO” w Warszawie. W imprezie brały udział dzieci poniżej 12 roku życia.

Każde z nich zostało przywitane w ogrodzie przez wielką Myszkę Miki, a następnie wprowadzone do zabawy. Dużym zainteresowaniem cieszyły się atrakcje przygotowane przez Zarząd ROD, a wśród nich: malowanie twarzy rysunkami bohaterów z bajek, brokatowe tatusze, modelowanie baloników i nadmuchiwanie ich helem, przejażdżki na kucyku czy projekcja bajek. Co więcej, na jednej z ogrodowych działek na dzieci

czekał duży dmuchany zamek. Atrakcji nie było końca.

Na terenie ROD „Sowińskiego” odbył się również turniej piłki nożnej, zaś na zakończenie imprezy każdy jej mały uczestnik został uhonorowany medalem, a w ręce dzieci z Domu Dziecka trafiły paczki pełne słodkości i prezentów.

Podobna impreza odbyła się w ROD „Owoc Naszej Pracy” w Pszczynie (woj. śląskie). Aby przybliżyć najmłodszym historię **ogrodu, działkowcy** wystawili przedstawienie. W główne role wcielił się sami członkowie Zarządu ROD. Po części oficjalnej na najmłodszych czekała zabawa w minigolfa, kręgle, gry planszowe i malowanie twarzy. Chętni mogli wziąć udział w konkursie ogrodniczym. Na zakończenie imprezy każde z dzieci otrzymało pamiątkowy dyplom i słodycze.

Jednak rodzinne **ogrody działkowe** to nie tylko zabawa. W wielu z nich dzieci mogą zgłębiać tajemki przyrody. Jak choćby w ROD „Olszynka” w Świnoujściu, w którym w ciągu roku odbywają się lekcje przyrody dla dzieci z podstawówki. Podczas nich dzieci

mają możliwość przyjrzenia się jak rosną warzywa z reguły kupowane przez ich rodziców w sklepach lub na straganach. Mogły one także zajrzeć do szklarni z pomidorami czy zerwać prosto z krzaków truskawki i poziomki. Ponadto uczniowie mogli samodzielnie poszukać w glebie robaków, a przy pomocy lupy podglądać wędrowkę mrówek. Jak powiedziała jedna z nauczycielek - wycieczka na teren ogrodu „Olszynka” była rozszerzeniem informacji jakie dzieci zdobywały w szkole. Po lekcji w terenie dzieci miały narysować to co zaobserwowały w naturze. Następnie w ogrodowej świetlicy powstała wystawa z ich rysunków.

Inną równie ciekawą inicjatywą skierowaną do najmłodszych były warsztaty fotograficzne „Mali odkrywcy - wielkie możliwości” zorganizowane w ROD „Kadzielnia” w Kielcach. Był to efekt współpracy ogrodu z kieleckim Biurem Wystaw Artystycznych. Warsztaty przeznaczone były dla młodzieży w wieku 10 - 17 lat i realizowane w pięciodniowych turnusach. Tegoroczny plener za-

chwycił jego uczestników. Młodzież fotograficznie skupili się na utrwalaniu kwiatów i krzewów w technice makrofotografii.

Coś dla seniorów i rodziny

Rodzinne **ogrody działkowe** są także miejscem integracji pokoleń. Świadczy o tym nie tylko fakt przekazywania działek w ROD z pokolenia na pokolenie, ale także wydarzenia organizowane w ogrodzie, podczas których mogą się wspólnie bawić seniorzy i ich wnuki. Jednym z takich wydarzeń jest z pewnością festyn rodzinny „Witamy Lato”, który miał miejsce w ROD „FORMET” w Bydgoszczy. We współpracy z policją i Strażą Miejską w ogrodzie odbyły się pokazy tlesury psów patrolowo - obrotowych. Największą atrakcją, zwłaszcza dla najmłodszych uczestników imprezy, okazały się jednak przejażdżki policyjnymi motocyklami i samochodami.

Podobna impreza miała miejsce także w ROD „Przyszłość” w Sulmierzycach (woj. wielkopolskie). W III Pikniku Rodzinnym uczestniczyli działkowcy, ich rodziny

i znajomi oraz okoliczni mieszkańcy. Podczas imprezy biesiadowano na świeżym powietrzu przy własnoręcznie przygotowanych przez działkowców ciastach oraz daniach z grilla. Podczas pikniku dużym zainteresowaniem cieszyła się loteria fantowa, a na kupujących losy czekały m.in. narzędzia ogrodnicze, nasiona, nawozy, ubiór ochronny itp. Zaś główną nagrodą był rower. Ponadto podczas pikniku zbierano pieniądze na modernizację ogrodzenia i budowę ogrodowej świetlicy.

Nie wszystkim seniorom może jednak odpowiadać taki sposób wypoczynku. Dla nich Zarządy ROD przygotowały specjalną propozycję. Są nimi letnie wczas w ogrodzie tj. w ROD „Rakowiec” w Warszawie.

Uczestnikami wczasów w ROD „Rakowiec” były osoby w podeszłym wieku, w większości samotne, które nie tylko nie mają żadnych możliwości spędzenia lata poza miastem, ale często także i sił na dalsze wyjazdy. Dzięki uprzejmości działkowców seniorzy mogli spędzić dwa tygodnie w bajecznie zielonym ogrodzie w sercu Warszawy, który ma blisko 90 - letnią tradycję. W ciszy i w otoczeniu morza kwiatów, drzew i grządek regenerowali siły, spacerując starannie wypielegnowanymi alejkami ogrodu. Jednak to nie wszystko. Na wczasowiczów czekała także bogata oferta zajęć, a wśród nich: koncerty, spotkania z lekarzami i policjantami, gra w brydża oraz gimnastyka, która cieszyła się szczególnym powodzeniem.

Ruch nie tylko ma zabezpieczać nas przed negatywnymi skutkami starzenia, ale też integrować. Seniorzy przyznają, że dzięki ćwiczeniom podnosi się ich samoocena i nabierają szacunku do samego siebie. Czują, że mogą zrobić więcej i każdego dnia są sprawniejsi. Zanikają bóle, drętwienia rąk – tłumaczy Waldemar Kulej instruktor gimnastyki podczas wczasów dla seniorów w ROD „Rakowiec”.

Wczasu dla seniorów odbyły się już także w ROD „Złote Piaski” w Siedlcach. Wzięli w nich udział nie tylko „uczniowie” Uniwersytetu Trzeciego Wieku, ale także i sami działkowcy. Podczas nich seniorzy mogli uczestniczyć w zajęciach z gimnastyki, tańca, w wykładach tematycznych i w wieczornych koncertach.

- Dlaczego tu jestem? Kocham przyrodę, lubię zielen i dlatego mnie tu ciągnie, jak wilka do lasu. Jest tu bardzo estetycznie, można podziwiać pięknie utrzymane ogrody i patrzeć, jak dbają o nie ludzie. Nam ludziom III wieku potrzeba tego, by się zrelaksować – podkreśla jedna z wczasowiczek.

Ogrody bliskie ludziom

Rodzinne ogrody działkowe to także miejsce spotkań różnych środowisk. Świetnym tego przykładem jest wspólny piknik osób chorych na Alzheimera i działkowców w ROD im. 2 Armii Wojska Polskiego w Poznaniu. Była to

doskonała okazja do wymiany doświadczeń i wspólnego odpoczynku w ogrodowym zaciszu. Spokojnie to przyniosło uczestnikom wiele emocji, a osobom chorym na Alzheimera i ich opiekunom chwilę wytchnienia.

Inną równie ciekawą inicjatywą w ogrodzie była wspólna biesiada osób niepełnosprawnych fizycznie i intelektualnie oraz działkowców w ROD „Magnolia” w Kielcach. Pięknie zagospodarowany teren ogólnego użytku ogrodu był wspaniałym miejscem do spotkania. Przy muzyce, grillu, wspólnym śpiewie oraz w szczerych rozmowach można było nawiązać przyjazne relacje oparte przede wszystkim na akceptacji.

W rodzinnych ogrodach działkowych nie może także zabraknąć ruchu. Jedną ze sportowych ogrodowych imprez jest bieg, który odbył się w ROD im. J. Mazurka w Poznaniu. Zainteresowanie tym wydarzeniem było ogromne. W biegach wzięło udział aż 200 osób, które rywalizowały ze sobą na odcinkach: 500 m, 1000 m i 5000 m. Dla najlepszych na mecie czekały upominki. To świetnie pokazuje, że ruch to zdrowie w każdym wieku.

ROD to miejsce dla Ciebie

Rodzinne Ogrody Działkowe zamknięte na cztery spusty to już przeszłość. Dzisiejsze ogrody prowadzone przez PZD są nowoczesne i przyjaźnie nastawione do mieszkańców miast. Działkowcy nie tylko aktywnie angażują się w życie lokalnej społeczności, ale także sami organizują wiele wydarzeń w swoich ogrodach. Kalendarz letnich działkowych imprez jest bardzo bogaty. Rodzinne ogrody działkowe się rozwijają i zapraszają do udziału w swoim życiu wszystkich sympatyków ogrodnictwa działkowego, a mają ku temu warunki. Dzisiejsze ROD są świetnie wyposażone, m.in. w place zabaw, ławki, domy działkowca czy oświetlenie.

Polski Związek Działkowców podejmuje wiele inicjatyw, skierowanych do dzieci i seniorów. Wychowanie, edukacja, zabawa i odpoczynek - to istotne cele jego działań. Otwartość Związku na współpracę w tej dziedzinie z innymi organizacjami i placówkami, odzwierciedla się w licznych ogrodowych imprezach.

Bardzo ważne jest jednak, abyśmy w dobie nowoczesnych technologii pamiętali jak istotny i dobry dla nas i dla naszych bliskich jest wypoczynek na świeżym powietrzu. Ogrody są bowiem przede wszystkim miejscem umacniania więzi rodzinnych i stwarzają znakomitą okazję do kontaktów między pokoleniami.

Wspomniane wydarzenia w rodzinnych ogrodach działkowych to zaledwie kilka z setek, które odbywają się w ROD w całym kraju. Koniecznie zatem odwiedź ogród w swojej okolicy i dowiedz się jakie imprezy są w nim zaplanowane.



PORADY OGRODNICZE

• **Dzielimy piwonie** Wykopujemy całą roślinę i dzielimy ją tak, aby każda nowa część miała kilka korzeni i co najmniej jeden dobrze wyszkalony pąk. Nowe rośliny sadzimy płytko, tak aby pąki znajdowały się 3-5 cm pod ziemią.

• **Sadzimy cebulowe** Od połowy miesiąca sadzimy już niektóre gatunki kwiatów cebulowych – krokusy kwitnące jesienią, narcyzy, szachownice cesarskie, zimowity. Wybieramy dla nich ciepłe, osłonięte od wiatru miejsca. Wkrótce będzie można sadzić też cebulice, hiacenty, lilie, przebiśniegi, krokusy i królów wiosny – tulipany. Warto postawić na nowości odmianowe, które zachwycają linijką kształtu kwiatów i oryginalnymi kolorami. Zarówno sprawdzone odmiany o typowych dla gatunku kwiatach, jak i spektakularne rarytasy, można łatwo, szybko i tanio, zamówić w sklepie wysyłkowym tel. 22 101 34 34 (www.dzialkowiesklep.pl). Więcej o wyborze i sadzeniu roślin cebulowych można przeczytać w „Działkowcu”.

• **Iglaki wciąż w modzie** Cenimy je głównie za to, że jesienią nie zrzucają liści. Zdobią ogród zimą, są mniej wymagające od innych roślin. Z „Mojego Ogródka” można dowiedzieć się, które z nich sprawdzą się w miejscach stoniecznych i suchych albo wilgotnych i zacienionych, z jakich uzyskamy iglasty „trawnik” oraz jak łączyć te niezwykłe rośliny aby uzyskać doskonały efekt. Pamiętajmy, że sierpień to najlepszy termin na sadzenie iglaków. Rośliny po posadzeniu trzeba mocno podlać oraz cieniować.

• **Ostatnie nawożenie azotem** Kończymy je w połowie sierpnia. Późniejsze nawożenie tym składnikiem przedłuża vegetację roślin, uniemożliwiając im właściwe przygotowanie się do zimy, co skutkuje przemarzaniem. Od końca sierpnia do października stosujemy wyłącznie nawozy jesienne, pozbawione azotu. Zawierają one dużo potasu i fosforu, które zwiększają odporność roślin na mróz. Więcej na ten temat w „Działkowcu”.

• **Co ze skoszoną trawą?** Jest zbyt cenna aby ją usuwać z ogrodu! Można ją spożytkować na wiele sposobów, np. zastosowana jako ściółka zatrzymuje wilgoć w glebie, uniemożliwia kielkowa-

nie chwastom, chroni glebę przed nadmiernym ogrzewaniem się, a rozkładając się – dostarcza próchnicy. O innych sposobach wykorzystania skoszonej trawy (m.in. kompostowaniu w workach) można przeczytać w „Działkowcu”.

• **Cięcie malin** Po zakończonym zbiorze owoców malin letnich wycinamy przy ziemi pędy, które owocowały. Są one zwykle siedliskiem szkodników i chorób. Wycina się również pędy słabsze. Na 1 mb rzędu pozostawimy 10-12 nowych, silnych pędów rocznych, które przywiążemy do drutów rozpiętych na palikach, aby nie wylaływały się.

• **Złotowe nalewki i winka** Obfitość ziół zachęca do przygotowania z nich specyfików przydatnych w kuchni i domowej apteczce. W celach leczniczych warto sporządzić odpowiadnie winko lub nalewkę. Na uspokojenie polecamy winko z 50 g liści melisy i 1 butelki białego wina. Rozdrobnione liście melisy zalewamy winem i macerujemy przez 5 dni, przecedzamy, zlewamy do butelek. Pijemy kilka razy dziennie po małym kieliszku (25 ml) jako środek uspokajający, przeciwlękowy, przy migrenie, nerwicach, także w dolegliwościach miesiączkowania. Więcej na temat ziołowych winek i nalewek – w wrześniowym „Moim Ogródku”.

• **Sezon na pomidory** Nadszedł czas obfitości pomidorów i choć możemy się nimi cieszyć przez cały rok, to najbardziej tęsknimy za tymi uprawianymi latem we własnym ogródku – są pachnące i najsmaczniejsze! Z „Działkowca” można dowiedzieć się co zrobić, by sezon pomidorowy trwał jak najdłużej, jak pielęgnować odmiany sztywnoładogowe, a jak wysokorosnące, jak ciąć i usuwać liście oraz jak smacznie przetworzyć nadwyżki owoców.

• **Poplon** W sierpniu siejemy warzywa poplonowe, takie jak rzodkiewka, rzepa, koper, szpinak, rukola, rosłonka. Sadzimy też rozsądę salaty, endywi, kalarepy, kapusty pekińskiej i jarmużu. Wolne grządki po zebranych wcześniej warzywach można też obsiać roślinami na nawóz zielony – facelią, gryką, lubinem żółtym i niebieskim, peluszką, seradellą, wyką kosmatą. Więcej na ten temat w „Działkowcu”.