

SŪRUS AMATAS

Tai linksma atrakcija edukacija su druska skulptoriaus Tauro Česnulevičiaus kūrybinėse dirbtuvėse. Kodėl *druska*? O gi todėl, kad mūsų kurorto pavadinimas *sūrus*, todėl, kad tik mūsų mieste yra Druskonio ežerėlis, todėl, kad pirmasis liaudies gydytojas čia buvo Sūrutis, o žmonės, kurie vertėsi „*sūria veikla*“ buvo vadinami tiesiog *druskininkais*!

Čia rankomis liesite unikalius druskos kūrinius, čia patirsite tikrą kūrybos džiaugsmą: Labai daug druskos +daug veiksmo+ Jūsų fantazija + improvizacija = Jūsų pačių sukurtas *druskinukas*!



Kūrybinius užsiėmimus veda profesionalūs menininkai :

20 –ies metų gidės patirtį turinti, kūrybiškiausios Lietuvos gidės nominaciją pelniusi, nuolatinė idėjų generatorė menotyrininkė Aušra Česnulevičienė ir skulptorius novatorius, stebinantis savo drąsiais netradiciniais kūrybiniais sprendimais, na, kad ir akumulatoriniais gręžtuvais judantis objektas-skulptūra, kuri patys išbandysite, o prie druskos raižiniais puošto židinio pavaišinsime kvapnia mėtų arbata.

Druskos studijoje rasite ne tik druskos - tai didelė geros energijos ir nuotaikos dozė!



Papildoma savarankiška galimybė - ESKURSIJA PĖŠČIOMIS.

Kas buvo tie „druskininkai“, kodėl būtent čia, Druskininkuose, išsiveržė mineralinės versmės, kaip daktaravo Sūručiai XVIII a. - sužinosite vaikščiodami vaizdingomis Druskonio, Nemuno, Ratnyčėlės pakrantėmis. Prausitės „Grožio“ šaltinio mineraliniu vandeniu, aplankysite Druskininkų gydyklos biuvetę, kur tiesiai iš gręžinio degustuosite mineralinį vandenį.



Medikų sudėti plusai druskai

Medikė, publicistė, žurnalistė Filomena Taunytė dar 2010 m ragino pagerbti druską, kurią sveikatos mokyklų mokytojai kaip kenksmingą išgujo iš sveikuolių mitybos, susukdami galveles ne tik jiems, bet ir kai kuriems mūsų.

Šaukštais valgyti nereikia

Pagal legendą Druskininkus atrado karvės. Žmonės pastebėjo, kad jos godžiai geria kai kurių šaltinių vandenį. Paragavę pajuto sūrų skonį. Nusiprausę ir atsigėrę tokio vandens, pajuto sveikatos pagerėjimą. Taip atsirado Druskininkai, kurortas garsus ne vien Lietuvoje, bet ir daugelyje kitų šalių.

Druska nuo senų senovės žmonės gydydavo peršalimo ligas ir vandenligę. Ją naudodavo maisto produktams išsaugoti, dezinfekcijai, kompresams, kosmetikai. Ji vienas geriausių ir mažiausiai kenksmingų vidurius laisvinančių vaistų. Mūsų organizmas pats druskos pasigaminti negali, tad per dieną reikėtų suvartoti vieną arbatinį jos šaukštelį. Kelias ar keliolika dienų negaunant druskos nieko neatsitiks. Ilgiau negaunant, pradės kristi svoris, pablogės judesių koordinacija, susilpnės raumenys, kamuos mieguistumas, nes mūsų organizme sutriks druskų ir rūgščių pusiausvyra.

Druskos valgyti šaukštais nereikia. Jos pakankamai yra juodoje duonoje ir kituose produktuose. Druskos šiek tiek gali stigti vegetarams, valgantiems nesūdytus produktus. Joje esama 60 procentų chlorido ir 40 procentų natrio. Mums geriausia naudoti stambią druską.

Staigiai nukritus kraujospūdžiui pagelbės stiklinė pasūdyto vandens arba druska apibarstyta juodos duonos riekelė. Jeigu nepagelbėjo, reikia pakartoti. Turintiems žemą kraujospūdį pusryčius reikėtų pradėti suvalgant gabalėlį druska apibarstytos juodos duonos.

Veikia kaip kava

Skaudančiai gerklei padės stiklinė šiltos žaliosios arbatos, į kurią dedame šaukštelį druskos, sodos, obuolių acto arba citrinos sulčių. Galima įlašinti keletą lašų jodo tinktūros. Skalaujama keletą kartų per dieną.

Druska veiks kaip kava, jeigu atsiradus mieguistumui pačiulpsime žiupsnelį jos ir nurysime. Tokia pati procedūra pagelbės sutrikus virškinimui.

Druską galima naudoti viduriams laisvinti. Iš ryto nevalgius reikėtų išgerti stiklinę šilto pieno per pusę atskiesto šiltu vandeniu. Gėrime reikėtų ištirpinti šaukštelį druskos. Jeigu tai nepadėtų, po poros valandų patariama pakartoti. Tokios procedūros nepatinka ir mūsų organizme apsigyvenusioms kirmėlėms. O apsinuodijus maistu, reikėtų gerti porą stiklinių pasūdyto vandens ir išsivemti.

Reikalinga visiems

Druska, iš žarnyno pašalindama gleives, padeda gydyti obstrukcinį bronchitą ir net bronchinę astmą. Druskos tvarščiai padeda skaudant galvai ir susirgus sloga. Kelis kartus sulenktą marlę, pamirkytą silpname druskos ir acto skiedinyje, geriausia visai nakčiai uždėti ant skaudamos vietos. Sergant plaučių ligomis, tvarstį reikėtų dėti ant susirgimo židinio, geriausia iš nugaros pusės.

Jei padidėjęs kraujospūdis, kurį neretai sukelia inkstų ligos, druskos tvarstį reikėtų dėti iš nugaros pusės inkstų srityje.

Nervų, medžiagų apykaitos ligos, hipertonijs ir radikulitas gydomi druskos voniomis. Į 35–38 laipsnių temperatūros vonią dedama pusantro kilogramo druskos. Gydomasi kas antrą dieną. Procedūros trukmė – dvidešimt minučių. Į vonią su druska galima dėti ir vaistažolių.

Druskos vonelės kojoms tinka vyresnio amžiaus ar be patogumų gyvenantiems žmonėms. Penkiolika minučių prieš miegą pamirkome kojas karštame druskos tirpale, paskui jas perliejame šaltu vandeniu. Sustiprinsime imunitetą, sumažinsime kojų prakaitavimą, pagerinsime miegą.

Druska naikina pleiskaną. Tyrelė iš penkių šaukštų vandens ir šimto gramų druskos įtrinama į galvos odą, palaikoma kelias minutes, iššukuojama ir išplaunama šampūnu. Po tokios procedūros neliks pleiskanų, plaukai bus minkšti, blizgantys ir gražūs.

Druska naudojama masažui. Kartais, ypač kaitinantis pirtyje, ji maišoma su medumi. Tai galima atlikti ir paprastoje kaimo pirtyje.

Gėlės ilgiau nenuvys pamerkus jas į šiek tiek pasūdytą vandenį. Mano kaimynė, užauginanti labai vešlias daržoves, ypač svogūnus, retkarčiais jas laisto silpnu druskos tirpalu. Tai dar kartą patvirtina, kad druska reikalinga visiems gyviems organizmams.