Izba Pamięci wzbogaciła się o nowe eksponaty: słomiany ul ( słomiak, kószka ), kołowrotek i międlicę do lnu. Jak udało się ustalić przedmioty te pochodzą z początku XIX wieku. Kilka słów o tym, do czego służyła międlica.

Z relacji mieszkańców Janowa wiemy, że najwięcej uprawiano go przed I i II wojną światową. W latach 80- tych uprawy przestały być opłacalne i nikt już w naszej gminie nie uprawia tej rośliny pięknej, posiadającej wiele leczniczych walorów.

Co ciekawe, nazwa miesiąca – październik pochodzi od słowa paździerze. "Październik, bo paździerze baba z lnu cierlicą bierze" - to stare przysłowie ludowe. Nazwy miesięcy w polskim języku pochodzą często od czynności jakie wykonywali ludzie na wsi zgodnie z rytmem przyrody. Paździerze, to połamana i pokruszona lniana słoma. Łamania i kruszenia łodyg lnianych dokonywano za pomocą międlic. Są to jakby drewniane nożyce złożone z dwóch części – dolnej i górnej – z taką liczbą mieczy ile szpar w części dolnej. Ostrza uderzając w słomę, łamały zdrewniałe części lnianych łodyg. W ten sposób uzyskiwano włókno lniane oddzielone od drewna czyli paździerzy. Czynność tę nazywano międleniem lnu. Ta żmudna i czasochłonna czynność była wykonywana głównie przez kobiety – „babskie lato w październiku, baby mają robót bez liku”. Charakterystyczny odgłos pracujących międlic rozchodził się po Janowie w okresie jesiennym, w miesiącu, który w języku polskim nazywamy „październikiem”.

Len- Najwartościowszą częścią siemienia jest odpad z produkcji oleju lnianego czyli odtłuszczone siemię lniane mielone. Najbardziej jednak rozreklamowanym remedium jest olej lniany i jego właściwości oraz zastosowanie. To duży błąd. Również przyrządzanie mikstur z całych nasion lnu nie pozwala nam w pełni wykorzystać właściwości zdrowotnych siemienia lnianego bo najczęściej zostanie ono wydalone w całości bez ekstrakcji cennych substancji leczniczych. Dlatego sięgajmy po zmielone i najlepiej oddtłuszczone siemię lniane lub najzwyklejszy len mielony. Możemy je jeść samo lub wkomponowywać w różne potrawy. Oto len mielony – jego zastosowanie i działanie.

Siemię Lniane – właściwości zdrowotne:  
- pomaga goić wrzody przewodu pokarmowego,  
- środek przeciwkaszlowy w zapaleniu oskrzeli,  
- wspomaga leczenie astmy,  
- pomaga w leczeniu oparzeń, odmrożeń, leczy zmiany skórne, goi rany, owrzodzenia i czyraki,  
- obniża poziom złego cholesterolu,  
- obniża poziom szkodliwych bakterii jelitowych,  
- ma łagodne działanie przeczyszczające,  
- wspomaga odchudzanie,  
- stymuluje układ odpornościowy,  
- działa przeciwnowotworowo,  
- obniża poziom trójglicerydów,  
- reguluje prace jelit,  
- wspomaga trawienie,  
- dzięki zawartości kwasów omega-3 i omega-6 działa przeciwzapalnie,  
- polecany w stanach zapalnych układu moczowego,  
- polecany w chorobach autoimmunologicznych,  
- łagodzi objawy astmy,  
- działa przeciwreumatycznie,  
- zalecane na wzdęcia,  
- podgrzane i zawinięte w woreczek lniany działa jak termofor i może być używane do rozgrzewania i masaży,  
- pielęgnuje skórę, np. siemię lniane na włosy i skórę,

- zalecane w diecie obniżającej szkodliwe estrogeny…([www.wrota.pl](http://www.wrota.pl))

9.01.2016 r. naszą Izbę odwiedziła telewizja z Olsztyna. Emisja programu miała miejsce 11.01.2016r. Reporterki stwierdziły, że jest to bardzo ciekawe i sentymentalne miejsce, które warto zobaczyć. Zachęcamy wszystkich, którzy chcą poznawać historię naszej gminy do odwiedzin. Zamieszczamy też informacje na stronie internetowej szkoły- [www.szkolawjanowie.pl](http://www.szkolawjanowie.pl)