

Muzyka Mozarta i Grupa MoCarta

Grupa MoCarta działa na polskim rynku od prawie 30 lat. Od 1995 roku odczarowują i śmieją się z muzyką poważną w tle.

Czy muzykę poważną można grać niepoważnie? Można i jest to świetna zabawa. Dowodem jest ogromna popularność grupy MoCarta.

Z pierwszymi skrzypcami Grupy MoCarta – Filipem Jaślarem rozmawiała Bogumiła Zdeb z świdnickiego oddziału Radia SoVo

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2024/11/Grupa-MoCarta.mp3>

Dyskryminacja seniorów

Dyskryminacja seniorów – czy istnieje? Czy seniorzy chcą o niej mówić?

Co powoduje, że seniorzy coraz częściej spotykają się z tym zjawiskiem? Czy i jak się temu przeciwstawiać? Dlaczego seniorzy nie chcą mówić głośno, że są dyskryminowani? Na te i jeszcze wiele innych pytań odpowie nam psycholog Magdalena Foryś.

Rozmowę prowadziła Grażyna Chytła, dziękujemy za pomoc.

Źródło finansowania: Komisja Europejska w ramach projektu

Building Bridges- Civic Capital in Local Communities ze środków Komisji Europejskiej CERV „Obywatele, równość, prawa i wartości“ na lata 2021-2027.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ decydujący nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



DOJRZAŁOŚĆ NIE WYKLUCZA

ŚWIADOMY SENIOR ZNA SWOJE PRAWA I SZANUJE PRAWA INNYCH

DZIAŁANIA
REALIZUJĄ:

PRO **C**ultura


FUNDACJA KULTURY DIALOGU

Współfinansowane przez Unię Europejską Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie opiniami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ przyznający pomoc nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Kultura włączająca w biznesie

W przestrzeni publicznej słyhać wiele głosów o dyskryminacji i różnych jej formach. Dyskryminacji doświadczają lub są jej świadkami nasi czytelnicy i słuchacze.

Uczymy się jak walczyć z dyskryminacją, ale zbyt mało wiemy o kulturze włączającej, która jest „środkiem zapobiegawczym” dyskryminacji. Małgorzata Szlendak – specjalistka ds. komunikacji, z doświadczeniem pracy w obszarze różnorodności i kultury włączającej w biznesie w rozmowie z dziennikarzami Radia SoVo w Świdnicy mówi o tym czym jest kultura włączająca.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2024/09/kultura-wlacza-jaca.mp3>

Źródło finansowania: Komisja Europejska w ramach projektu Building Bridges- Civic Capital in Local Communities ze środków Komisji Europejskiej CERV „Obywatele, równość, prawa i wartości” na lata 2021-2027.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ decydujący nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



DOJRZAŁOŚĆ NIE WYKLUCZA

ŚWIADOMY SENIOR ZNA SWOJE PRAWA I SZANUJE PRAWA INNYCH

DZIAŁANIA
REALIZUJĄ:

PRO  **Cultura**


FUNDACJA KULTURY DIALOGU

Współfinansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie opiniami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ przyznający pomoc nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

W Świdnicy „Dojrzałość nie wyklucza”

Czym jest nasza tożsamość, co się na nią składa?

Jak stereotypy i uprzedzenia wpływają na nasze życie i relacje międzyludzkie?

Dyskryminacja to coś z czym mamy się godzić czy przeciwstawiać się jej?

Źródło finansowania: Komisja Europejska w ramach projektu Building Bridges- Civic Capital in Local Communities ze środków Komisji Europejskiej CERV „Obywatele, równość, prawa i

wartości“ na lata 2021-2027.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ decydujący nie ponoszą za nie odpowiedzialności.



Finansowane przez
Unię Europejską



DOJRZAŁOŚĆ NIE WYKLUCZA

ŚWIADOMY SENIOR ZNA SWOJE PRAWA I SZANUJE PRAWA INNYCH

DZIAŁANIA
REALIZUJĄ:

PRO **C**ultura



FUNDACJA KULTURY DIALOGU

Współfinansowane przez Unię Europejską Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie opiniami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej. Unia Europejska ani organ przyznający pomoc nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

W kołory grajmy dziś

Świdnica gościła rozśpiewanych seniorów z Dolnego Śląska. Siedem zespołów śpiewaczych spotkało się by zachwycić nas feerią barw, harmonią dźwięków

W kołory grajmy dziś

Świdnica gościła rozśpiewanych seniorów z Dolnego Śląska, siedem zespołów śpiewaczych spotkało się by zachwycić nas feerią barw, harmonią dźwięków

Z uczuciem do pamięci – poćwicz z nami swoją pamięć

Masz dobrą pamięć a może chcesz mieć jeszcze lepszą? Czy wiesz, że można trenować pamięć? Pomoże Ci w tym nasz gość.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/02/trening-pamiec-i-gotowy.mp3>

[Test pamięci](#)

[Senioralny test pamięci](#)

19 września – Święto Emotikonów :-)

19 września 1982 roku o godzinie 11.43 profesor Scott Fahlman, informatyk z Carnegie Mellon University w Pittsburgu napisał taką wiadomość w uniwersyteckiej sieci: „Proponuję, aby żart zaznaczać za pomocą :-)”

I tak narodził się emotikon...

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/09/emotikony.mp3>

Zobacz listę emotikonów:

https://pl.wikipedia.org/wiki/Lista_emotikon%C3%B3w

SONDA: Wspomnień czar – pierwszy dzień szkoły obecnie i kiedyś

Czy pamiętasz swój pierwszy dzień w szkole? Szkoła to ważny etap życia każdego z nas, każdy też ma własne spojrzenie na lata szkolne, inaczej przeżywał swoje pierwsze kroki w szkole.

Posłuchaj wspomnień naszych gości

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/09/Sonda-Swidnica-pierwszy-dzien-szkoly.mp3>

2 rocznica agresji na Ukrainę

Mijają 2 lata od agresji Rosji na Ukrainę. Wojna trwa, a każdy dzień przynosi kolejne ofiary.

24 lutego o godzinie 5 rano Rosja zaatakowała Ukrainę! Po aneksji Krymu, Ługańska i Donbasu wojska rosyjskie przekroczyły granice państwa atakując Kijów i inne miasta. Nie mogąc zdobyć celów wojskowych, bombardują miasta, szpitale, obiekty kultury, w których chronią się ludzie ze zburzonych domów, dokonują okrutnych aktów ludobójstwa, giną kobiety i dzieci... blokują pomoc humanitarną, ludzie w oblężonych miastach umierają z pragnienia i głodu...

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/03/Ukrainat-poprawyony.mp3>

SONDA: Statystowanie, rajdy i ryk silników, czy kanapowe lenistwo? Jak spędzamy czas wolny?

Czas wolny to coś o czym marzymy w chwilach największego natężenia obowiązków. Jak wypoczywamy najchętniej? Czy wypełnia je nasze hobby a może „słodkie lenistwo”? John Lennon

powiedział „Jeśli marnowanie czasu daje Ci radość, to nie jest to czas zmarnowany” Ciekawe jest co powiedzą nam o tym mieszkańcy naszego miasta?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/10/czas-wolny-poprawiony.mp3>

Koalicja czyli ludzie, którym się chce...

. . . działać na rzecz seniorów, w trosce o ich zdrowie i aktywizację społeczną. Tak robi się to w Świdnicy.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/01/koalicja.mp3>

<https://www.rkzs.org/>

Byłam wnuczką, jestem babcią. Z najlepszymi życzeniami dla wszystkich babć

Dzień Babci, piękne święto, wzruszające chwile i wspomnienia o naszych babciach. Czy jesteśmy podobne do nich, czy różnimy się ?

Czy nasze wnuki kochają nas tak jak my kochaliśmy swoje babcie?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/01/Babcia-gotowyM J.mp3>

Święty Mikołaj – wszystkiego najlepszego w Mikołajki!

Święty Mikołaj- czekamy na jego wizytę od szóstego grudnia aż do świąt Bożego Narodzenia> I pewnie każdy z nas ma nadzieję, że będzie nas odwiedzał z prezentami zawsze bo to takie miłe, ciepłe święto.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/12/Sw.-Mikolaj.mp3>

**Gwiazdor, czy Mikołaj?
Moczka, czy makiełki?
Posłuchaj o tradycjach
wigilijnych**

Czy wiesz co to moczka albo makiełki? Komu prezenty przynosi Gwiazdor? Posłuchaj naszej audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/12/Swieta.mp3>

Małować każdy może...odkryć talent w każdym wieku

W projekcie „Ty i ja – moja i Twoja historia odnowa” wzięli udział w plenerze artystyczno-malarskim seniorzy z subregionu wałbrzyskiego. Uczyli się, integrowali i miło spędzili czas w urokach pałacu w Morawie. Niektórzy odkryli swój talent i i zrealizowali młodzieńcze marzenia o wielkim malarstwie.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/09/malarze.mp3>

R0Dos czyli Rodzinne Ogródki Działkowe ogrodzone siatką

Kto z nas nie marzy o R0DOS? Szczęśliwi posiadacze ogródków działkowych nie muszą marzyć, bo wakacje spędzają na R0Dos. Praca i wypoczynek na działce są teraz coraz bardziej popularne. A my zapraszamy do świdnickich ogrodów działkowych

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/06/R0Dos.mp3>

[Artykuł o R0Dos w Tygodniku Polityka](#)

Sezon ogórkowy

Mamy wakacje, „sezon ogórkowy” no i temat „ogórkowy”. Może z nudów posłuchasz propozycji na sezon ogórkowy naszych dziennikarzy ze Świdnicy?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/08/sezon-1.mp3>

Projekt „Szczęśliwy Senior” czyli jak szukałyśmy siebie

W pięknym pałacu w Morawie piętnaście senierek miało wspaniałą okazję by „odnaleźć siebie w sobie”. To było niesamowite wydarzenie dla wszystkich uczestniczek – zarówno słuchaczek jak i menterek.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/07/Odnalezcie-siebie.mp3>

<https://www.morawa.org/historia>

<https://www.facebook.com/pages/category/Non-Governmental-Organization-NGO-/Fundacja-Via-Salutis-102558417998508/>

15 - lecie Świdnickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Świdnicki Uniwersytet Trzeciego Wieku świętuje w tym roku 15-lecie swojej działalności. Żeby było z „przytupem” połączono jubileusz z XV Dolnośląskim Forum UTW.

I było pięknie

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/06/Forum.mp3>

<http://utw.swidnica.pl/>

<http://www.federacjautw.com.pl/>

[Siła w aktywności. XV Forum Uniwersytetów III Wieku, XV-lecie UTW w Świdnicy \[FOTO\]](#)

XI Przegląd Piosenki UTW Świdnica – poznaj rozśpiewane zespoły senioralne

Chyba wszyscy lubimy śpiewać i śpiewamy przy różnych okazjach. W Świdnicy śpiewaliśmy ostatnio na XI Przeglądzie Piosenki,

oj, działało się tam... Jakie zespoły utworzone przy UTW przyjechały? Jaki był temat przewodni Przeglądu i jaki repertuar dominował? Posłuchajcie naszej audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/05/kopia-got.mp3>

[Poczytaj o Przeglądzie i zobacz zdjęcia z tego wydarzenia](#)

[Zobacz film z Przeglądu](#)

Nieodparty czar zabytków

18 kwietnia obchodzimy Międzynarodowy Dzień Ochrony Zabytków

Zabytkami nazywamy nieruchomości (budynki, cmentarze), historyczne układy urbanistyczne lub krajobrazy kulturowe albo rzeczy ruchome jak np. dzieła sztuki użytkowej, obrazy, rzeźby czy znaleziska archeologiczne, które są dziełem człowieka lub związane z jego działalnością i stanowią świadectwa minionej epoki bądź zdarzenia, a których zachowanie leży w interesie społecznym ze względu na swoją wartość artystyczną, naukową lub historyczną.

Wszystkie zabytki stanowią zasoby dziedzictwa kulturowego

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/04/zabytki.mp3>

Dzikię zwierzę w mieście. Co zrobić i jak pomagać?

Poznajcie program „Dobry zwierz” realizowany przez Schronisko dla zwierząt w Świdnicy uświadamiający mieszkańcom, nie tylko Świdnicy, o bezpiecznej pomocy dzikim zwierzętom w mieście. A Wy co wiecie o schroniskach dla zwierząt, czy wiecie jak zadbać o dzikie zwierzęta w mieście? A może chcielibyście zostać wolontariuszami w schronisku?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/05/Co-slychac-w-schronisku.mp3>

[Wykaz schronisk dla zwierząt w Polsce](#)

[Schronisko w Świdnicy](#)

Kupić czy adoptować oto jest pytanie?

Kot czy pies w domu to marzenia chyba każdego człowieka, Część z nas spełnia to marzenie i decyduje się przyjąć „sierściucha ” pod swój dach. I wtedy powstaje dylemat – kupić czy adoptować, może ta audycja pomoże znaleźć odpowiedź?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/05/Schronisko-dla-zwierzat-w-Swidnicy.mp4>

Organiści – praca z instrumentem, który robi WIELKIE wrażenie

To wielkie szczęście gdy można zarabiać na życie robiąc to co się kocha, co jest pasją. Dzisiaj przedstawimy właśnie takich ludzi.

Poznajcie osoby, które grają na największym ze wszystkich instrumentów muzycznych.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/02/organista-gotowy.mp3>

17 listopada – Międzynarodowy Dzień Czarnego Kota

Czy czarne koty naprawdę przynoszą pecha i skąd się wzięły takie uprzedzenia? Czy wierzymy w przesady? Posłuchajcie naszej audycji

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/11/czarny-kot-tgotowyMJ.mp3>

LINKI

Czy czarny kot przynosi pecha?
<https://zooart.com.pl/blog/czarne-koty-a-przesady-czy-rzeczywi>

[scie-przynosza-pecha](#)

Przesady i symbolika czarnych kotów:
<https://petportal.pl/czarny-kot-pech-czy-szczescie-przesady-i-symbolika-czarnych-kotow-mm/>

Triathlon – satysfakcja, dyscyplina i przełamywanie własnych barier

Triathlon to dyscyplina sportu, która łączy w sobie pływanie, jazdę na rowerze i bieg. Pierwsze zawody w tym trójboju odbyły się w 1974 roku w San Diego, w Polsce dziesięć lat później w Poznaniu. Triathlon od 2000 roku to także dyscyplina olimpijska. Corocznie organizowane są serie zawodów o Mistrzostwo Świata i Puchar Świata. Polska ma spore osiągnięcia w tej dyscyplinie. W tym roku Robert Karaś ustanowił rekord na pięciokrotnym dystansie Ironman'a. Przepłynął 19 km, przejechał 900 km na rowerze i przebiegł 211 km w czasie 67 godzin, 58 minut i 1 sekundy! Dla ludzi nie związanych z tą dyscypliną to dystans i wysiłek niewyobrażalny!

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/10/triathlon-goty-projekt.mp3>

Profil na FB Roberta Karasia:
<https://www.facebook.com/profile.php?id=10004455254098>

Ważka Art Cafe – czyli marzenia się spełniają

Czy wiecie, że w naszym kraju warsztaty terapii zajęciowej i inne organizacje pozarządowe tworzą miejsca, gdzie osoby z niepełnosprawnością mogą pokazywać swoją twórczość, nabierać praktyki w obsłudze klientów i stykać się z codziennym życiem miasta? Powstają bez pomocy państwa, dzięki ludziom dobrej woli, samorządowcom, firmom, instytucjom i osobom prywatnym, którzy poświęcają mnóstwo wysiłku i pieniędzy by spełnić marzenia grupy osób niepełnosprawnych. W Świdnicy mamy kawiarnię – galerię "Ważka Art – Cafe". Posłuchajcie o tym niezwykłym miejscu i historii jego powstania.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/09/audycja-Wazka-MJ.mp3>

Profil kawiarni na FB:
<https://www.facebook.com/Wa%C5%BCka-Art-Caf%C3%A9-110522331292291/>

WTZ w Świdnicy: <http://www.wtz.swidnica.pl/>



12 sierpnia: Dzień Pracoholika – jak rozpoznać uzależnienie?

Z okazji Dnia Pracoholika rozmawiamy z psycholożką i autorką obrazków do myślenia – Anną Kędzierską. Jak rozpoznać pracoholika? Skąd się bierze to uzależnienie? Więcej w naszej audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/08/pracoholizm-gotowe.mp3>

Test uzależnienia od pracy: <http://www.psychologia.net.pl/testy.php?test=praca>

www.obrazkidomyslenia.pl

UTW Świdnica

Jesteśmy grupą radiową ze Świdnickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Przygodę z Radiem SoVo zaczęliśmy 26 maja 2021 r. Jesteśmy starszymi studentami i chcemy sprawdzić się jako lokalni dziennikarze. Wiedzy i doświadczenia w tym zakresie nie mamy wcale, jednak chęć podzielenia się wiadomościami z dużego ośrodka miejskiego i bogatego dziedzictwem kulturowym regionu daje nam twórczą moc ☐ ☐

Nasza piątka to silna grupa połączona wspólnymi zainteresowaniami, choć mamy różne zapatrywania na życie. Potrafimy się dogadać i razem dojść do celu. Nasz Uniwersytet nauczył nas, że młodym się jest tak długo, jak długo chce się uczyć i poznawać świat.

Wideo zrealizowane w ramach projektu [„Radio SoVo i UTW na cyfrowo”](#) finansowanego ze środków „Programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025”



**DOFINANSOWANO
ZE ŚRODKÓW**

**Programu wieloletniego na
rzecz Osób Starszych
„Aktywni+” na lata 2021–2025**

„Radio SoVo i UTW na cyfrowo!”

DOFINANSOWANIE

117 755,75 zł

CAŁKOWITA WARTOŚĆ

130 405,75 zł

DATA PODPISANIA UMOWY

czerwiec 2023

Klub głośnego czytania

Czytajmy głośno, czytajmy cicho, czytajmy sobie i innym, czytajmy...

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/02/ksiazka-got.mp3>

Znana/Nieznana Krzyżowa

Krzyżowa to miejscowość znana przede wszystkim z pojednania

Polsko-Niemieckiego. To tu w 1989 roku doszło do tak zwanej „Mszy Pojednania”.

Dziennikarze Radia SoVo i Słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku wybrali się na wycieczkę do Krzyżowej. To niewielka wioska na Dolnym Śląsku. Niewielka, ale z bogatą historią zwłaszcza współczesną, o czym możecie przekonać się sami oglądając relacje video z wycieczki

<https://www.krzyzowa.pl/pl/>

Wideo zrealizowane w ramach projektu [„Radio SoVo i UTW na cyfrowo”](#) finansowanego ze środków „Programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025”



 

**DOFINANSOWANO
ZE ŚRODKÓW**

**Programu wieloletniego na
rzecz Osób Starszych
„Aktywni+” na lata 2021-2025**

„Radio SoVo i UTW na cyfrowo!”

DOFINANSOWANIE
117 755,75 zł

CAŁKOWITA WARTOŚĆ
130 405,75 zł

DATA PODPISANIA UMOWY
czerwiec 2023

[O nas](#)