Makrama – sztuka ręcznego zaplatania

Zapraszamy Was do świata sznurków, węzłów i nieograniczonej wyobraźni….

Porozmawiamy o makramie – sztuce ręcznego zaplatania, która wraca do łask i zdobywa serca coraz większej liczby osób. Nie potrzeba do niej igieł, szydełek ani maszyn – wystarczą ręce, sznurek i odrobina cierpliwości. O tej sztuce opowie Sandra Rajczakowska, młoda artystka i pasjonatka makramy, która swoją pasję zamieniła w małą, ale prężnie rozwijającą się twórczość. Tworzy niepowtarzalne dekoracje, dzieli się swoją pasją na Facebooku oraz inspiruje innych, by spróbowali własnych sit w tej pięknej sztuce. Jak zaczęła się jej przygoda? Skąd czerpie inspiracje? I co sprawia, że zaplatanie stało się jej codziennością? Zapraszamy do wysłuchania audycji przygotowanej przez dziennikarzy Radia SoVo w Bytomiu.

https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2025/07/Makrama-Sandra.mp3

KOMITET DO SPRAW POŻYTKU PUBLICZNEGO
NIW Narodowy Instytut Wolności
Sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Wspierania Rozwoju Organizacji Poradniczych na lata 2022-2033
Rządowy Program Wspierania Rozwoju Organizacji Poradniczych na lata 2022–2033 Organizacje Poradnicze

---

PSONI Koło w Jarosławiu

wydało książkę o self-adwokatach. Możesz ją mieć!

Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Jarosławiu wydało książkę pod tytułem „Kiedy się odważysz. Inspirujące historie o self-adwokatach". Książka powstała w 2020 roku w ramach projektu „Usłysz głosy self-adwokatów". Autorką jest liderka Radia SoVo przy PSONI Koło w Jarosławiu dziennikarka Polskiego Radia Rzeszów Bernadeta Szczypta. Przeprowadziła ona wywiady z 13 self-adwokatami. Wśród nich jest 5 dziennikarzy Radia SoVo: Tomasz Balicki, Natalia Cencora, Krzysztof Pietluch, Sylwek Nalepa i Wojciech Gołębiowski. Rozmawiała z nimi Joanna Basiak.

https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/01/Ksiazka-gotowa-I-2021.mp3

Pod tym linkiem można posłuchać audiobooka pod tytułem „Kiedy się odważysz – inspirujące historie o self-adwokatach": http://www.psoni-jaroslaw.org.pl/aktualnosci/694-inspirujace-historie-o-self-adwokatach.

Mamy dla Was także wersję tradycyjną książki. Wystarczy napisać, czym dla Ciebie jest niezależne, samodzielne życie. Prosimy o wypowiedź nie dłuższą niż 10 zdań w tekście łatwym do czytania. E-maile należy przesyłać pod adres bernadeta.szczypta@radiosovo.pl. Na odpowiedzi czekamy do 8 lutego 2021 r do godz.24:00. Autorzy 10 najciekawszych wypowiedzi otrzymają książkę. Książkę prześlemy pocztą. Zapraszamy do udziału w konkursie.

Regulamin i szczegóły konkursu: https://radiosovo.pl/konkurs-do-wygrania-ksiazka-kiedy-sie-odwazysz-inspirujace-historie-o-self-adwokatach/