

# 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>



Sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności –  
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego  
w ramach Rządowego Programu Wspierania Rozwoju  
Organizacji Poradniczych na lata 2022-2033



---

## Strefa Relaksu – uczestnicy

# WTZ Mokrzeszów w roli prowadzących warsztaty rękodzieła

Strefa Relaksu to projekt Świdnickiego Ośrodka Kultury, który pokazał, że osoby z niepełnosprawnościami mogą być instruktorami warsztatów artystycznych i dzięki umiejętnością jakie nabywają w WTZ w Mokrzeszowie, mogą podzielić się swoimi zdolnościami z mieszkańcami powiatu świdnickiego. Zajęcia te są również doskonałą formą integracji ze środowiskiem lokalnym. A jak postrzegają takie zajęcia osoby w nich uczestniczące? O tym w przygotowanym przez nas materiale.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/05/Strefa-Relaksu.mp3>



---

## Pasja i praca w jednym – jak

# to zrobić?

O tym, jak odkryć pasję w swoim życiu i jak przenieść ją na życie zawodowe, rozmawiamy z Panią Pauliną Famiel

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/10/Paulina-Famiel-ec-rozmowa.mp3>

*Fotografia: udostępniona przez Paulinę Famiel*

Więcej informacji:

<https://pl-pl.facebook.com/paulina.famiel>

<https://www.instagram.com/paulinafamiel/?hl=pl>

---

**UWAGA! Ostatni dzień na wygranie nagród. Konkurs trwa do 20 października do godz. 21.00!**

1. Posłuchaj audycji: <https://radiosovo.pl/rekodzielo/>
2. Dodaj komentarz pod audycją
3. Spośród komentarzy spełniających wymagania konkursy 21

października 2021 r. wylosujemy 4 , które zostaną nagrodzone pięknymi dziełami pani Karoliny Gostyńskiej.

## **REGULAMIN KONKURSU**

### **§1 POSTANOWIENIA OGÓLNE**

1. Konkurs jest organizowany pod nazwą „Konkurs RĘOKODZIEŁO” i jest zwany dalej: „Konkursem”.
2. Organizatorem Konkursu jest Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną.
3. Konkurs zostanie przeprowadzony z wykorzystaniem strony [www.radiosovo.pl](http://www.radiosovo.pl) oraz profilu Facebookowego Radio SoVo – dostępne radio internetowe od dnia publikacji regulaminu do 20.10.2021 godz. 21.00.

### **§ 2 WARUNKI UCZESTNICTWA W KONKURSIE**

Uczestnikiem Konkursu („Uczestnik”) może być każda osoba fizyczna, która:

- a) nie jest pracownikiem Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną;
- b) nie jest członkiem rodziny pracownika Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną.

### **§ 3 ZASADY UCZESTNICTWA W KONKURSIE**

Zasadą uczestnictwa w Konkursie jest łączne spełnienie następujących wymagań:

1. Napisanie komentarza pod audycją pt. „Rękodzieło to moja pasja i mój sposób na życie – mówi Karolina Gostyńska”;
2. Komentarz musi merytorycznie nawiązywać do treści audycji oraz powinien być nie krótszy niż 20 znaków ze spacjami;
3. Komentarz musi być opublikowany na portalu radiosovo.pl do 20 października 2021 r. godz. 21.00.
4. Autor komentarza podaje swoje imię, lub pseudonim oraz poprawny, indywidualny adres mailowy, niezbędny do kontaktu w celu omówienia szczegółów przekazania nagrody.
5. Każdy z autorów może zamieścić tylko jeden komentarz. W przypadku większej liczby komentarzy jednego autora brany będzie pod uwagę ten napisany jako pierwszy.

#### § 4 NAGRODY

Nagrodami w Konkursie są 4 maskotki – rękodzieło autorskie pani Karoliny Gostyńskiej.

1. Zdobywcy nagród w Konkursie zostaną wylosowani spośród wszystkich autorów opublikowanych komentarzy.
2. Odbędą się cztery losowania. Los raz wylosowany nie bierze udziału w kolejnych losowaniach.
3. Celem zapewnienia prawidłowej organizacji Konkursu, Organizator powołuje komisję konkursową. Wszelkie wątpliwości dotyczące zasad Konkursu, interpretacji i postanowień tego Regulaminu rozstrzyga Organizator.
4. Zdobywcy nagród zostaną powiadomieni o wygranej pocztą elektroniczną w ciągu 5 (pięciu) dni roboczych od

zakończenia Konkursu.

5. Celem potwierdzenia chęci przyjęcia nagrody, powiadomiony Zdobywca powinien odpowiedzieć na przesłaną e-mailem wiadomość w terminie 5 (pięciu) dni od dnia wysłania powiadomienia o przyznaniu nagrody, pod rygorem przepadnięcia prawa do nagrody. W takiej sytuacji Komisja konkursowa dokona losowania kolejnej osoby kwalifikującej się do otrzymania nagrody.

## § 5 DANE OSOBOWE UCZESTNIKÓW KONKURSU

1. Warunkiem otrzymania nagród jest podanie przez Uczestnika Konkursu prawdziwych danych osobowych, tj.: imienia, nazwiska, adresu, konta poczty elektronicznej, niezbędnych do przekazania nagrody.
2. Dane osobowe Uczestnika, o których mowa powyżej, będą przetwarzane przez Organizatora w jego siedzibie w celu przeprowadzenia Konkursu, wyłonienia zwycięzców, poinformowania o nagrodzie i przekazania nagrody oraz rozliczenia podatku. Właściciel danych osobowych ma prawo do dostępu do danych osobowych i do ich poprawiania w siedzibie Organizatora. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, ale konieczne do wzięcia udziału w Konkursie.

## § 6 REKLAMACJE

1. Reklamacje dotyczące Konkursu mogą być składane przez Uczestników Konkursu za pośrednictwem, poczty elektronicznej na adres [radio@radiosovo.pl](mailto:radio@radiosovo.pl) przez cały czas trwania Konkursu, jednakże nie później niż w terminie 14 dni od daty zakończenia Konkursu.
2. O zachowaniu terminu opisanego w punkcie 1. Regulaminu

decyduje data nadania reklamacji.

3. Reklamacje wpływające po określonym terminie nie będą rozpatrywane.

## § 7 POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator ma prawo do zmiany postanowień niniejszego Regulaminu, o ile nie wpłynie to na pogorszenie warunków uczestnictwa w Konkursie, jednak tylko z ważnych przyczyn podyktowanych względami organizacyjnymi, ekonomicznymi lub prawnymi. Dotyczy to w szczególności zmian terminów poszczególnych czynności konkursowych. Zmieniony Regulamin obowiązuje od momentu poinformowania o zmianie przez publikację informacji o zmianie i zmienionego Regulaminu na stronie [www.radiosovo.pl](http://www.radiosovo.pl).
  2. Organizator zastrzega sobie prawo weryfikacji, czy Uczestnicy spełniają warunki określone w Regulaminie. W tym celu Organizator może żądać od Uczestnika złożenia określonych oświadczeń, podania określonych danych bądź przedłożenia określonych dokumentów. Odmowa Uczestnika wyklucza Uczestnika z Konkursu, o ile wątpliwości Organizatora są uzasadnione.
  3. Zgłoszenie udziału w Konkursie oznacza, iż Uczestnik Konkursu zapoznał się z treścią Regulaminu i przedmiotowy Regulamin akceptuje.
  4. Pełna treść Regulaminu jest dostępna pod adresem [www.radiosovo.pl](http://www.radiosovo.pl)
-

# **Rękodzieło to moja pasja i mój sposób na życie – mówi Karolina Gostyńska**

**Dziennikarze z grupy radiowej z Koła też mają swoje pasje. O rękodziele opowie nam Karolina Gostyńska.**

**Jeśli chciałbyś wygrać jedną z 4 prac wykonanych przez autorkę zachęcamy do wysłuchania i komentowania audycji!**

**Koniecznie sprawdź zasady konkursu i regulamin pod tym linkiem: <https://radiosovo.pl/konkurs-rekodzielo/>**

**Linki:**

<https://www.facebook.com/groups/202747648302730>

<https://www.facebook.com/szydelkoewy>

<https://www.facebook.com/groups/1942454722747950>

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/09/Karolina-Gostyńska-rekodzielo.mp3>

