

„Czy warto słuchać drugiej osoby?” pytamy psycholog Magdalenę Mojżuk

Czy warto słuchać drugiej osoby, czy w dzisiejszych czasach są rzeczy które przeszkadzają nam w słuchaniu, czy warto słuchać kogoś z kim się nie zgadzamy? O tym rozmawialiśmy z psycholog Magdaleną Mojżuk.

<https://radioovo.pl/wp-content/uploads/2022/07/29-sluchanie.wav>

Co rozumiemy przez słowo „przyjaźń”?

Co to jest przyjaźń?

Czy może być przyjaźń w małżeństwie?

Czy przyjaźń to partnerstwo?

<https://radioovo.pl/wp-content/uploads/2022/08/radio-przyjazn.mp3>

Międzynarodowy Dzień Psa – 26 sierpnia

Moim najprawdziwszym szczerym przyjacielem jest piesek mogę mu ufać bezgranicznie a Ty masz takiego przyjaciela? Osoby zainteresowane relacją między człowiekiem a psem zapraszam do wysłuchania naszej audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/08/audycja-o-psie.mp3>

linki:

[Faustyna Musiał- „A ja mam psa” \(cover\)- Studio Piosenki Ton](#)

[Alicja Tracz – Dobrze jest być psem \(cover\)](#)

[Cytaty z literatury o psach. Głośne Czytanie 2019](#)

[Etapy życia psa](#)

Spacer po zdrowie

Spacer po zdrowie czyli chodzenie dla zdrowia – świetny pomysł animatora kultury pracującego w jednym z osiedli mieszkaniowych w Adamowie, dedykowany seniorom i nie tylko, którzy uwięzieni w swoich domach nie mają odwagi na samotne wyjście, poza zakupami.



Czym jest Rada Seniorów? Do czego jest potrzebna?

Słyszeliście o radach seniorów? W całej Polsce istnieje ich już ponad 300. Oddział senioralny Radia SoVo w Legionowie

zaprasza do wysłuchania audycji, z której dowiedziecie czym są Rady Seniorów. Dziennikarze zapytali o to mieszkańców swojego miasta. Temat przybliży także Roman Biskupski, Członek Zarządu i rzecznik prasowy Ogólnopolskiego Porozumienia o Współpracy Rad Seniorów.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/09/sovo-rada-seniorow-MJ.mp3>

Więcej dowiesz się tutaj:

Rady Seniorów na Mazowszu:
<https://mcps.com.pl/polityka-senioralna/rady-seniorow-na-mazowszu/>

Podstawa prawna działania rad seniorów:
<https://sip.lex.pl/akty-prawne/dzu-dziennik-ustaw/samorzad-gminny-16793509/art-5-c>

Rady seniorów:
<https://polityka.zaczyn.org/polityka-senioralna/tematy/rady-seniorow/>

18 lipca – Światowy Dzień Słuchania

Wszyscy codziennie słuchamy, ale czy wiemy jak to robić. Wydaje nam się to prostą czynnością, ale nie zdajemy sobie sprawy z tego jak ważnym jest bycie wysłuchanym. Zapraszamy do wysłuchania wywiadu z psychologiem, przygotowanego przez oddział w Legionowie.

Dowiecie się z niego jak dobrze słucać i co daje rozmowa.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/lila-i-psycholog-po-kompresji.mp3>

15 lipca – Światowy Dzień Bez Telefonu Komórkowego

Wyobrażacie sobie życie bez telefonu? Wytrzymałibyście bez niego dobę? Do czego go używacie? Posłuchaj naszej sondy. Kiedy powstał pierwszy telefon komórkowy, ile ważył i ile kosztował? Kiedy w Polsce uruchomiono pierwszą sieć komórkową? To wszystko w audycji przygotowanej przez dziennikarzy z Nysy.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/Dzien-bez-telefonu-gotowa-MJ.mp3>



Słuchacze i słuchaczki Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Nysie

Trzeba łapać byka za rogi – mówi Joanna, która od trzech lat jest żoną i mamą

Co w małżeństwie jest trudne? A co przyjemne? Opowiedziała nam o tym Joanna Koszela z Jarosławia. Nasza bohaterka pracuje w Kuchni na Podzamczu. Jest to część Zakładu Aktywności Zawodowej prowadzonego przez PSONI Koło w Jarosławiu. Od trzech lat jest mężatką i mamą małej dziewczynki. Nasza rozmówczyni opowiedziała historię swojego małżeństwa. Dowiedzieliśmy się także jak lubi spędzać czas wolny oraz o czym marzy. Rozmowę przeprowadził Tomasz Balicki.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/06/Relacje-pani-Joanna.mp3>

Wywiad z żyrafką marzycielką Panią Pauliną Orbitowską-Fernandez ekspertką od POROZUMIENIA BEZ PRZEMOCY

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/06/ncv-calosc.wav>

Z ogromną przyjemnością przedstawiamy Państwu wywiad z Panią

Pauliną Orbitowską – Fernandez, ekspertką od POROZUMIENIA BEZ PRZEMOCY, który przeprowadzili radiowcy z WTZ Warszawa. Dzięki niemu dowiedzieliśmy się jak zamieniać przemoc w porozumienie czyli język szakali w żyrafi.

Jak stosować 4 kroki ku porozumieniu oraz czy ta metoda sprawdza się z życiu.

Jeśli chcecie dowiedzieć się więcej zapraszamy do wysłuchania audycji.

Ilustracje do audycji pobrane ze strony PIXABAY

Rockowy nauczyciel. Jak połączyć światy i budować właściwe relacje z ludźmi

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/05/Wywiad-Tomek-Kwiatkowski.mp3>

W dzisiejszym wywiadzie niezwykły człowiek. Rockmen, urodzony perkusista, pedagog, arteterapeuta oraz nauczyciel. Zapraszamy na ciepłą rozmowę z niesłychanie skromnym Tomaszem Kwiatkowskim, który opowie o różnych rodzajach relacji międzyludzkich. O tym jak radzić sobie ze stresem, o lockdownie, o relacjach podczas tras koncertowych i o swojej pasji muzycznej. Tego wszystkiego oraz jeszcze więcej dowiedziecie się słuchając naszego wywiadu.

W linku odnośnik do twórczości naszego gościa. Za perkusją Tomasz Kwiatkowski, miłego słuchania

15 maja – Międzynarodowy Dzień Rodzin

Święto Rodziny stało się inspiracją dla radiowców z Bytomskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku do prezentacji prozy i poezji w tematach ściśle związanych z rodziną. Zapraszamy do wysłuchania audycji w której znalazły się przemyślenia, refleksje i wspomnienia seniorów.

<https://radioovo.pl/wp-content/uploads/2021/05/UTW-Bytom-Swie-to-Rodziny.mp3>

Z toksycznej relacji trzeba jak najszybciej uciekać. Rozmowa z Renatą Kim

Zapraszamy do wysłuchania audycji o przemocy psychicznej w toksycznych związkach. Rozmawiamy z Renatą Kim – autorką książki *Dlaczego nikt nie widzi, że umieram*.

Renata Kim jest dziennikarką tygodnika Newsweek, szefową działu Społeczeństwo.

<https://radioovo.pl/wp-content/uploads/2021/05/Rozmowa-z-Renata-Kim-ofiary-przemocy-psychicznej.mp3>

dźwięk: Piotr Rzońca

Sonda: Twój najważniejszy list w życiu?

W dzisiejszej audycji dziennikarze Radia SoVo z PSONI w Nidzicy postanowili zadać nietypowe pytanie: „Twój najważniejszy list w życiu”? Co odpowiedzieli ich rozmówcy? Zapraszamy do wysłuchania sondy oraz zachęcamy do komentowania!

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/04/Sonda-Najwazniejszy-list.mp3>

Czy powrót do szkoły to dobry pomysł? Problemy uczniów w dobie Pandemii

Witajcie,

Zapraszamy do wysłuchania naszego krótkiej wypowiedzi z perspektywy ucznia o pandemii. Jakie problemy wynikają ze zdalnej nauki? Z jakimi trudnościami spotykają się uczniowie? Dlaczego nie powinniśmy wracać do szkoły? Odpowiedzi do zadanych pytań znajdziecie w naszym materiale.

Do usłyszenia i miłego oglądania

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/04/janus.mp4>

Relacje międzyludzkie i nie tylko – o przyjaźni...także ze zwierzętami

Zapraszamy do odsłuchania naszej audycji, w której Zygmunt – redaktor oddziału Radia SoVo w Legionowie przygotował dla Państwa krótki wiersz i zaśpiewa piosenkę o przyjaźni. Następnie nasza redaktorka Lilia opowie trochę o naszych relacjach ze zwierzętami. Zapraszamy do oglądania.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/04/relacje-miedzy-ludzkie.mp4>

Czym jest platforma komunikacyjna Discord i co ją charakteryzuje?

W dzisiejszym pandemicznym świecie każde narzędzie pozwalające komunikować się w sieci jest na wagę złota. Większość z nas zna Messengera i Zooma, ale co to jest Discord?

Redaktorzy Radia Sovo z Tczewa rozmawiali z Panem Marcinem Rompa o tym niezwykle ciekawym narzędziu. Chcesz dowiedzieć

się więcej? Zapraszamy do wysłuchania audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/04/discord.mp3>

Marcin Rompa – wieloletni wolontariusz Koła PSONI w Tczewie. Do jego zainteresowań należy: technologia, gry komputerowe , animacja, gra na gitarze elektrycznej oraz montaż filmów. Zaangażowany w wiele projektów multimedialnych z osobami z niepełnosprawnością intelektualną.

Materiały zawarte w audycji:

[Link do oficjalnej witryny Discord](#)

[Katalog tematyczny kanałów Discord](#)

Za czasów minionych gołębia byś posłał...sonda o tym jak komunikujemy się podczas pandemii

Interesuje was jak zapytani mieszkańcy Tczewa komunikują się podczas pandemii i z jakich narzędzi korzystają? Zapraszamy do wysłuchania sondy przygotowanej przez redaktorów Radia SOVO z Tczewa. Może odkryjecie jakieś nowe narzędzie jakiego do tej pory nie znaliście

Narzędzia o których wspomniano w sondzie:

[Aplikacja Signal](#)

[Aplikacja Messenger](#)

[Aplikacja Hangouts](#)

[Aplikacja WhatsApp](#)

[Aplikacja Surespot](#)

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/04/sonda.mp3>

Miłosna sonda. Czy potrafimy ubrać w słowa uczucia? Czy dla wszystkich miłość oznacza to samo?

Kochać jak to łatwo powiedzieć. W ciągu całego życia doświadczamy różnych rodzajów miłości. Bezwarunkowe oddanie drugiej osobie, poświęcenie, miłość do partnera, do dziecka, do rodziców. W naszej sondzie postaramy się odpowiedzieć na najważniejsze z pytań: co to jest miłość i co oznacza kogoś kochać? Zachęcamy Was gorąco aby każdy się zastanowił, czym dla Was jest miłość ☐

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/02/Walentynki-2021-sonda.mp3>

Co chciałbyś dostać pod choinkę? Pytamy o to z zaskoczenia naszych bliskich

Zbliżają się Święta Bożego Narodzenia i pewnie wielu z Was zadaje sobie pytanie: Co chciałbym dostać pod choinkę? A może ktoś zastanawia się co ma kupić swoim bliskim? Wyszliśmy naprzeciw takim problemom. Grupa Radiowców z Otwocka przeprowadziła sondę wśród swoich znajomych i rodziny zadając im pytanie: Co chciałbyś dostać pod choinkę? Posłuchajcie co odpowiedzieli nasi ankietowani.

<http://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2020/12/Audycja-1-radia-sovo-z-Otwocka.mp3>

Nie ignoruj przejawów przemocy! Jak reagować, jak się bronić, co czują ofiary?

Audycje o przemocy doświadczanej przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Materiały archiwalne zrealizowane przez redakcje przy WTZ w Warszawie, w Bytomiu i w Świdnicy. Audycje powstały w ramach projektu „Radio Bridge” finansowanego z programu Grundtvig Edukacja Dorosłych w 2013 roku.