

# Razem z nami wybierz zdrowy styl życia!

Wakacje to czas na „ładowanie akumulatorów”.

Po całym roku pracy, obowiązków i stresu marzymy o wypoczynku. Każdy z nas wybiera inną formę wypoczynku.

Jedni są aktywni inni oddają się słodkiemu lenistwu.

My zdecydowanie wybieramy aktywność!

Zachęcamy do wysłuchania rozmowy z fizjoterapeutką Panią Emilą Pulnar, która przekonuje, że aktywność = zdrowie.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2024/07/wywiad-z-fizjoterapeuta.mp3>



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



---

## Odjazdowy Bibliotekarz – relacja z rajdu rowerowego

Zapraszamy na wysłuchanie relacji z rajdu rowerowego zorganizowanego przez Bibliotekę Publiczną Gminy Kłobuck – Odjazdowy Bibliotekarz, który odbył się 15 lipca 2022 r. Rajd miał 18 kilometrów i prowadził od Zalewu Zakrzew do gospodarstwa agroturystycznego Pani Aliny Bułskiej w Zwierzyńcu Pierwszym. Po drodze wysłuchano opowieści leśniczego, o drzewostanie lasów, a na terenie gospodarstwa agroturystycznego – o starych obyczajach ludowych związanych

ze Zwierzyńcem.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/08/Relacja-z-Rajdu-Odjazdowego-Bibliotekarza-gotowe.mp3>

[Biblioteka Publiczna Gminy Kłobuck](#)

[Zagroda edukacyjna Zwierzyniec Pierwszy](#)