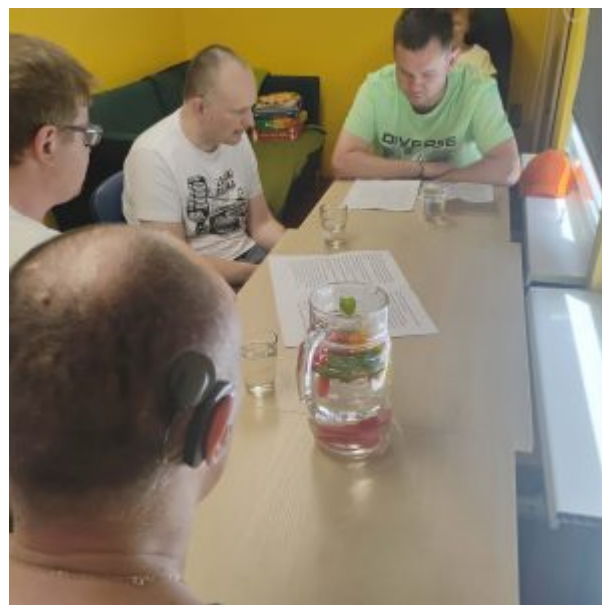


Siła Pasji – Widzieć Sercem, Słyszeć Duszą

Muzyka jest wielką pasją dla naszego gościa Stanisława Ostafińskiego, który dzięki właśnie muzyce pokonuje swoje bariery i wznosi się na wyżyny swoich możliwości. Zamiłowanie to dodaje naszemu rozmówcy sił do działania i wyzwala ogrom pozytywnych emocji, pozwala przełamywać ograniczenia związane ze sprzężoną niepełnosprawnością, z którą Stanisław funkcjonuje mimo wszystko doskonale, o czym świadczy również kolejna pasja, o której także opowie nam w naszej audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2026/07/Sila-Pasji-Widziec-Sercem.-Slyszec-Dusza.mp3>





16 września Dzień Bluesa

W Polsce 16 wrzesień to dla bluesmanów święto, dlatego – posłuchajcie wywiadu z Panem Andrzejem Łysieniem – wokalistą zespołu Blueset. A pod materiałem – niespodzianka.

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

Niepublikowana, przedpremierowa piosenka zespołu BLUESET –
BLUES NA DZIEŃ DOBRY Z ALBUMU DROGA

https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/09/Blues_Na_Dzien_Dobry.mp3

[Strona zespołu BLUESET](#)

[BLUESET na FACEBOOKU](#)

Muzyczna pasja Pani Alicji

O swojej pasji opowie Pani Alicja Maryńczak, która w wolnym czasie śpiewa w chórze Canticum Novum.

A pod moim materiałem umieszczam linki do fanpage Facebooka oraz Youtube, do których przejrzenia zaprasza Kamila Gołaszewska z Radia SoVo z Żor.

https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/01/wywiad_chor.mp3

[KLIKNIJ->Facebook – Canticum Novum <-KLIKNIJ](#)

[KLIKNIJ->Youtube – Canticum Novum <-KLIKNIJ](#)

Grafika pobrana z:

<https://pl.freepik.com>

Żeglarsstwo

Niepełnosprawnych – ruszają zapisy na bezpłatne turnusy

Żeglarstwo to sport posiadający wieloletnią tradycję. To pasja i pomysł na atrakcyjne spędzenie wolnego czasu, także dla osób z niepełnosprawnościami. Zapraszamy do wysłuchania naszej audycji, z której dowiemy się szczegółów jak zdobyć patent i móc bezpiecznie pływać . O „wakacyjnej przygodzie na Mazurach” opowie Andrzej Szocik wiceprezes Polskiego Związku Żeglarzy Niepełnosprawnych.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/03/GOTOWE-D0-WYDANIE-ZEGLARSTWO.mp3>

Audycję przygotowały Grażyna Pelc i Jola Brzuszkiewicz, szantę śpiewa Zbigniew Murawski

www.PZZN.pl Polski Związek Żeglarzy Niepełnosprawnych

www.msz.org.pl Mazurska Szkoła Żeglarstwa



W porcie



Żeglowanie



Nagrody po zakończonych regatach



Śpiewanie szant przy gitarze



Wspólna zabawa



Grill



Na wykładzie



Nauka wiązania węzłów żeglarskich

Wielkanocne śpiewanie w Łodzi

Jak co roku, w Łódzkim Uniwersytecie Trzeciego Wieku im. Heleny Kretz odbyło się wielkanocne spotkanie słuchaczy z udziałem naszego chóru. Posłuchajcie, jak chór śpiewa i co o swoim śpiewaniu mówią członkinie zespołu oraz prowadząca go chórmistrzyni, Aleksandra Ryłko-Sutowicz.

<https://radioovo.pl/wp-content/uploads/2022/04/calosc-GOTOWE-.mp3>

<https://radioovo.pl/wp-content/uploads/2022/04/chor%20zmontow>

[any.mp4](#)







Śpiewać każdy może!

Mówi się, że nie wolno odkładać osobistych planów na później. Jednak przez wiele lat pozostają one jedynie w sferze marzeń. Ale przychodzi taki czas, że stają się one prawdziwą pasją, tak jak to się stało w przypadku członkiń uniwersyteckiego chóru Pasja w Gniewie.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/03/Spiewac-kazdy-moze.wav>

Linki:

<https://pl-pl.facebook.com/HarmoniaSphaerarum/videos/754054572233064/> – wykonanie utworu „Nie umieraj Ukraino”

<https://www.facebook.com/100002230279420/videos/533791824277752> – połączone chóry z angielską kolędą

<https://www.facebook.com/100002230279420/videos/397053191303112> – próba chóru (pieśń Matulu moja)

„Bo gołoledź nie da nam zramoleć...” – dla Radia SoVo Zespół Canto Cantare z Bydgoszczy

Zespół wokalny *Canto Cantare z Bydgoszczy* przygotował dla Radia Sovo wykonanie piosenki z repertuaru Kabaretu Starszych Panów pt. „Gołoledź”. Życzymy miłego oglądania! I uważajcie na gołoledź, bo pogoda jest nieprzewidywalna:)

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/12/CANTO-CANTARE-GOLOLEDZ.mp4>

Tekst

**Pokropił deszczyk drogi
i mrozek je nawiedził –
spełniając tym wymogi
powstania gołoledzi.
Nareszcie sen się wyśnił –
kierujmy więc uwagę
na miły widok bliźnich
tracących równowagę.**

Gołoledź, ach, gołoledź!

Któż większą radość zna?
Oj, nie da nam zramoleć
gołoledź, le verglas! x2

Nic ducha tak nie cieszy
jak tarapaty ciała,
gdy – bęc i postać leży,
co przed chwileczką stała.
Nad potłuczonym zadkiem
się inna postać biedzi.
Nas śmieszą nie przypadkiem
ofiary gołoledzi.

Gołoledź, ach, gołoledź!
Nie powtarzalna gra!?
Oj, wszędzie będzie boleć
gołoledź, le verglas! x2

Tu ktoś podparł nosem,
aż z nosa poszła stróżka!
Prześmiesznym tam znów płasem
posuwa się staruszka.
Staruszek jej z pomocą
śpieszący machnął kozła.
Rozrywki miłe to są –
gołoledź je przyniosła.

Gołoledź, ach, gołoledź!
To płas! To wstrząs! To łąza!
Nad wszystko będziem woleć
gołoledź, le verglas! x2

Największe – co i nie dziw –
do śmiechu są powody –
gdy się na gołoledzi
roztańczą samochody!
Piaskarki drzemią w bazach
dotknięte brakiem piasku –

więc w krąg po szosach hasa
wesoły tan pojazdów.

Gołoledź, ach, gołoledź!
Kostucha walca gra.
Hej, duszę Bogu poleć!
Gołoledź, le verglas! x2

Tańczą, śpiewają i dobrze się bawią – o hobby nyskich seniorów

Czy robienie tego, co lubisz pozwala Ci na miłe spędzenie czasu, a przy tym daje satysfakcję? Z pewnością tak. Dzięki zainteresowaniom nie myślimy o problemach, chorobach czy starości.

Zobacz jaki pomysł na spędzanie wolnego czasu mają seniorzy z Nysy.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/10/Hobby%20Nysa%20z%20napisami.mp4>

Aktywność w pandemii – do Internetu po zdrowie

YouTube w czasie kwarantanny wypełniły się gotowymi zajęciami: jogi, tańca, zumby. Zachęcamy do ćwiczeń, w naszej audycji znajdziecie kilka propozycji jak można aktywnie spędzić dzień w domu ćwicząc z różnymi osobami przed monitorem. Polecamy i do ruchu zachęcamy.

Poniżej podajemy parę linków z których my korzystamy.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/01/Aktywnosc-w-pandemii-1.mp3>