

Rozmowa z Bartoszem Fidlerem – psychoterapeutą uzależnień

Dziennikarze naszego radia spotkali się online z Bartoszem Fidlerem – psychoterapeutą uzależnień.

Rozmawialiśmy na temat rodzajów uzależnień, gdzie i jak szukać pomocy gdy jest się uzależnionym. Poruszyliśmy kwestę uzależnienia od e-papierosów i elektroniki.

ZAPRASZAMY

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2025/04/GOTOWA-AUDYCJA-uzaleznienia.mp3>





Onoterapia – Osioł naszym przyjacielem jest

Osiołki to inteligentne i mądre zwierzęta, które szybko nawiązują kontakt z człowiekiem, czego najlepszym dowodem jest onoterapia.

Przebywanie z osłami i korzystanie z zajęć rehabilitacyjnych z ich wykorzystaniem, wycisza emocje, uspokaja i daje wiele radości. Wszystkich „uparcie” zachęcamy aby, gdy tylko nadarzy się okazja mogli przekonać się jak niezwykłymi zwierzętami są osły i jaka jest prawda na ich temat. Dziennikarze Radia SoVo z Mokrzeszowa zapraszają do Lubachowa na Dolnym Śląsku, gdzie niezwykle ludzie z ogromną pasją na co dzień zajmują się onoterapią

<https://www.facebook.com/p/Onoterapia-100064525309107/>

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2024/04/0noterapia.mp3>





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



10 października – w Świątowy

Dzień Drzewa zapraszamy na kąpiele... leśne

O tym, że drzewa wpływają dobroczynnie na nasz organizm, wiedzieli już starożytni. Z ich uzdrawiającej mocy korzystała też medycyna ludowa. Jakie znaczenie mają drzewa dla miast oraz co to są kąpiele leśne oparte na japońskiej technice shinrin – yoku dowiedcie się z naszej audycji, przygotowanej z okazji Światowego Dnia Drzewa.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/10/Drzewa-obok-nas.wav>

Linki

<https://drgaja.pl/7-obszarow-szczescia/obcowanie-z-natura/sylwoterapia-zbawienna-rola-drzew> – wszystko o zbawiennym wpływie drzew na organizm człowieka

<https://bonavita.pl/sylwoterapia-wskazania-i-przeciwwskazania-do-terapii-leczenia-drzewami> – informacje o drzewach, które pozytywnie wpływają na nasz organizm

<https://www.facebook.com/klimatiemocje/> – informacje o działalności Fundacji Klimaty i Emocje

<https://www.e-horyzont.pl/blog/shinrin-yoku-terapeutyczne-kapiele-lesne> – informacje o terapeutycznych właściwościach leśnych kąpiele

Superwizja – czy wiecie co to jest?

Już od dawna wiemy, że w nasi instruktorzy mają superwizję, ale ciągle nie wiemy co to jest?

Pani Teresa Worobiej – superwizorka zespołu WTZ PSONI z Warszawy, znana Wam z audycji: Niezwykłe życzenia noworoczne w rozmowie z naszymi redaktorami postara się odpowiedzieć na to nurtujące nas pytanie.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/02/Superwizja-3.wav>

Terapia tańcem – taniec sposobem wyrażania swoich emocji

Wszystko, co chcemy powiedzieć możemy wyrazić tańcem, wtedy jest to proste i łatwe!!!

Jest karnawał i zachęcamy wszystkich do zabaw tanecznych. Kiedy tańczymy czujemy się lepiej. Kiedy tańczymy, nasze ciała uwalniają endorfiny. Te endorfiny są najlepszym lekarstwem na wszystkie smutki. Redaktorzy z Biskupca rozmawiają z Beatą Kołak jedną z głównych organizatorek zajęć taneczno-teatralnych dla osób z niepełnosprawnościami organizowanych przy Zespole Placówek Edukacyjnych w Olsztynie. Nasz gość opowie czym jest terapia tańcem.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2024/01/AUDYCJA-Terapia-Tancem-taniec-sposobem-wyrazania-swoich-emocji.mp3>





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

