

Kolorowe pisanki farbowane naturalnymi sposobami

Zwyczaj malowania jajek znany był w starożytnej Mezopotamii i Cesarstwie Rzymskim. W Polsce najstarsze pisanki pochodzą z X wieku.

Trudno wyobrazić sobie wielkanocny stół bez koszyka pełnego kolorowych pisanek. Z pewnością najbardziej ucieszą nas te, które sami zrobimy.

Zachęcamy do obejrzenia poradnika jak wykonać je naturalnymi sposobami. Warto pamiętać, że najlepsze barwniki znajdziemy w kuchni.

Audycję przygotowali dziennikarze Poradni Samopomocy Radia SoVo z Rymanowa.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2025/04/Farbowanie-jajek-.mp4>



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



Wielkanoc w Sejmie

Redaktorzy Radia SoVo – Joanna, Maciej i Michał promowali działalność Poradni Samopomocy podczas wielkanocnego spotkania w Sejmie. Marszałek Sejmu – Pan Szymon Hołownia powitał gości i złożył życzenia reprezentantom różnych organizacji. Kliknij

i [zobacz spotkanie.](#)







Co nas czeka w Wielkim Tygodniu?

Nasi dziennikarze z Tczewa mieli okazję porozmawiać z księdzem Bartoszem Labudą o zbliżających się, najważniejszych dla chrześcijan. Świątach Wielkanocnych.

Zapraszamy do wysłuchania audycji.

[Fanpage Wspólnoty Barka z Tczewa](#)

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2025/04/Wielki-Tydzien.mp3>

WIELKI TYDZIEŃ



Tradycja, emocja, malarstwo – czyli pasja ukierunkowana na sztukę

Dziennikarze Poradni Samopomocy Radia SoVo w Bytomiu zapraszają w świat kolorów, emocji i nieskrępowanej wyobraźni.

Naszą bohaterką jest kobieta, która maluje nie tylko obrazy, ale też życie – z pasją, sercem i odwagą. Z pędzlem w dłoni i sztuką w duszy, od lat tworzy przestrzeń, gdzie każdy kolor ma znaczenie, a każda linia opowiada historię. Inspiruje, zachwyca, ale też zmusza do refleksji. Kim jest? Co ją napędza? I dlaczego bez sztuki nie wyobraża sobie dnia?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2025/04/radiosovobytom.mp3>



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



Gomułki, terkotki, sikawki, turki i bębniarze – czyli Wielkanoc wczoraj i dziś

Wielkanoc jest najważniejszym świętem dla Chrześcijan, ale tradycje i zwyczaje wielkanocne są częścią polskiej kultury.

Radiowcy Radia SoVo Koło PSONI w Jarosławiu zapraszają w podróż w czasie. Przeniesiemy się na dawną przeworską wieś. Dowiemy się, jak kiedyś w tej części dzisiejszego Podkarpacia obchodzono Święta Wielkanocne.

Część 1 audycji

Część 2 audycji

Święta Wielkanocne obchodzone są wiosną, więc kojarzone są z nadzieją, radością i oczekiwaniem. Niektóre zwyczaje kultywuje się w całej Polsce, inne tylko w danym rejonie. O zwyczajach tych dawniejszych opowie Pani Alina Górczyńska, założycielka Zespołu Ludowego Modry Len w Adamowie.











Zapraszamy na śniadanie wielkanocne we dworze szlacheckim

Jak przygotowywano się do Świąt w zabytkowym dworze w Koszutach? Co jedzono, jak zdobiono domostwo? Co o życiu na dworze ziemiańskim opowiadała jego ostatnia właścicielka? Zapraszamy do wysłuchania audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/04/Wielkanoc.mp4-0101.mp4>



W prezentacji wykorzystano zdjęcia z prywatnych zbiorów
Alicji Bartkowiak
Ewy Lisiewicz
Marii Kubackiej
oraz Średzkiego Towarzystwa Fotograficznego
w/w wyrazili zgodę na publikację

Wielkanoc w przedwojennym Lwowie

Dziennikarze Radia SoVo z Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Bytomiu przedstawiają zwyczaje wielkanocne przedwojennego Lwowa wraz z muzycznym przesłaniem.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/03/WIELKANOC-W-PRZEDWOJENNYM-LWOWIE.mp3>

Niedziela Palmowa na Kociewiu

Święta Wielkanocne, tak jak w całej Polsce, na Kociewiu obchodzone zawsze bardzo uroczyście. Ich atmosferę czuło się już od Palmowej Niedzieli, kiedy to na pamiątkę triumfalnego wjazdu Jezusa do Jerozolimy święcono palmy w kościele. Na Kociewiu były to po prostu gałązki wierzby z baziarnicami, stąd też Niedzielę tę często nazywano Wierzbą.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2023/03/Niedziela-Palmowa.wav>

Linki

<http://www.dialektologia.uw.edu.pl/index.php?l1=opis-dialektow&l2=dialekt-wielkopolski&l3=kociewie-kultura-ludowa> – wszystko o kulturze, tradycjach Kociewia

<http://kociewianka.blogspot.com/2016/03/wielkanocne-tradycje-na-kociewiu.html#> – blog o wielkanocnych tradycjach na Kociewiu

<https://www.wizjalokalna.pl/b-tradycje-i-wielkanocne-zwyczajeb-na-pomorzu-b-art34853> – wielkanocne święta na Kaszubach i Kociewiu

[Niedziela Palmowa](#), [palma wielkanocna](#), [bukszpan](#), [Wielki Tydzień](#), [Wielkanoc](#)

Komentarz

0 co chodzi z zajaczkami w

Wielkanoc?

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/03/0-co-chodzi-z-zajaczkiem-w-Wielkanoc-MJ.mp3>

Zajac wielkanocny to najważniejszy symbol tych świąt. Najmłodszy wyczekują go podczas niedzielnego poranka, a on przynosi wszystkim grzecznym dzieciom słodycze i zabawki.

Skąd się wziął zajac wielkanocny?

Historia zajaca wielkanocnego sięga czasów pogańskich. Już wtedy kojarzono go z płodnością, a tę z kolei – z wiosną. To właśnie o tej porze roku, kiedy odradza się przyroda, na terenach obecnej Europy Zachodniej czczono boginię płodności Eoster.

Zwyczaj te zostały wyparte przez chrześcijaństwo, które obchodziło święto Zmartwychwstania razem z żydowskim świętem Paschy 14 dnia miesiąca wiosennego nissan, ale w naturalny sposób połączyło Wielkanoc z pogańskimi tradycjami wciąż żywymi w rejonach dzisiejszych Niemiec czy Wielkiej Brytanii.

I tak symbol wiosny i płodności, a także przemiany (tak jak Chrystus z martwych powstał do życia, tak zajac zmienia swoje umaszczenie z szaty zimowej na letnią) stał się jednocześnie symbolem najważniejszych świąt chrześcijańskich.

<https://www.mjakmama24.pl/mama/imprezy/zajac-wielkanocny-co-symbolizuje-kiedy-przychodzi-i-dlaczego-jest-symboliem-wielkanocy-aa-rmuF-aXmn-Ws7d.html>

Jaja sobie robicie z rodziną? Sonda wielkanocna.

Co lubimy jeść w święta? Gdzie i z kim je spędzamy? Nasi redaktorzy spytali mieszkańców Tczewa o odpowiedzi na te jakże aktualne w okresie świątecznym pytania.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/04/SONDA-SWIETA.mp3>

Kilka inspiracji kulinarnych dla słuchaczy:

[Przepisy ze strony Winiary](#)

[Blog Ania Gotuje](#)

[Przepisy ze strony Uwielbiam](#)



Niedziela Palmowa na Kociewiu

Święta Wielkanocne, tak jak w całej Polsce, na Kociewiu obchodzono zawsze bardzo uroczyście. Ich atmosferę czuło się już od Palmowej Niedzieli, kiedy to na pamiątkę triumfalnego

wjazdu Jezusa do Jerozolimy święcono palmy w kościele. Na Kociewiu były to po prostu gałązki wierzby z baziarnicami, stąd też Niedzielę tę często nazywano Wierzbną.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/04/Palmowa-Niedziela.wav>

Linki

<http://www.dialektologia.uw.edu.pl/index.php?l1=opis-dialektow&l2=dialekt-wielkopolski&l3=kociewie-kultura-ludowa> – wszystko o kulturze, tradycjach Kociewia

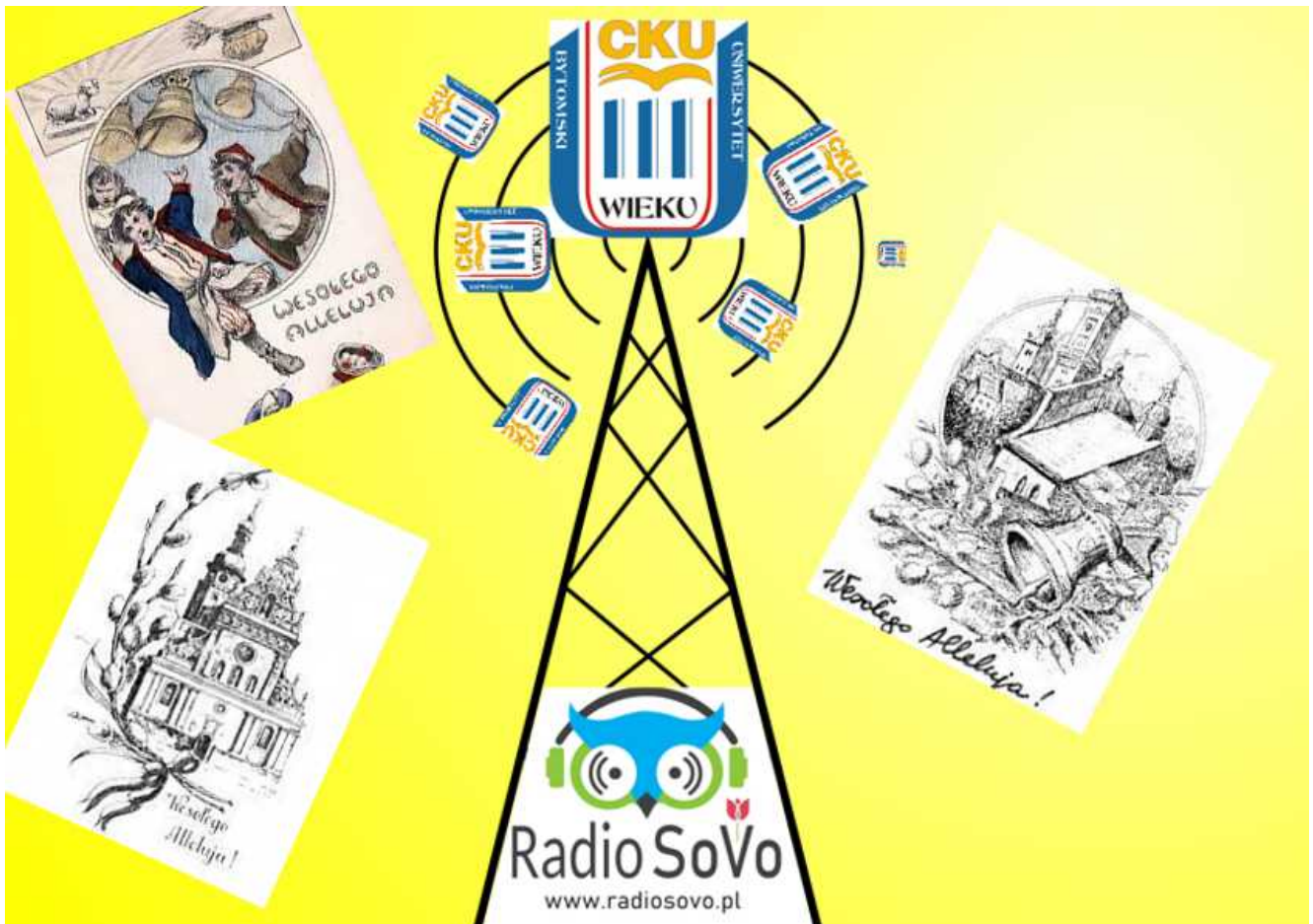
<http://kociewianka.blogspot.com/2016/03/wielkanocne-tradycje-na-kociewiu.html#> – blog o wielkanocnych tradycjach na Kociewiu

<https://www.wizjalokalna.pl/b-tradycje-i-wielkanocne-zwyczajeb-na-pomorzu-b-art34853> – wielkanocne święta na Kaszubach i Kociewiu

Wielkanoc we Lwowie i... Bytomiu + muzyczne życzenia świąteczne

Słuchacze UTW w Bytomiu przedstawiają zwyczaje wielkanocne przedwojennego Lwowa w konfrontacji ze sposobem spędzania świąt w trudnym czasie pandemii przez mieszkańców naszego miasta.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/04/wielkanoc-we-lwowie-i-w-bytomiu-mj.mp3>



Sonda wśród mieszkańców Otwocka. Czy przestrzegamy zwyczaju wyrzeczeń wielkopostnych?

Wielki Post trwa 40 dni i jest pamiątką dni w których Pan Jezus przebywał na pustyni. W tym czasie odmawiamy sobie dobrych i przyjemnych rzeczy. Zapytaliśmy mieszkańców Otwocka czy nadal kontynuują ten zwyczaj.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/03/Sonda-o-Wyrzeczeniach-wielkopostnych-edytowana-MJ.mp3>

Poznaj zwyczaje wielkanocne w innych krajach

Święta Wielkanocne to najważniejszy czas w kościele katolickim związany ze śmiercią i zmartwychwstaniem Jezusa Chrystusa. Obchody tych Świąt kojarzą się z wieloma ciekawymi zwyczajami. Jakże dużym zaskoczeniem dla nas było to, że co kraj to obyczaj! Z resztą posłuchajcie sami.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/03/GOTOWE-audycja-informacyjna-o-zwyczajach-wielkanocnych.mp3>