

# Festiwal Wody i Ognia – 27 sierpnia

Festiwal Wody i Ognia – Nysa

27 sierpnia 2022 roku nad Jeziorem Nyskim odbędzie się Festiwal Wody i Ognia, Co kryje się pod tą nazwą wyjaśni pan Łukasz Bogdanowski, manager Ośrodka AKWA MARINA w audycji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/08/Festiwal-Wody-i-Ognia-audycja.mp3>

linki:

---

## Aktywność fizyczna podczas upałów – rozmowa z fizjoterapeutą

Kajaki, żaglówki, jazda na rowerze, pływanie doskonale odprężają, a przy tym pomagają spalić kalorie, co niewątpliwie stanowi wartość dodaną do naszych wyczekiwanych wakacji. Jakie ciekawe sporty można uprawiać w lecie? I jak zachowywać zdrowy rozsądek i bezpiecznie z nich korzystać? Posłuchajcie co podpowiada rehabilitant.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/07/aktywnosc-fizyczna-latem.mp3>



móc bezpiecznie pływać . 0 „wakacyjnej przygodzie na Mazurach”  
opowie Andrzej Szocik wiceprezes Polskiego Związku Żeglarzy  
Niepełnosprawnych.

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

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

[www.PZZN.pl](http://www.PZZN.pl)      Polski Związek Żeglarzy Niepełnosprawnych

[www.msz.org.pl](http://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

---

# 22 marca – Międzynarodowy Dzień Wody

22 marca na całym świecie obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Wody. Jak oszczędzać wodę – dowiesz się z naszej audycji.

Utwory wykorzystane w audycji: „Sen o Warszawie”, słowa: Marek Gaszyński, muz. Czesław Niemen, wyk. Pokój 202 oraz „Piosenka o zdrowej wodzie”, słowa i muzyka: Jerzy Kobyliński, wyk. Mała Orkiestra Dni Naszych

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2022/03/Swiatowy-dzien-wody-GOTOWE-bez-podkladu.mp3>

Linki:

[Jak oszczędzać wodę?](#)

---

## WIDEO: Bezpieczeństwo nad wodą i Internetowy Serwis Kąpieliskowy

Lato to czas, kiedy chcemy się wyluzować. Bardzo często, korzystając z pięknej pogody – wybieramy się nad wodę, jednak pamiętajmy, że w naszym plażowaniu najważniejsze jest bezpieczeństwo. Zanim wybierzemy się nad jezioro czy inny akwen – sprawdźmy, czy możemy się tam kąpać. Możemy skorzystać z Internetowego Serwisu Kąpieliskowego, gdzie

pojawiają się informacje czy dana plaża jest strzeżona i czy woda została przebadana i można się w niej kąpać. Nasza dziennikarka – Aleksandra Gwiżdż sprawdziła kąpieliska najbliższej Kędzierzyna-Koźła: Kąpielisko Dębowa, Zalew w Pławniowicach i Jezioro Srebrne w Januszkowicach.

[https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/calosc\\_ok.mp3](https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/calosc_ok.mp3)

Internetowy Serwis Kąpieliskowy znajdziecie tutaj:

<https://sk.gis.gov.pl/>

A kiedy już dotrzemy nad wodę – warto dowiedzieć się czegoś na temat zasad bezpieczeństwa nad wodą.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/Wywiad-z-ratownikiem-Tomasz-gotowy.mp4>

Materiał przygotowali: Aleksandra Gwiżdż, Anna Osowska, Tomasz Jachimowski.

---

## Reportaż z Plaży Miejskiej w Otwocku

Wszyscy cieszymy się że nadchodzi czas urlopów, wakacji i odpoczynku. Niektórzy z nas wyjadą może do ciepłych krajów i będą plażować pod palmami, a inni zostaną w Polsce odwiedzając rodzime kurorty. Jeszcze inni będą szukać możliwości odpoczynku w pobliżu własnych domów. Jednym z takich miejsc jest Plaża Miejska w Otwocku. Zapraszam do wysłuchania reportażu przygotowanego przez Michała Pietrasika z Otwocka.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/06/GOTOWE-Reportaz-z-Plazy-Miejskiej-w-Otwocku.mp3>







