



**Magiczny  
Kraków**

## **„Human week” - Tydzień Zdrowia Psychicznego**

2021-10-07

**W trakcie pandemii COVID-19 w przestrzeni medialnej coraz częściej pojawiały się informacje o pogarszającej się kondycji psychicznej społeczeństwa. Do świadomości publicznej zaczęły docierać informacje o skutkach, które mogą wywołać problemy psychiczne. O coraz szybciej rosnącej skali tego zjawiska, od 4 do 8 października, można posłuchać podczas III Krakowskiego Tygodnia Zdrowia Psychicznego „Human week”.**

Temat przewodni tegorocznej edycji Human Week to „Przełomy i kryzysy – od narodzenia do starości”.

– To wydarzenie jest odpowiedzią na pandemiczną rzeczywistość, która naruszyła naszą równowagę psychiczną i sprawiła, że wielu z nas codziennie doświadczało nie tylko lęku czy bezradności, ale także samotności. Doceniliśmy jak ważna jest akceptacja, zrozumienie oraz wspierająca obecność innych – uważa Elżbieta Kois-Żurek, dyrektor Wydziału Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa - współorganizator tego wydarzenia.

W trakcie tego tygodnia planowane są spotkania, wykłady oraz prelekcje na żywo. Wśród prelegentów pojawią się znane osobowości ze świata psychiatrii jak prof. Bogdan de Barbaro, który poruszy zagadnienia wieku senioralnego, czy dr hab. Maciej Pilecki, który opowie o tym jak wychować geniusza, a także jak być szczęśliwym rodzicem szczęśliwego nastolatka.

Organizatorami wydarzenia są Szpital Uniwersytecki w Krakowie we współpracy z Uniwersytetem Jagiellońskim w Krakowie oraz Urzędem Miasta Krakowa.

Jednym z dodatkowych wydarzeń towarzyszących był mecz towarzyski, który został rozegrany w Hali Cracovii przy al. Focha 40. 6 października o godzinie 13.00. Naprzeciwko siebie stanęły drużyna psychiatrów, a po drugiej współorganizatorów.

Wykłady odbędą się stacjonarnie w auli w Collegium Nowodworskiego przy ul. św. Anny 12 z zachowaniem środków epidemiologicznych. Wstęp jest wolny.

Szczegółowy program znajduje się [tutaj](#).

Aby informacja jak najszerzej dotarła do mieszkańców Krakowa organizator planuje transmisję wykładów w [sieci](#).

### **Środa z Profilaktyką**

Narodowy Fundusz Zdrowia prowadzi przez cały rok akcję „Środa z Profilaktyką” poświęconą promocji zdrowia i profilaktyce chorób.

Środa 6 października poświęcona była depresji i zdrowiu psychicznemu. NFZ przypomina o działaniu



**Magiczny  
Kraków**

telefonów zaufania:

- 116 123 Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym, bezpłatnie, 14.00 – 22.00
- 800 12 12 12 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka, bezpłatnie, czynny całą dobę
- 22 635 09 54 Telefon Zaufania dla Osób Starszych, poniedziałek, środa, czwartek, 17.00-20.00
- 22 594 91 00 Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji, środa - czwartek, 17.00 -19.00
- 22 484 88 01 Antydepresyjny Telefon Zaufania, poniedziałek - piątek, 15.00-20.00.

Więcej informacji o akcji [tutaj](#).