



**Magiczny
Kraków**

Wykłady o zdrowiu psychicznym i terapia przez kulturę

2023-09-27

Przed nami V edycja Human Week, czyli Krakowskiego Tygodnia Zdrowia Psychicznego, organizowanego przez Szpital Uniwersytecki w Krakowie we współpracy z Urzędem Miasta Krakowa i Uniwersytetem Jagiellońskim. Wydarzenie odbędzie się w dniach 9-13 października.

Organizatorzy przygotowali dla krakowian warsztaty, debaty i prelekcje na temat profilaktyki zdrowia psychicznego. Wraz z psychiatrami, psychologami, pedagogami, psychoterapeutami, coachami kryzysowymi będziemy rozważać, jaki wpływ na kondycję psychiczną ma odżywianie, czym jest uważność i jak osiągać harmonię wewnętrzną, co zysujemy dzięki farmakologii, czy sztuczna inteligencja jest przyszłością medycyny. Wykłady odbędą się głównie w pałacu Potockich.

W tym roku Human Week eksponuje terapeutyczną moc kultury, sztuki i sportu. Program obfituje w liczne wydarzenia towarzyszące, jak wystawa w Galerii Miodowej, pokaz filmu „Moje córki krowy” w Kinie Paradox, „Szkola dla rodziców” będąca inscenizacją teatralną pt. „Śnieżka – reaktywacja” w Teatrze Groteska czy mecz piłki halowej w Hali 100-lecia KS Cracovia.

Z kolei Zamek Królewski na Wawelu zaprasza dzieci wraz z opiekunami oraz osoby starsze do udziału w grach terenowych „Rycerze Mocy”, podczas których uczestnicy nie tylko poznają tajniki życia w dawnym grodzie Kraka, ale też będą doskonalić kompetencje emocjonalno-społeczne. Część z nich odbędzie się już 4 października.

Warto podkreślić, że szpital i zamek już od pięciu lat wspólnie wspierają rozwój dzieci i młodzieży z problemami psychicznymi i behawioralnymi. W programie terapeutycznym pn. „Wawelska Szkoła Rycerska” uczestniczą mali pacjenci poradni przy Oddziale Klinicznym Psychiatrii Dorosłych, Dzieci i Młodzieży Szpitala Uniwersyteckiego.

Tegoroczny V Krakowski Tydzień Zdrowia Psychicznego upłynie pod hasłem „Przyjaciele zdrowia psychicznego”. Honorowy patronat nad wydarzeniem objął Jacek Majchrowski, Prezydent Miasta Krakowa.

Więcej informacji można znaleźć na stronie: humanweek.pl oraz na profilu facebookowym: [KrakowskiTydzienZdrowiaPsychicznego](#).

Wstęp na wszystkie wydarzenia jest bezpłatny.