



**Magiczny
Kraków**

„Noś kask” - kampania, która chroni to, co najcenniejsze

2025-07-10

Studentki medycyny z Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego od lat prowadzą akcję edukacyjną „Noś kask”, której celem jest zwiększenie świadomości na temat ochrony głowy podczas aktywności fizycznej. Hasłem: „Kto ma mózg, ten ma kask. Kto ma kask, ten ma mózg!” przypominają, że jeden gest może uratować zdrowie - a nawet życie.

Kampania „Noś kask” to inicjatywa studentek kierunku lekarskiego Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego, zrzeszonych w Studenckim Kole Naukowym Neurochirurgii Dziecięcej Hippocampus. Pod okiem prof. dr hab. Stanisława Kwiatkowskiego oraz dr hab. Olgi Milczarek, młode przyszłe lekarki od kilku lat prowadzą działania edukacyjne, których celem jest promocja noszenia kasków ochronnych - zarówno wśród dzieci, jak i dorosłych.

- Zaczęłyśmy od najmłodszych, bo to dzieci najczęściej rezygnują z kasku podczas jazdy na rowerze czy hulajnodze. Ale szybko zauważyłyśmy, że to dorośli powinni dawać przykład - mówią organizatorki.

Kampania obejmuje szeroki zakres aktywności, w których urazy głowy są realnym zagrożeniem - od rowerów i hulajnóg, po jazdę konną, snowboard czy łyżwy. Jak podkreślają inicjatorki akcji, dobrze dobrany kask może zmniejszyć energię urazu nawet o 70 proc., a to znacząco zwiększa szanse na uniknięcie poważnych konsekwencji zdrowotnych.

W ramach działań przygotowywane są plakaty, prezentacje, filmy edukacyjne oraz materiały do wykorzystania w szkołach i lokalnych kampaniach. Akcja prowadzona jest cyklicznie - latem i zimą - i ma otwartą formułę.

Organizatorki chętnie nawiązują współpracę z placówkami edukacyjnymi, instytucjami i samorządami. Zachęcają do kontaktu każdego, kto chciałby zorganizować lokalne wydarzenie, zaprosić je na prelekcję lub skorzystać z materiałów kampanii.

Trzeba pamiętać, że „lepiej zapobiegać niż leczyć”, a czasem wszystko zaczyna się od założenia kasku.

Dodatkowe informacje na temat akcji można znaleźć na [Facebooku](#).