



**Magiczny
Kraków**

Kolorowe rozmowy - o zdrowiu psychicznym, relacjach i sile autentycznych historii

2026-07-12

Warsztaty psychologiczne, projekcja filmu dokumentalnego, spotkanie z jego bohaterką oraz wystawa sztuki - tak zapowiadają się „Kolorowe rozmowy”, wydarzenie poświęcone zdrowiu psychicznemu i dobrostanowi. Inicjatywa organizowana przez Rotaract Klub Kraków Wawel, Rotaract Klub Łódź Fabryka oraz Stowarzyszenie Rotaract Polska odbędzie się już dziś, 12 lipca, w Centrum Kultury Podgórze - Strefa Sokolska.

„Kolorowe rozmowy” to wydarzenie, którego celem jest stworzenie otwartej i bezpiecznej przestrzeni do rozmowy o zdrowiu psychicznym, budowaniu relacji międzyludzkich oraz dobrostanie.

Organizatorzy - Rotaract Klub Kraków Wawel, Rotaract Klub Łódź Fabryka oraz Stowarzyszenie Rotaract Polska - chcą zachęcić uczestników do podejmowania ważnych tematów, które wciąż zbyt rzadko pojawiają się w publicznej debacie.

Program wydarzenia obejmuje trzy panele poświęcone zdrowiu psychicznemu oraz różnorodne aktywności łączące edukację, sztukę i wymianę doświadczeń. Uczestnicy będą mogli wziąć udział w warsztacie psychologicznym dotyczącym wzmacniania pewności siebie, który poprowadzi psycholog Maja Knop.

Ważnym punktem programu będzie projekcja filmu dokumentalnego „Świadome bycie tu i teraz na łące pełnej balonów” w reżyserii Kingi Pudełek. Po seansie odbędzie się spotkanie i otwarta rozmowa z Aszą Nirale - bohaterką filmu oraz niezależną artystką, która poprzez swoją twórczość dzieli się osobistymi doświadczeniami i inspirowa do refleksji nad własnym życiem.

Wydarzeniu towarzyszyć będzie również wystawa prac Darii Wojciechowicz. Prezentowane dzieła mają stworzyć przestrzeń sprzyjającą dialogowi, refleksji oraz budowaniu wzajemnego zrozumienia.

Wydarzenie odbędzie się w godz. 10.00-14.30.

Organizatorzy kierują wydarzenie przede wszystkim do młodych dorosłych, studentów, osób aktywnych społecznie oraz wszystkich zainteresowanych tematyką zdrowia psychicznego, rozwojem osobistym i świadomym budowaniem relacji. Udział w „Kolorowych rozmowach” jest bezpłatny.

Dzięki połączeniu wiedzy ekspertów, sztuki oraz autentycznych historii uczestnicy będą mieli okazję spojrzeć na wiele kwestii z nowej perspektywy, wymienić doświadczenia oraz spędzić czas w atmosferze otwartości, empatii i wzajemnego szacunku.