



**Magiczny
Kraków**

Tydzień Balansu Zdrowia Psychicznego 25.11.- 30.11.2024

2025-01-03

25 listopada w PAL-u na os. Na Skarpie odbyła się pierwsza edycja Tygodnia Balansu Zdrowia Psychicznego. Nasz Ośrodek został zaproszony aby rozpocząć to wydarzenie kulturalno- integracyjne prezentacją działalności Środowiskowego Domu Samopomocy Vita mieszczącego się na os. Młodości 8, który stanowi główną siedzibę i jest ukierunkowany na pracę z osobami po kryzysach psychicznych. Mieliśmy szansę zaprezentować sposób funkcjonowania Domu, drogę formalną do tego aby się w nim znaleźć i zasady jakie w nim panują. Bardzo ważnym elementem naszej prezentacji była wystawa prac Uczestników, którzy podczas terapii społecznej oddają się również twórczej działalności w pracowniach artystycznych jakie funkcjonują w Ośrodku. Jest to istotny element terapii zwłaszcza dla osób z problemami psychicznymi, ze schizofrenią, dla których prace manualne są świetnym działaniem odśrodkującym i uspokajającym, a przede wszystkim budującym wiarę we własne możliwości, umiejętności i zwiększającym ich samoocenę. Wielu chorych wykazuje zresztą ogromny talent artystyczny, który do momentu kiedy znaleźli się w ŚDS nie był dostrzegany, ani w żaden sposób wykorzystywany.

Wystawie towarzyszył również odczyt wierszy naszych Uczestników, dla których słowo jest również niezwykle mobilnym materiałem twórczym.

Po prezentacji zostaliśmy wraz z gośćmi wydarzenia zaproszeni na słodki poczęstunek, kończący pierwszy dzień otwarcia Tygodnia Balansu Zdrowia Psychicznego.

Mamy nadzieję, że tego typu wydarzenia otwierające świadomość społeczną na osoby po kryzysach społecznych, przyczynia się do zmniejszenia stygmatyzacji wobec chorych oraz dadzą możliwość integracji w życiu codziennym, o którą tak zabiegamy podczas terapii.



**Magiczny
Kraków**