



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/main/aktualnosci/Piknik-Profilaktyczny-W-DIALOGU-Z-UMYSLEM-CIALEM-SERCE-M-I-DUCHEM/idn:5906/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Aktualności

10 wrz 2021

kategoria:

Aktualności



Piknik Profilaktyczny „W DIALOGU Z UMYSŁEM, CIAŁEM, SERCEM I DUCHEM”

Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego w Nowym Targu działające przy Podhalańskim Szpitalu Specjalistycznym im. Jana Pawła II w Nowym Targu serdecznie zaprasza na PIKNIK PROFILAKTYCZNY PT.: „W DIALOGU Z UMYSŁEM, CIAŁEM, SERCEM I DUCHEM”.

Piknik odbędzie się 12 września od godz. 11.00 - 19.00. w rabczańskim Amfiteatrze oraz w Parku Zdrojowym.

Piknik promuje dbanie o zdrowie psychiczne i przeznaczony jest zarówno dla dzieci jak i dla dorosłych. W programie min. występy zespołów muzycznych i tanecznych, gry i zabawy, gra terenowa, bajkoterapia, zajęcia jogi, warsztaty teatralne, warsztaty plastyczne, panele dyskusyjne nt. zdrowia psychicznego i metody terapii, jaką jest Otwarty Dialog, konkursy z atrakcyjnymi nagrodami.

Na pikniku będą dostępni wszyscy nasi specjaliści; psychoterapeuci, psychiatrzy, psychologowie, ratownicy medyczni, trenerzy profilaktyki realizujący warsztaty w szkołach, instytucjach i przede wszystkim asystenci zdrowienia – czyli osoby, które same przeszły kryzys psychiczny, odbyły szkolenie i teraz udzielają wsparcia.

W namiotach jak i podczas spacerów po parku, będzie można porozmawiać, poradzić się naszych specjalistów i zaproszonych gości, takich jak artyści, duchowni, wojskowi (np. Karol Cierpica - żołnierz uratowany w Afganistanie przez żołnierza amerykańskiego) jak, również zapoznać się z twórczością literacką i rękodziełem Asystentów Zdrowienia oraz uczestników Klubu Samopomocy.

Wszystkie atrakcje są bezpłatne.

POŻEGNANIE LATA I PIKNIK PROFILAKTYCZNY „W DIALOGU Z UMYSŁEM, CIAŁEM, SERCEM I DUCHEM”

NIEDZIELA- 12.09.2021 AMFITEATR RABKA-ZDRÓJ

Program na scenie Amfiteatru:

11:00 - Chór Srebrne Nutki z Nowego Targu,

11:30 - Chór Uniwersytetu Trzeciego Wieku Rabka- Zdrój,

12:00 - Boski Roman „STOP HEJT- STOP DOPALACZOM”,

13:00 - Koncert w ramach projektu „Mozart kontra Sinatra”- X edycja,

14:00 - występ zespołu „Mali Śwarni”,

15:00 - Prezentacja Środowiskowego Centrum Zdrowia Psychicznego w Nowym Targu,

15:15 - Koncert Gabrieli Szyszki Studio Piosenki Young Stars,

16:00 - Spektakl Klubu Samopomocy ŚCZP,

16:30 - „Żywa historia” na scenie,

17:00 - koncert „Gospel z Lilianną” cz.1,

17:30 - Panel dyskusyjny Zdrowie Psychiczne i Otwarty Dialog - prezentacja metody pracy ŚCZP,

17:45 - koncert „Gospel z Lilianną” cz.2,

18:15 - Prezentacja wspólnego kolażu, podsumowanie pikniku i rozdanie nagród,

Ponadto w przestrzeni wokół Amfiteatru od godziny 15:00

- SPECJALIŚCI Środowiskowego Centrum Zdrowia Psychicznego zapraszają na „Kawę z psychologiem”
- Warsztaty plastyczne pod namiotem,
- Warsztaty Garncarskie,
- „ŻYWE HISTORIE” - spacer/rozmowa z osobą, która dzieli się doświadczeniem jak poradziła sobie z kryzysem psychicznym, spotkania z Asystentami Zdrowienia, duchownymi,
- ANIMACJE DLA DZIECI: bańki mydlane, malowanie twarzy, dmuchańce, mega klocki i inne...
- Stoisko z książkami, publikacjami, twórczością osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego,
- Prezentacja Uczelni oraz pomiar ciśnienia tętniczego, poziomu cukru i innych parametrów-
PODHALAŃSKA PAŃSTWOWA UCZELNIA ZAWODOWA W NOWYM TARGU,

- Stoisko Komendy Powiatowej Policji w Nowym Targu: profilaktyka i prezentacja pracy,
- Wóz Państwowej Straży Pożarnej w Nowym Targu parking obok sceny,
- Doradztwo do spraw pielęgnacji, wizażu i makijażu p. Monika Żółty

Oraz:

14.30 -16.00 Gra terenowa w Parku miejskim (Start- namiot ŚCZP)

15.00 -16.00 Joga na terenach zielonych

16.30 - 17.00 Bajkoterapia (Start- namiot ŚCZP)

POŻEGNANIE LATA I PIKNIK PROFILAKTYCZNY

**„W DIALOGU Z UMYŚŁEM,
CIAŁEM, SERCEM I DUCHEM”**

PROGRAM NA SCENIE AMFITEATRU

- 11⁰⁰ Chór Srebrne Nutki z Nowego Targu
- 11³⁰ Chór Uniwersytetu Trzeciego Wieku Rabka-Zdrój
- 12⁰⁰ Boski Roman „STOP HEJT - STOP DOPALACZOM”
- 13⁰⁰ Koncert w ramach projektu „Mozart kontra Sinatra” - X edycja
- 14⁰⁰ występ zespołu „Mali Śwani”
- 15⁰⁰ Prezentacja Środowiskowego Centrum Zdrowia Psychicznego w Nowym Targu
- 15¹⁵ Koncert Gabrieli Szyski Studio Piosenki Young Stars
- 16⁰⁰ Spektakl Klubu Samopomocy ŚCZP
- 16³⁰ „Żywa historia” na scenie
- 17³⁰ Panel dyskusyjny Zdrowie Psychiczne i Otwarty Dialog – prezentacja metody pracy ŚCZP
- 18¹⁵ Prezentacja wspólnego kołażu, podsumowanie pikniku i rozdanie nagród

12.09.2021 R.
AMFITEATR RABKA-ZDRÓJ

PONADTO W PRZESTRZENI WOKÓŁ AMFITEATRU (od godziny 15⁰⁰)

- **SPECJALIŚCI** Środowiskowego Centrum Zdrowia Psychicznego zapraszają na „Kawę z psychologiem”
- Warsztaty plastyczne pod namiotem
- Warsztaty Garncarskie
- **„ŻYWE HISTORIE”** – spacer/rozmowa z osobą, która dzieli się doświadczeniem jak poradziła sobie z kryzysem psychicznym, spotkania z Asystentami Zdrowienia, duchownymi
- **ANIMACJE DLA DZIECI:** bańki mydlane, malowanie twarzy, dmuchawce, mega klocki i inne...
- Stoisko z książkami, publikacjami, twórczością osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego
- Prezentacja Uczelni oraz pomiar ciśnienia tętniczego, poziomu cukru i innych parametrów - **PODHALAŃSKA PAŃSTWOWA UCZELNIA ZAWODOWA W NOWYM TARGU**
- Stoisko Komendy Powiatowej Policji w Nowym Targu: profilaktyka i prezentacja pracy
- Wóz Państwowej Straży Pożarnej w Nowym Targu (parking obok sceny)
- Doradztwo do spraw pielęgnacji, wizażu i makijażu p. Monika Żółty

DODATKOWO

- 15⁰⁰ - 16⁰⁰ Joga na terenach zielonych
- 15³⁰ - 17⁰⁰ Bajkoterapia (zgłoszenia dzieci od 7 do 10 lat - namiot ŚCZP)

AKCJA HONOROWEGO KRWIODAWSTWA ODDAJ KREW, PODZIEL SIĘ... POMÓŻ

organizowana przez Klub Honorowych Dawców Krwi wraz z Miejskim Ośrodkiem Kultury w Rabce Zdroju i Podhalańskim Szpitalem Specjalistycznym im. Jana Pawła II w Nowym Targu. Krew będzie można oddać w specjalnym autobusie - mobilnym punkcie poboru krwi. Krew będą pobierały pracownice RCKiK Nowy Targ.

REJESTRACJA DAWCÓW: 10:00-15:00

ZGŁASZAJĄCY SIĘ DO ODDANIA KRWI POWINIEN:

- posiadać przy sobie dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość i numer PESEL
- powinien być zdrowy, wypoczęty, wyspany oraz po spożyciu lekkiego i niskokalorycznego posiłku
- powinien wypić około 1,5 litra płynów w ciągu 24 godzin przed oddaniem krwi
- nie spożywać alkoholu min 48 godzin przed oddaniem krwi



Redagował: Piotr Kuczaj

[poprzednia](#) [powrót do listy](#) **aktualności** [następna](#)