12. září 2018

**Týdny pro duševní zdraví slibují program po celém Královéhradeckém kraji**

**Týdny pro duševní zdraví se blíží. Na začátku října nabídnou lidem z Královéhradeckého kraje možnost navštívit 15 kulturně osvětových akcí v 5 městech. Cílem Týdnů pro duševní zdraví je informovat o problematice duševního onemocnění a o prevenci, zároveň vyvracet mýty a předsudky spjaté s tímto onemocněním.**

23. ročník tradiční akce Týdny pro duševní zdraví (TDZ) začne v Hradci Králové hned první říjnový den. Slavnostní zahájení se uskuteční v pondělí 1. 10. od 18 hodin v Galerii Artičok v Hradci Králové, kde zazní jemné melodické skladby hudební skupiny Třezalka.

Další den bude lékařka Natalie Stoklasová vyvracet mýty a odstraňovat stigmata, která opřádají téma duševního onemocnění na workshopu „Duševní zdraví 101“.

Protože duševní a fyzické zdraví spolu souvisí, nabízí program 3. 10. akci „Neblázni a cvič! Pohybem k duševnímu zdraví“, kde si lidé mohou zacvičit se zkušenými lektory a trenéry.

4. 10. láka k návštěvě Den otevřených dveří Psychiatrické kliniky Fakultní nemocnice Hradec Králové a také Simona Babčáková se svým veselým improvizačním představením One human show.   
Poslední akcí v Hradci Králové bude 5. 10. workshop Gestalt theatre Tomáše Andrášika, který vede k hlubšímu porozumění sobě i druhým.

Připraven je program i v dalších městech Královéhradeckého kraje. V Kostelci nad Orlicí pohovoří manželé Košťálovi o své zkušenosti s duševním onemocněním, povídání doprovodí kapela Oboroh. V Náchodě se představí divadelní skupina DRED s představením Kámen, duše, papír, tělo. Týdny pro duševní zdraví nakonec uzavře 12. 10. akce Hudba živí duši v Jičíně.

Veškeré akce jsou pořádány za účelem podpory lidí s duševním onemocněním. Akce jsou kulturně vzdělávacího charakteru a napomáhají destigmatizaci. Návštěvou Týdnů pro duševní zdraví podpoříte nejen své duševní zdraví, ale také se obohatíte o nové zkušenosti a informace, které vy sami můžete předat dalším lidem a tím následně pomáhat.

Akce se konají pod záštitou náměstkyně primátora města Hradec Králové Ing. Anny Maclové. Projekt finančně podpořil Magistrát města Hradec Králové, město Kostelec nad Orlicí a Tepelné hospodářství Hradec Králové.

Podrobný program naleznete na webových stránkách: [www.pdz.cz](http://www.pdz.cz) či facebookovém profilu Tydny.pro.dusevni.zdravi.