

# Kultura dla zdrowia i dobrostanu

program

## KONFERENCJA

→ Bielsko-Biała, Polska  
→ 14-15 Listopada,  
2024

### → 14 Listopada – Dzień 1

Lokalizacja: Teatr Polski Bielsko-Biała

#### Poranna sesja:

9:00 – 9:30 Kawa

9:30 – 9:40 Rozpoczęcie konferencji

9:40 – 11:00 **Panel 1: Prezentacja dowodów na wpływ kultury na zdrowie i dobrostan**

- Monica Urian, urzędnik ds. polityki, Komisja Europejska, Dyrekcja Generalna ds. Edukacji, Kultury, Młodzieży i Sportu, Wydział D1 – Polityka kulturalna
- Nils Fietje, Wydział ds. Badań Behavioralnych i Kulturowych, WHO Europa
- Rarita Zbranca, Dyrektor Programowy, Centrum Kultury w Kluż, Rumunia, współautorka raportu CultureForHealth
- Paul Milbank, Rząd Jersey – doświadczenia z programu „Kultura na receptę”
- Marta Ciesielska, Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

**Moderator:** Kornelia Kiss, Dyrektor ds. Kultury i Zdrowia, Culture Action Europe

11:00 – 11:10 Prezentacja platformy „Kultura i Zdrowie”, Kornelia Kiss

11:10 Przerwa

11:30 – 13:00 **Panel 2: Jak kultura może wspierać osoby w kryzysie uchodźczym**

- Nataliia Martynenko, koordynatorka projektu „Culture Helps”, zusa GmbH
- Darren Abrahams, terapeuta traumy i profesjonalny muzyk, Musicians Without Borders
- Anna Ochmańska, Międzynarodowa Organizacja ds. Migracji
- Viltaute Žemelytė, Red Noses International, Emergency Smiles

**Moderator:** Monica Urian, urzędnik ds. polityki, Komisja Europejska, Dyrekcja Generalna ds. Edukacji, Kultury, Młodzieży i Sportu, Wydział D1 – Polityka kulturalna

13:00 – 14:30 Obiad

## Sesja popołudniowa (różne lokalizacje w Bielsku-Białej):

14:30 – 16:30 **Sesje warsztatowe** (Limit miejsc na każdy warsztat wynosi 20 osób, rejestracja odbywa się według kolejności zgłoszeń):

### 1. **Muzyka a układ nerwowy**, Darren Abrahams

Dowiedz się, jak muzyka wpływa na układ nerwowy – połączenie teorii, praktycznych działań i przykładów innowacyjnych projektów w tej dziedzinie.

### 2. **Oddech i ruch w zarządzaniu stresem – warsztat dla służb mundurowych**, Katarzyna Szewciów (warsztat w języku polskim)

Warsztat ma na celu dostarczenie narzędzi do radzenia sobie ze stresem poprzez techniki oddechowe, ekspresję dźwiękową i ruch. Promuje relaksację, uwalnianie emocji i troskę o siebie. Uczestnicy będą odkrywać metody przetwarzania i uwalniania stresu za pomocą oddechu i ruchu.

### 3. **Warsztat humoru**, Anna Wojtkowiak-Williams

Dlaczego humor może być doskonałym narzędziem w rękach i umysłach opiekunów? Jak działa humor i jak można go wykorzystać w codziennej pracy z podopiecznymi? Przyjdź i sprawdź sam! Przygotuj się na dużą dawkę śmiechu!

### 4. **Odporność, elastyczność, flow – siła mentalna artystów i pracowników sektora kultury**, Heather O'Donnell

Warsztat koncentruje się na rozwijaniu sił mentalnych niezbędnych do zrównoważonej kariery w sektorze artystycznym i innych dziedzinach. Będziemy badać aspekty odporności, wytrwałości, elastyczności i flow: cech osobowości, które można rozwijać. Zbadamy, jak te siły mentalne można zintegrować z holistycznym podejściem artystycznym. Warsztat będzie obejmował prezentacje, badania indywidualne i grupowe oraz możliwość dyskusji.

### 5. **Projektowanie i ocena wpływu inicjatyw związanych z kulturą i zdrowiem**, Rarita Zbranca

Warsztat bada praktyczne kroki do projektowania znaczących inicjatyw związanych z kulturą i zdrowiem oraz oceny ich wpływu. Jakie narzędzia i podejścia możemy wykorzystać, aby zmierzyć ich efekty na zdrowie i dobrostan uczestników?

16.30 – 18.00 Czas wolny

18:00 – 19:30 Program kulturalny

20:00 Wieczorna impreza

## → 15 Listopada – Dzień 2

Lokalizacja: Szkoła Muzyczna w Bielsku-Białej

### Poranna sesja:

9:00 – 9:30 Kawa

9:30 – 11:00 **Panel 3: Kultura a zdrowie psychiczne młodzieży**

- Ania Olejnik, Czerwone Noski, EmpowerTeens project
- Edith Wolf Perez, Arts for Health Austria, prezentująca raport Voices of Culture na temat zdrowia psychicznego młodzieży i kultury
- Karol Pruciak, aktor i tancerz
- Karilė Mozerytė, muzeum MO, Litwa

**Moderator:** Kornelia Kiss

11:00 Przerwa

11:30 – 13:00 **Panel 4: Kultura w trosce o pracowników służb mundurowych oraz opiekunów (personel medyczny, pracownicy sektora kultury)**

- Heather O'Donnell, TGR The Green Room, gUG
- Anna Wojtkowiak-Williams, dyrektor artystyczna Czerwone Noski
- Rafaela Ganga, Uniwersytet John Moores w Liverpoolu
- Łukasz Mścisz, ratownik medyczny, Śląski Uniwersytet Medyczny, Centrum Symulacji Medycznej w Zabrze
- Alice Knight-Driver, Założycielka The Drive Project

**Moderator:** Rarita Zbranca

13:00 – 13:30 **Zamknięcie konferencji przez członków OMC ds. Kultury i Zdrowia w Polsce**

- Natalia Kempa-Paplińska, Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
- przedstawiciel Ministerstwa Zdrowia

13:30 - 14:30 **Obiad i zakończenie programu**

### organizatorzy:



**CULTURE AND HEALTH**  
platform



culture  
action  
europe



Co-funded by  
the European Union

### patronat honorowy:



Ministerstwo Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego



Minister  
Zdrowia

Patronat Honorowy

Jarosław Klimaszewski  
Prezydent Miasta



Bielsko-Biała

### partnerzy:

