Warszawa, 19.09.2024

INFORMACJA PRASOWA

**Institute for Health partnerem kampanii “Kobiety dla Kobiet”**

**12 września odbyła się konferencja #wKOBIECEJgłowie w ramach kampanii „Kobiety dla Kobiet” organizowanej przez miasto Rydułtowy. Gośćmi wydarzenia oraz warsztatów poprzedzających konferencje były przedstawicielki miast partnerskich z Norwegii i Ukrainy. Patronem kampanii jest Institute for Health. Projekt jest finansowany ze środków Funduszu Współpracy Dwustronnej Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego 2014-2021.**

Z badania „Stan zdrowia psychicznego Polek” przeprowadzonego przez Institute for Health w ramach kampanii #wKobiecejGłowie wynika, że tylko 14% Polek rozmawia na co dzień o swoich emocjach. Oznacza to, że 86% kobiet nie mówi o nich wcale! Tymczasem, komunikowanie o swoich uczuciach i emocjach to filar dla dobrostanu i zdrowia psychicznego. Jak zachęcić Polki do rozmowy na temat uczuć i emocji?[[1]](#footnote-1)

**Kobiety wzmacniają pozycję kobiet**

Miasto Rydułtowy zauważa wyzwania i problemy, z którymi mierzą się na co dzień kobiety. W odpowiedzi na nie, przedstawiciele miasta i lokalne liderki stworzyli projekt, który zachęca do dbania o swój dobrostan, edukuje na temat zdrowia w ujęciu holistycznym i uczy jak radzić sobie w sytuacji przemocy domowej wobec kobiet.

Jednym z elementów kampanii były warsztaty edukacyjne prowadzone przez ekspertów. Dzięki współpracy z miastami partnerskimi, możliwa była wymiana doświadczeń i perspektyw na zdrowie kobiet w różnych krajach i kontekstach kulturowych. W spotkaniu uczestniczyły reprezentantki i reprezentanci z Norwegii oraz Ukrainy. Tematyka warsztatów objęła trzy obszary:

* Różne oblicza przemocy i jej wpływ na zdrowie psychiczne kobiet – poprowadzili Piotr Hryniszyn i Sylwia Noworyta.
* Zdrowie kobiety i profilaktyka chorób ginekologicznych – poprowadziły Basia Płaczek i Danuta Kosteczko.
* Kobiety zmagające się z problemami chorób swoich dzieci, stratą, samotnością i bezradnością – poprowadziły Barbara Wojciechowska i Agata Dalibóg.

Warsztaty pozwoliły kobietom na jeszcze głębsze wejrzenie w siebie, refleksję nad tym, czy wystarczająco poświęcamy czas na zadbanie o własne zdrowie. Ponadto, uczestniczki miały okazję zapoznać się z wiedzą na temat przemocy, również tej, która nie zawsze wydaje się oczywista, a także temu jak jej przeciwdziałać i wspierać kobiety doświadczające tego zjawiska. Dzięki pracy w grupach, niezwykłej empatii oraz zaangażowaniu, kobiety po raz kolejny udowodniły, że mają siłę sprawczą, by zadbać o siebie samą i te, które nie zawsze wiedzą jak to robić.

**Konferencja #wKOBIECEJgłowie wzbudziła ogromne emocje**

W dniu warsztatów, wieczorem, miała również miejsce konferencja poświęcona kobietom, która poruszyła serca, wywołała uśmiech, szczęście, ale również łzy, prowadząc do refleksji nad tym, co najważniejsze w życiu. W pierwszym, otwierającym panelu, goście skupili się na problemach zdrowia psychicznego kobiet. Panel poprowadziła Marta Domańska, dyrektorka Institute for Health, a towarzyszyły jej Mariola Bolisęga, zastępczyni Burmistrza Miasta Rydułtowy, przedstawicielka Stowarzyszenia Frelki Obywatelki oraz pedagog specjalny, Joanna Kowalska. Dyskusja dotyczyła wyzwań, jakie stoją przed kobietami w kontekście zdrowia psychicznego, a także sposobów radzenia sobie z codziennym stresem i presją. Na pytanie prowadzącej co drzemie w kobiecej głowie ślązaczki, przedstawicielka Stowarzyszenia Frelki mówiła: *ślązaczki obudziły się i nie myślą tylko o rodzinie, ale na szczęście zaczynają myśleć też o sobie, o tym, że muszą o siebie zawalczyć. O zdrowie psychiczne i fizyczne. Ważne są dla nich przyjaźnie, kontakty i praca. Wiele z nich osiąga sukcesy zawodowe, zostaje menadżerkami* – mówiła Dagmara Jazowska, założycielka Stowarzyszenia „Frelki Obywatelki”, działającego na rzecz społeczności śląskiej.

**Institute for Health współpracuje z samorządami**

Oprócz inicjatyw ogólnopolskich, Institute for Health prowadzi również działania o wymiarze lokalnym. O tym, dlaczego inicjatywy lokalne są tak istotne dla społeczeństwa i systemu mówi dyrektorka Institute for Health, Marta Domańska:

*Współpraca z samorządem terytorialnym jest niezwykle ważna w identyfikowaniu problemów zdrowotnych Polaków i szukaniu sposobów na radzenie sobie z nimi w sposób systemowy. Polskie miasta klasyfikowane jako duże to grupa jedynie 30 miast. Polskę tworzą miasta średnie i małe oraz wsie, dlatego przy analizowaniu problemów zdrowotnych Polaków, ta druga grupa jest najbardziej istotna. W dużych miastach łatwiej o dostęp do usług zdrowotnych, zarówno publicznych, jak i prywatnych. To samo dotyczy fundacji, stowarzyszeń, miejsc gdzie na przykład kobiety w kryzysie mogą znaleźć pomoc. Współpraca z miastem Rydułtowy jest dla nas szczególnie ważna bo pokazała nam, jak wielki potencjał drzemie w społecznościach lokalnych i to te społeczności mają realną siłę do wprowadzania zmian systemowych. Niestety nie zawsze są słyszane, choć niejednokrotnie wprowadzają lokalnie rozwiązania na poziomie dorównującym dobrze zorganizowanym dużym miastom. Jako think tank, chcemy dać głos samorządom, które reprezentują głos większości Polaków, dlatego każda współpraca z lokalną społecznością daje nam ogromną radość i satysfakcję i utwierdza nas w przekonaniu, że to, co robimy, ma głęboki sens.*

1. “Badanie Stanu Zdrowia Psychicznego Polek” przeprowadzone na zlecenie Instytutu LB Medical. Badanie zrealizowane w dn. 3-9 grudnia 2020 przez Agencję SW Research metodą wywiadów indywidualnych (IDI online) za pośrednictwem aplikacji ZOOM, z wykorzystaniem kamer internetowych. [↑](#footnote-ref-1)