

Tisková zpráva
FESTIVAL O DUŠEVNÍM ZDRAVÍ - OKOfest vol. 10
srpen / září 2020, Městská část Praha 5

V měsíci srpnu se **fotografická výstava OKO přesune** ze Střeleckého ostrova, co by kamenem dohodil, **na náměstí 14. října na Smíchově**, Praha 5, **před krásnou novorenesanční baziliku svatého Václava**. Kolemjdoucí se mohou fotografiemi kochat až do poloviny září 2020.

V rámci OKOfestu - festivalu o duševním zdraví proběhne ve čtvrtek **10.9. 2020 od 16 hodin v Městské knihovně na Smíchově** přednáška a diskuze na téma: **Jak nevyhořet na mateřské dovolené aneb PÉČE ZE VŠECH SIL**.

Jsou na mateřské dovolené, mají zdravé děti, víceméně spokojené manželství. Přesto jsou věčně nevyspalé, unavené, často pláčou. Některé z nich pak s nepřítomnými pohledy bloumají po nákupních centrech. Žen, které postihne na mateřské dovolené syndrom vyhoření, je čím dál víc.

„Chtěla bych mít chvíli klid, řekla jsem si pro sebe. A pak to ticho, klid a tma opravdu přišly. Omdlela jsem,“ popisuje pětaticetiletá Blanka Horešovská, jak se u ní před šesti lety poprvé projevil syndrom vyhoření. Tehdy měla doma dvouapůlletou dceru a tříměsíční mimino. Dnes už má děti tři, k tomu chová desítky želv a je jí o moc líp. Cesta k psychické pohodě ale nebyla snadná. *„Doktoři – místo aby mě pořádně vyslechli – mi diktovali, jak mám žít. Říkali mi třeba: jste vyhořelá, protože s vámi dcera spí v posteli. Dnes je jí osm a půl, v posteli se mnou spí pořád, a vyhořelá nejsem.“*

Diskuse se zúčastní také psycholožka Eliška Kodyšová, která se s příběhy vyhoření setkává ve své praxi, ale má i vlastní zkušenosti z doby, kdy se jí během čtyř let narodily tři děti. Vstup je zdarma.



Projekt je spolufinancován Evropskou unií.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – půl růstu ČR



Rozvoj mobilního komunitního centra OKO



Městská knihovna
v Praze



Fotografická výstava a OKOfest vol. 10 je pořádán pod záštitou starostky MČ Praha 5 paní Mgr. Renátou Zajíčkovou a radním pro Prahu 5 panem JUDr. Petrem Lachnitem.

Pořadatelem akce OKOfest je organizace **Art Movement**.

Projekt OKO mobilní komunitní centrum – **ODŽÍT – PŘEŽÍT – PROŽÍT?** je spolufinancován Evropskou unií.

Více informací na www.okocentrum.cz

FB - <https://m.facebook.com/okomobilnikomunitnicentrum/>

Za tým OKOfestu

Michaela Všetečková

produkce - Rozvoj mobilního komunitního centra OKO

okocentrum2019@gmail.com, + 420 728 885 031

www.okocentrum.cz

PROJEKT JE SPOLUFINANCOVÁN EVROPSKOU UNIÍ:



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
OP Praha – půl růstu ČR



ROZVOJ MOBILNÍHO KOMUNITNÍHO CENTRA OKO:

