



Nie wychodź na pole, siedź w domu

2020-03-23

#ZostanwDomu, czyli po krakowsku nie wychodź na pole, siedź w domu !

W związku z epidemią koronawirusa, wywołującego chorobę COVID-19, zgodnie z zaleceniami lekarzy zostajemy w domu. Oczywiście są do odrobienia lekcje, można grać w planszówki, malować, rysować itp., ale chciałoby się więcej.

Marzy się nam wyjście do teatru, muzeum, a może domowa biblioteczka już przeczytana?

Naprzeciw tym pragnieniom wychodzą instytucje kultury udostępniając on-line, bezpłatnie swoje zbiory, specjalnie przygotowane spektakle, słuchowiska itp.:

- [Wawel przez dziurkę od klucza](#) - w krótkich filmikach pokazane jest co dzieje się w muzeum, jakie prace trwają w wawelskich ogrodach, o zbiorach opowiadają wawelscy kustosze. Razem z nami przejdziemy przez zamknięte komnaty zamku. W ten sposób Wawel pozostaje dla nas otwarty.
- [Biblioteka Kraków](#)
- [Teatr Groteska](#)
- [Teatr Ludowy](#)
- [Teatr Łażnia Nowa](#)
- **Krakowski Teatr Scena STU**
spektakl: [„Wariacje Tischnerowskie. Kabaret filozoficzny” w reż. Artura "Barona"](#)

[Więcka](#)

spektakl: ["Spowiedź Chuligana" w reż. Krzysztofa Jasińskiego](#)

spektakl: ["Inne rozkosze" w reż. Artura Barona Więcka](#)

- [Zamek Królewski na Wawelu](#)
- [Muzea Małopolski](#)
- [Muzeum Krakowa](#)
[Cyfrowy Thesaurus](#)
[wirtualny spacer po Rynku Podziemnym](#)
[wirtualny spacer po wystawie Cyberteka](#)
[FB Muzeum Krakowa](#)
[FB Fabryka Emalia Oskara Schindlera](#)
[FB Miejsce Pamięci KL Płaszów](#)
[FB Dom Zwierzyniecki](#)
[FB Rydlówka](#)
[FB Muzeum Teatralne](#)
[FB Pałac Krzysztofory](#)
[FB Kamienica Hipolitów](#)
[FB Muzeum Nowej Huty](#)



[FB Muzeum Podgórze](#)
[FB Dział Edukacji Krzysztofory](#)
[FB Rynek Podziemny](#)
[FB Ulica Pomorska](#)
[FB Apteka Pod Orłem](#)
[FB Thesaurus Cracoviensis](#)
[FB Celestat](#)
[FB Stara Synagoga](#)
[Księgarnia on-line Muzeum Miasta Krakowa](#)

- [Muzeum Lotnictwa](#)
- [Muzeum Narodowe w Krakowie](#)

[kolekcja zbiorów](#)
[wirtualne Muzeum Narodowe](#)
[archiwum Muzeum Narodowego](#)

- **Muzeum Inżynierii Miejskiej**
[FB Muzeum Inżynierii Miejskiej](#)
[#OdkrywajzMiM](#) - Edukacja dla Dzieci w MiM
podcast "[Bo Czemu Nie](#)" poruszający tematykę miejską (np. komunikacja, partycypacja) oraz technologiczną - realizowany jest we współpracy z Muzeum MiM
- **Ogród Doświadczeń**
[FB Ogrodu Doświadczeń](#)
- [Wirtualne spaceruj:](#)

- [Gmach Główny MNK](#)
- Muzeum im. Emeryka Hutten-Czapskiego z Pawilonem Józefa Czapskiego
- Pałac Biskupa Erazma Ciołka
- Muzeum Dom Jana Matejki
- Muzeum Karola Szymanowskiego w Willi "Atma"

- [Zapowiedzi wystaw, zapisy rozmów i materiały archiwalne](#)
- [Biblioteka Cyfrowa z kolekcji Biblioteki MNK i Biblioteki Książąt Czartoryskich](#)
- [12 słynnych światowych muzeów oferuje wirtualne spaceruj](#)

Pozostając w domu mimowolnie zalewani jesteśmy ze wszystkich stron mnóstwem informacji które wywołują lęki i stan niepokoju. Dodatkowo przymusowe zamknięcie, oderwanie od „bezpiecznej” rutyny wpływa niekorzystnie na nasze samopoczucie.



Pamiętajmy nie jesteśmy sami, wsparcie psychologiczne zapewniają psycholodzy i terapeuci poprzez porady telefoniczne:

[Zielony Domek](#)

[Krakowski Instytut Psychoterapii](#)

Wspólne gotowanie to jeden z wielu sposobów zabawy z dziećmi, ale może się również pojawić tęsknota za wspólnym wypadem do restauracji... I tu pomocną dłoń wyciągają krakowscy restauratorzy dowożąc do domów gotowa dania. Ich listę z podziałem na dzielnice znajdziecie [tutaj](#)

Mimo trudności, ograniczeń i wątpliwości to może być czas bliskich spotkań z literaturą i sztuką, czas budowania relacji z dziećmi (małymi i dużymi) na zupełnie nowej płaszczyźnie.

Będziemy na bieżąco aktualizować spis wydarzeń by siedzenie w domu było miłsze i łatwiejsze :)