



**Magiczny
Kraków**

Senior w Muzeum: Krok w głąb kopalni - krokiem ku zdrowiu

2024-09-03

Muzeum Żup Krakowskich Wieliczka zaprasza seniorów na spotkanie " Krok w głąb kopalni - krokiem ku zdrowiu" 6 września 2024 r. o godz. 10.00 w Muzeum w kopalni soli.

Odkrywanie 700-letniej historii kopalni oraz soli na Trasie Muzeum połączone z oddychaniem słonym powietrzem to propozycja skierowana do seniorów. Spotkanie „Krok w głąb kopalni – krokiem ku zdrowiu” odbędzie się 6 września 2024 r. o godz. 10.00 w Muzeum na III poziomie kopalni soli.

Poznanie historii wyjątkowego obiektu to pierwszy z celów, oddychanie słonym powietrzem to drugi cel. Nie od dziś wiadomo, że kopalnia ma wyjątkowy dla zdrowia mikroklimat stąd powstanie uzdrowiska, którego tradycja sięga XIX w. Salinarny lekarz Feliks Boczkowski zauważył, że wieliczcy górnicy dużo rzadziej zapadają na schorzenia płuc. W 1839 r. założył na powierzchni zakład kąpielowy, w którym w celach leczniczych stosowano kąpiele solankowe, kąpiele z użyciem mułów solnych oraz inhalacje. Przełomowym momentem było wykorzystanie do leczenia dobroczynnych właściwości solnych podziemi, czyli subterraneoterapia. Pierwsze w Polsce podziemne sanatorium założył doktor Mieczysław Skulimowski w 1958 r.

Co tworzy ten charakterystyczny mikroklimat? Jakie czynniki korzystnie wpływają na zdrowie człowieka? Jakie schorzenia mogą być tu leczone? Odpowiedzi na te pytania dostarczy spotkanie. Ale dla zdrowia człowieka ważne jest także to w jaki sposób się oddycha stąd też przeprowadzone zostaną krótkie zajęcia ruchowo-oddechowe uczące właściwego oddychania.

Wskazane jest wygodne, ale też cieplejsze ubranie (ok. 140C).

Rezerwacja: Dział Edukacji Muzeum, tel. 12 289 16 33

Cena zajęć: 15 zł/ os.