

AKTUALNOŚCI - KULTURA, PROMOCJA, TURYSTYKA

18/07/2022 14:43, aktualizacja: 21/07/2022 11:22 | Zamieścił: Urszula Sabak, Autor: oprac.

WKZ

MAZOpikniki



Autor: fot.

arch. UMWM

Już dwa MAZOpikniki za nami. Dla mieszkańców i turystów odwiedzających Płock i Ciechanów był to czas nie tylko dobrej zabawy, ale też uzupełniania wiedzy o Mazowszu czy własnym zdrowiu.

Dla tych, którzy nie mieli okazji uczestniczyć jeszcze w pikniku, nic straconego. Podobne imprezy planowane są w Ostrołęce (23 lipca plaża miejska w Ostrołęce ul. Wioślarska), Iłży (30 lipca przy Zamku Biskupów Krakowskich), Siedlcach (6 sierpnia – teren zielony przy amfiteatrze ul. Wiszniewskiego) i Żyrardowie (27 sierpnia na terenie rekreacyjnym nad Zalewem Żyrardowskim).

MAZOpikniki to cykl imprez plenerowych przygotowanych przez Samorząd Województwa Mazowieckiego. Każdy znajdzie na nich coś dla siebie – zarówno najmłodszy Mazowszanie, jak i seniorzy, którzy dowiedzą się, jak lepiej zadbać o własne zdrowie. Znajdzie się też coś i dla ludzi kochających ekologię czy rękodzieło, jak i sport oraz kulinaria.

Atrakcje pikniku:

- warsztaty eko i zero waste m.in.: warsztaty z szycia woreczków na warzywa i owoce z wykorzystaniem firan oraz warsztaty z robienia woskowijek.
- wielkoformatowe gry
- strefa Funduszy europejskich na Mazowszu
- jarmark wyrobów ludowych i produktów regionalnych

- joga na trawie i nauka tańca
- gry, zabawy i konkursy z nagrodami
- malowanie buziek, plectenie warkoczyków
- konsultacje ekspertów
- strefa dla „Maluszków”
- wirtualne spaceru po muzeach na Mazowszu
- turystyka zrównoważona i ekologiczna na Mazowszu (ścieżki przyrodnicze, obiekty edukacyjne)
- lokalne przysmaki

Natomiast w Miasteczku Zdrowia będziemy mogli skorzystać m.in. z:

- konsultacji dietetycznych,
- pomiaru ciśnienia tętniczego krwi, EKG,
- oznaczenia poziomu cukru, cholesterolu,
- pomiaru tlenu węgla w wydychanym powietrzu,
- pomiaru masy i składników ciała (woda i tłuszcz) – wyliczenie indeksu BMI,
- badania skóry głowy,
- nauki pierwszej pomocy

Nie zabraknie też zabawy przy muzyce. Wieczorem od godz. 18.00 goście zapraszani są na międzypokoleniową potańcówkę na dechach, a zaraz po niej od godz. 20.00 na silent disco.

Zapraszamy do śledzenia wydarzenia na FB, tam znajdują się wszystkie najświeższe informacje.

Do zobaczenia na pikniku!

Dla najmłodszych także było wiele atrakcji



fot. arch. UMWM

W Ciechanowie nie mogło zabraknąć akcentów średniowiecznych



fot. arch. UMWM

Zainteresowaniem cieszyły się warsztaty z szycia



fot. arch. UMWM

Pikniki to także dobra okazja do sprawdzenia swojego stanu zdrowia



fot. arch. UMWM

UWAGA

Informacje opublikowane przed 1 stycznia 2021 r. dostępne są na stronie archiwum.mazovia.pl