

mazopikniki

GODZ. 11.00-18.00

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 warkoczków >> konsultacje ekspertów
- >> strefa dla „Maluszków”

TURYSTYKA

- >> turystyka zrównoważona i ekologiczna na Mazowszu
- >> wirtualne spacery po muzeach na Mazowszu
- >> ścieżki przyrodnicze i edukacyjne >> lokalne produkty

ZDROWIE

- >> konsultacje dietetyczne >> pomiar 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 >> nauka pierwszej pomocy >> pokazy ambulansów

ORAZ I WIELE INNYCH ATRAKCJI

- godz. 18.00 >> międzypokoleniowa potańcówka na dechach
- godz. 20.00 >> silent disco

**Prosimy o zabranie ze sobą uśmiechu i dobrej pogody.
Do zobaczenia na pikniku!**

WSTĘP WOLNY !

współpraca



MIASTO
OSTROŁĘKA



PŁOCK



ZYRARDÓW
www.zyrardow.pl



organizator

Mazowsze.
serce Polski

partner
medialny

**radio
kolor**
103 FM