



**XII**  
**ŚWIĘTO RODZINY**  
**KRAKOWSKIEJ**  
**ZAGRAJ W ZIELONE Z RODZINĄ**

**26.05.2024 | niedziela | godz. 11–19**  
tereny zielone przy TAURON Arenie Kraków

**PROGRAM**



**XII**  
**ŚWIĘTO RODZINY**  
**KRAKOWSKIEJ**  
ZAGRAJ W ZIELONE Z RODZINĄ

**26.05.2024 | niedziela | godz. 11-19**  
tereny zielone przy TAURON Arenie Kraków

- 🌿 Gry terenowe
- 🌿 Spacery tematyczne
- 🌿 Rozgrywki sportowe
- 🌿 Warsztaty
- 🌿 Pokazy
- 🌿 Konkursy
- 🌿 Bilety wstępu w promocyjnych cenach



ZAWSZE GOTOWI. ZAWSZE BLISKO



POKONAJMY NOWOTWORY KRWI

### SZKOŁA ASPIRANTÓW PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ W KRAKOWIE

Prezentacja samochodu gaśniczego.

### KOMENDA MIEJSKA PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ W KRAKOWIE

Pokaz psów ratowniczych z WSSGR w Nowym Sączu, hydronetka z domkami „Smerfów”.

### CENTRUM MEDYCZNE MASZACHABA

Profilaktyka raka piersi: badania mammograficzne dla kobiet (w mammobusie) oraz fantom do nauki samobadania. Konsultacje dietetyka w zakresie zdrowego żywienia.

### KRAKOWSKIE TOWARZYSTWO „AMAZONKI”

„Dbamy o nasze mamy”  
Profilaktyka raka piersi, fantom do nauki samobadania, informacje dla pacjentek.

### MAŁOPOLSKI ODDZIAŁ WOJEWÓDZKI NARODOWEGO FUNDUSZU ZDROWIA W KRAKOWIE

„Dbamy o zdrowie – profilaktyka z NFZ”  
Badanie analizy składu masy ciała. Informacje o programach profilaktycznych, IKP, portalach NFZ o zdrowiu, czyli Akademii NFZ i Diety NFZ.

### SZPITAL SPECJALISTYCZNY IM STEFANA ŻEROMSKIEGO SP ZOZ W KRAKOWIE

„Żeromski dba o Wasze zdrowie”  
Konsultacje fizjoterapeutyczne, pomiar ciśnienia i cukru, porady dermatologiczne, porady położnicze, porady okulistyczne (rotacyjnie).

### 11 MAŁOPOLSKA BRYGADA OBRONY TERYTORIALNEJ

Pokaz sprzętu. Strefa edukacyjno-zabawowa dla dzieci.

### FUNDACJA DKMS

Rejestracyjna potencjalnych dawców szpiku i komórek macierzystych.



**Miejskie Centrum  
Profilaktyki Uzależnień  
w Krakowie**



**MIEJSKIE CENTRUM OPIEKI  
DLA OSÓB STARSZYCH,  
PRZEWLEKLE NIEPEŁNOSPRAWNYCH  
ORAZ NIESAMODZIELNYCH W KRAKOWIE**



**SZPITAL  
MIEJSKI  
SPECJALISTYCZNY  
im. Gabriela Narutowicza**



### **MIEJSKIE CENTRUM PROFILAKTYKI UZALEŻNIEŃ W KRAKOWIE**

Porady i konsultacje psychologiczne i prawne w zakresie problematyki uzależnień od substancji psychoaktywnych i uzależnień behawioralnych.

### **WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W KRAKOWIE**

Poradnictwo w zakresie szczepień, chorób zakaźnych, zdrowego stylu życia. Alko- i narkogogle symulujące widzenie po spożyciu alkoholu lub środków odurzających (układanie wieży z kubków, układanie puzzli, slalom między pachotkami). Pomiar tlenu węgla w wydychanym powietrzu. Wielkoformatowa gra planszowa dla dzieci i kącik zabaw dla dzieci.

### **MIEJSKIE CENTRUM OPIEKI DLA OSÓB STARSZYCH, PRZEWLEKLE NIEPEŁNOSPRAWNYCH ORAZ NIESAMODZIELNYCH W KRAKOWIE**

Informacje nt. działań realizowanych przez MCO w ramach programów polityki zdrowotnej: opieka wytchnieniowa, Dzienny Dom Opieki Medycznej, Placówka Diennej Opieki i Aktywizacji, oddział dziennej rehabilitacji.

### **OKRĘGOWA IZBA APTEKARSKA W KRAKOWIE**

Konsultacje z farmaceutą z zakresu stosowanych leków, ich interakcji, zakresu działania, opieka farmaceutyczna: Usługa Nowy Lek.

### **SZPITAL MIEJSKI SPECJALISTYCZNY IM. GABRIELA NARUTOWICZA W KRAKOWIE**

Prezentacja karetki. Porady dietetyka w zakresie wprowadzania prawidłowych nawyków żywieniowych, umiejętności planowania żywienia i wyboru odpowiednich produktów żywnościowych w kontekście ich składu i wartości odżywczej. Informacje na temat dodatków do żywności, żywności ekologicznej oraz ekologicznej postawy w społeczeństwie. Pokaz ćwiczeń fizjoterapeutycznych w zakresie łagodzenia dolegliwości bólowych kręgosłupa.

### **KOMENDA MIEJSKA POLICJI W KRAKOWIE**

Informacje na temat cyberzagrożeń, bezpieczeństwa osób starszych. Strefa plastyczna dla najmłodszych.

### **KOMENDA WOJEWÓDZKA POLICJI W KRAKOWIE**

Prezentacja sprzętu Wydziału Ruchu Drogowego KMP w Krakowie i Samodzielnego Pododdziału Kontrterrorystycznego.



### STRAŻ MIEJSKA MIASTA KRAKOWA

„Na straży ekologii”  
Gry i konkursy o tematyce związanej z ekologią.

### PLACÓWKA STRAŻY GRANICZNEJ W KRAKOWIE – BALICACH

Prezentacja pojazdów, sprzętu i wyposażenia Zespołu Interwencji Specjalnych PSG. Pokaz wyszkolenia psa służbowego.

### PKDP PAŃSTWOWA KOMISJA DO SPRAW PRZECIWDZIAŁANIA WYKORZYSTANIU SEKSUALNEMU MAŁOLETNIH PONIŻEJ LAT 15

Bezpieczeństwo i ochrona dzieci. Materiały informacyjne dla rodziców.  
Animacje i gadżety dla dzieci.

### GAMESCAPE

Adventure Rooms to nie tylko pokoje zagadek w jednym miejscu. To również mobilne rozwiązania w postaci tajemniczych i ekscytujących skrzyń z zagadkami i łamigłówkami. Na stoisku Gamescape rodziny z dziećmi będą mogły podjąć wyzwanie Black Box Challenge i wziąć udział w zabawie „Rozwiąż skrzynię – zgarnij nagrodę”.

### KAWIARNIA „DZIÓRAWY KOCIÓŁ”

Warsztaty z Czarodziejem: tworzenie mioteł z ekologicznych materiałów, tworzenie specjalnego tematycznego przepisu na eliksir, sadzenie magicznych fasolek. Testy wiedzy z zakresu ekologii i aktywności fizycznych. Malowanie twarzy. Tatuże z henny.

### AGENCI UŚMIECHU

Animacje dla dzieci, m.in. dekorowanie szczoteczek do zębów.

### URZĄD MIASTA KRAKOWA WYDZIAŁ POLITYKI SPOŁECZNEJ I ZDROWIA, REFERAT DS. ZDROWIA

Promocja działań realizowanych przez Wydział. Konkursy dla dzieci.

### URZĄD MIASTA KRAKOWA WYDZIAŁ POLITYKI SPOŁECZNEJ I ZDROWIA I POLSKI ZWIĄZEK GŁUCHYCH REFERAT DS. PROBLEMATYKI OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Promocja działań związanych ze wsparciem osób z niepełnosprawnościami oraz programu Kraków dla Rodziny N.



**Miejski Ośrodek  
 Pomocy Społecznej  
 w Krakowie**



**nowohuckie  
 centrum  
 kultury**



### **MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W KRAKOWIE**

Warsztaty rękodzielnicze o tematyce ekologicznej. Gra w parku dla rodzin – zadania ekologiczne.

### **NOWOHUCKIE CENTRUM KULTURY**

Eko warsztaty papieroplastyczne. Zabawy kreatywne, animacje dla najmłodszych, ścieżka sensoryczna, zabawy zręcznościowe.

### **NARODOWY BANK POLSKI ODDZIAŁ OKRĘGOWY W KRAKOWIE**

Wystawa monet i sejfów. Prelekcje o zabezpieczeniach banknotów. Gogle VR. Konkursy.

### **UNICEF REFUGEE RESPONSE OFFICE – BIURO UNICEF DS. REAGOWANIA NA POTRZEBY UCHODźCÓW W POLSCE**

Warsztaty na temat praw dziecka. Informacje na temat Konwencji o Prawach Dziecka i U-Raport.

### **URZĄD MIASTA KRAKOWA WYDZIAŁ POLITYKI SPOŁECZNEJ I ZDROWIA REFERAT PARTYCYPACJI I DIALOGU**

Promocja dialogu obywatelskiego, konsultacji społecznych, inicjatywy lokalnej i budżetu obywatelskiego. Zbieranie uwag w ramach toczących procesów konsultacyjnych. Konkursy.

### **MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY „DOM HARCERZA”**

Warsztaty plastyczne, w tym origami.  
 Warsztaty fotograficzne i animacji filmowej. Pokazy treningu karate.

### **FIKOŁKI – SALE ZABAW DLA DZIECI SP. Z O.O.**

Animacje dla dzieci.

### **MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY FORT 49 „KRZESŁAWICE”**

Warsztaty plastyczne, animacje dla najmłodszych, zabawy sportowe i zręcznościowe.



### PRACOWNIA MŁODYCH

Prezentacja działań Pracowni Młodych skierowanych do krakowskiej młodzieży w wieku 13-26 lat.

### REGIONALNA DYREKCYJA LASÓW PAŃSTWOWYCH W KRAKOWIE

Zabawy i edukacja w zakresie prowadzenia wielofunkcyjnej i zrównoważonej gospodarki leśnej, która od 100 lat jest zarządzana przez Lasy Państwowe i stała się wzorem leśnictwa w Europie i na świecie.

### DECATHLON

Warsztaty w „strefie biwak z Decathlon Kraków” – warsztaty biwakowe: zasady biwakowania, biwakowe typy, zasady bezpieczeństwa przebywania w lesie/górach, jak dobrać ekwipunek, jak się spakować, jak prognozować pogodę, jak się zachować w sytuacji zagrożenia.

### ZARZĄD INFRASTRUKTURY SPORTOWEJ W KRAKOWIE

Trening Nordic Walking „Chodźże z nami”, trening lekkoatletyczny dla dzieci w grupach wiekowych 6-10, 11-14, 15-18 lat.

### URZĄD MIASTA KRAKOWA WYDZIAŁ KOMUNIKACJI SPOŁECZNEJ

Zajęcia fitness z trenerką Dominiką Waksmundzką w ramach kampanii „Kraków w formie”; czas trwania: 60 min. Stoisko informacyjno-promocyjne.

### KRAKOWSKIE TOWARZYSTWO OPIEKI NAD ZWIERZĘTAMI

Informacje na temat działań KTOZ oraz zwierząt do adopcji znajdujących się pod opieką Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt w Krakowie.

### STOWARZYSZENIE SIEMACHA

Warsztaty kreatywne z wykorzystaniem ekologicznych i biodegradowalnych materiałów plastycznych, warsztaty z ekokosmetyków i tworzenia ekologicznej biżuterii. Zajęcia „Wygibobasy” dla rodziców z niemowlętami od 5 miesiąca. Zajęcia ruchowe, zajęcia sensoryczne, zabawy animacyjne, bańki XXL.

### STOWARZYSZENIE PRO FAMILIA

Konsultacje psychologiczne. Porady psychologa pedagoga i psychoterapeuty. Pomoce edukacyjne i gry dla rodziców i dzieci, które pomagają budować prawidłowe relacje rodzinne. Promocja pilotażowego projektu TATATULI, wspierającego kompetencje wychowawcze ojców.



### ŻŁOBKI SAMORZĄDOWE NR 5, 22, 24, 27

Zabawy sensoryczne, ruchowe, plastyczne dla najmłodszych.

### KRAKOWSKIE CENTRUM EDUKACJI KLIMATYCZNEJ

Edukacja w zakresie klimatu i ekologii. Warsztaty plastyczne, gry, quizy ekologiczne dla dzieci w wieku szkolnym i przedszkolnym.



### URZĄD MIASTA KRAKOWA WYDZIAŁ DS. JAKOŚCI POWIETRZA

Informacje w zakresie efektywności energetycznej, oszczędzania energii, programów dotacyjnych realizowanych przez Miasto (z zakresu OZE, termomodernizacji budynków jednorodzinnych, mikroretencji wód opadowych i roztopowych, Programu Stop Smog), dostępności zewnętrznych form wsparcia (Program Czyste Powietrze, Program Mój Prąd, ulga termomodernizacyjna).



### URZĄD MIASTA KRAKOWA WYDZIAŁ KSZTAŁTOWANIA ŚRODOWISKA

Gry, konkursy. Edukacja na temat zwierząt w mieście: jak zareagować podczas przypadkowego spotkania z dzikim zwierzęciem, co robić, żeby nie zapraszać dzikich zwierząt do miasta, jak udzielić pomocy dzikim i domowym zwierzętom, jak dokarmiać ptaki. Edukacja na temat pola elektromagnetycznego i jak ograniczyć jego działania na człowieka.



Stowarzyszenie  
Dobrej Nadziei

### CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORA DOBREJ NADZIEI PROWADZONE PRZEZ STOWARZYSZENIE DOBREJ NADZIEI

Rodzinna gra w Mölkky. Mölkky to wspaniała zabawa, która wciągnie każdego! Wszystko, czego potrzebujesz, to kawałek chodnika i dobry humor.

Fundacja Edukacji i Aktywności Seniorów

LokoMotywa

### FUNDACJA EDUKACJI I AKTYWNOŚCI SENIORÓW LOKOMOTYWA (CAS MŁODZI DUCHEM, CAS SUPER SENIOR)

Sadzenie kwiatów, które oczyszczają powietrze w mieszkaniach. Sadzonki będzie można zabrać ze sobą do domów.



Rada  
Krakowskich  
Seniorów

### RADA KRAKOWSKICH SENIORÓW

Gra terenowa. Pokaz drona. Konsultacje dla seniorów z zakresu korzystania ze smartfona.





### STOWARZYSZENIE FABRYKA INICJATYW (CAS CYFROWE CENTRUM, CAS CYFROWE CENTRUM BIEŃCZYCE, CAS PRACOWNIA INICJATYW)

Prezentacja technologii dla seniorów: VR (wirtualna rzeczywistość) i roboty (WeDo).

### ZARZĄD ZIELENI MIEJSKIEJ W KRAKOWIE

Projekt „Jadalny Kraków”: warsztaty ogrodnicze, rozdawanie nasion, quizy

### CENTRUM EDUKACJI EKOLOGICZNEJ „SYMBIOZA” ZARZĄDU ZIELENI MIEJSKIEJ W KRAKOWIE

Rodzinne warsztaty ekologiczno-przyrodnicze.

### BIBLIOTEKA KRAKÓW I CENTRUM EDUKACJI LOTNICZEJ KRAKÓW AIRPORT

Czytanie jest eko!  
Chcesz stworzyć niezwykłą makietę zamku lub bajkową zakładkę do książek? A może chcesz wziąć udziału w grze zręcznościowej lub skorzystać z letniej czytelnicy z leżakami i regałem z książkami? Zajrzyj na stoisko Biblioteki Kraków!  
Zastanawiałeś się, dlaczego samolot lata, jakich pamiątek nie możesz przywieźć z wakacji i kto pracuje na lotnisku? Chcesz poznać tajniki lotnictwa cywilnego i zostać świadomym podróżnikiem? Odwiedź stoisko Centrum Edukacji Lotniczej Kraków Airport (unikatowego ośrodka popularyzowania wiedzy z zakresu lotnictwa)!

### MUZEUM INŻYNIERII I TECHNIKI W KRAKOWIE I OGRÓD DOŚWIADCZEŃ IM. STANISŁAWA LEMA

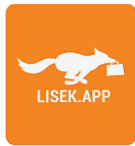
Stoisko promujące ofertę edukacyjną Muzeum Inżynierii i Techniki z siedzibą w Zajezdni; prezentacja modeli edukacyjnych z Ogrodu Doświadczeń im. Stanisława Lema.

### CENTRUM WIELOKULTUROWE

Informacje dla obcokrajowców. Zabawy i animacje.

### KREATECH

Zajęcia z robotyki. Nauka programowania z LEGO. Zajęcia rozwijają wyobraźnię przestrzenną, myślenie analityczne, zmysł techniczny, znajomość języka angielskiego i zagadnień z zakresu nauk technicznych i ścisłych.



### LISEK.APP

Malowanie twarzy, liskowe kolorowanki, szukanie liskowych zdobyczy (owoców). Wata cukrowa, popcorn.

### AWF

Zajęcia sportowo-rekreacyjne „Non-stop-zdrowie!” prowadzone przez pracowników i studentów AWF w Krakowie, seniorów oraz instruktorów słów joggingu, smovey i fitness. Program obejmuje ćwiczenia koordynacyjne, równoważne, rozciągające, wzmacniające i wytrzymałościowe.

### REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA W KRAKOWIE

Akcja honorowego oddawania krwi w mobilnym punkcie pobierania krwi (krwiobusie) w godz. 11–15.

### WODOCIĄGI MIASTA KRAKOWA S.A.

Beczkwóz z wodą do picia (możliwość nalewania wody do bidonów). Maskotka „Kropelka” rozdająca wodociągowe krówki.

### MIEJSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO KOMUNIKACJI S.A. W KRAKOWIE

Prezentacja karetki i autobusu komunikacji miejskiej. Gry i zabawy edukacyjne, informacje z zakresu ekologicznego transportu.

### URZĄD MIASTA KRAKOWA WYDZIAŁ DS. TURYSTYKI

Spacer z przewodnikiem „Tajemnice Parku Lotników Polskich i jego okolic”.  
 Odbędzie się w turach:  
 I tura – godz. 11.00  
 II tura – godz. 15.00  
 Brak konieczności zapisów.  
 Miejsce zbiórki: przy placu przed głównym wejściem do TAURON Areny Kraków.

Program może ulec zmianie.

Aktualny program poszczególnych wydarzeń odbywających się w ramach XII Święta Rodziny Krakowskiej można sprawdzić na stronach internetowych organizatorów wydarzeń.

**XI** edycja

# ŚWIĘTO RODZINY KRAKOWSKIEJ

## RELAKS



### SCENA

Występy muzyczne i taneczne dzieci, młodzieży i seniorów. Przedstawienia, pokazy. Rozmowy z gośćmi.  
godz. 11.00–18.00



### KONCERT GWIAZDY WIECZORU

godz. 18:00–19.00



### STREFA DMUCHAŃCÓW (BEZPŁATNA)



### STREFA CHILLOUT`U



### STREFA GASTRONOMICZNA

# XII ŚWIĘTO RODZINY KRAKOWSKIEJ

ZAGRAJ W ZIELONE Z RODZINĄ

PARTNER GŁÓWNY



PATRONI MEDIALNI



PARTNERZY

