



Magiczny  
Kraków

## TAURON Arena Kraków zaprasza na Miasteczko (nie tylko dla) Kobiet

2026-03-08

**Promocja profilaktyki zdrowotnej, panele dyskusyjne z udziałem ekspertów, warsztaty, zajęcia dla całych rodzin, strefa zakupowa - to tylko wybrane punkty Miasteczka (nie tylko dla) Kobiet. TAURON Arena Kraków zaprasza dziś, 8 marca na wydarzenie, które łączy otwarte dla wszystkich świętowanie Dnia Kobiet i integrację lokalnej społeczności. Wstęp wolny.**

Oferta przygotowana na niedzielę, 8 marca jest bardzo bogata i różnorodna. Choć data i nazwa wydarzenia sugerują kobiecy profil imprezy, organizatorzy podkreślają: to przestrzeń dla każdego, bez względu na wiek i płeć.

### Rozmowy o tym, co ważne

Sercem **Miasteczka (nie tylko dla) Kobiet** będzie strefa panelowa, gdzie poruszone zostaną tematy często pomijane w debacie publicznej. Panel **„Widzialne 50+”** odczaruje stereotypy dotyczące dojrzałości, pokazując potencjał i sprawczość kobiet po 50. roku życia. Spotkanie **„Relacje, które nas kształtują”** będzie poświęcony odwadze, wyzwaniom i budowaniu wspierających więzi.

Organizatorzy zapraszają także na panel **„O zdrowym miesiączkowaniu i bólu menstruacyjnym”** z ekspertkami z fundacji Go Healthy Girl oraz lekarzami uroginekologami oraz na rozmowę **„Między nadzieją a codziennością”** poświęconą emocjonalnym i psychologicznym aspektom starań o rodzicielstwo. W programie także panel dotyczący **analizy kolorystycznej** – praktyczne wprowadzenie do świata barw i ich wpływu na wygląd oraz samopoczucie.

### Zdrowie i uroda

W Strefie Zdrowia i Urody uczestnicy będą mogli skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych, pomiaru cukru i ciśnienia, porad dietetycznych, a także zarejestrować się w bazie dawców szpiku DKMS. Przygotowane zostanie też stanowisko edukacyjne poświęcone chorobom przenoszonym drogą płciową oraz informujące znaczeniu samobadania jąder. Na parkingu przed Areną zaparkuje krwiobus, gdzie będzie można oddać krew.

W programie wydarzenia także warsztaty **„Kiedy Ciało Mówi”** obejmujące automasaż twarzy i dekoltu oraz prelekcje o zdrowiu intymnym i flebologii (diagnostyka i leczenie chorób żył).

### Pracownia premium i przestrzeń twórcza

W bogatym programie imprezy znalazły się także propozycje dla fanów rękodzieła. Pracownia Premium zaprosi na kameralne, biletowane warsztaty z ekspertami poświęcone autorskiej biżuterii z mosiądzu, będą także warsztaty dotyczące upcyklingu.

Nie zabraknie oczywiście także bezpłatnych, otwartych propozycji warsztatowych, takich jak na przykład tworzenie biżuterii z żywicy, intarsja w drewnie (technika zdobienia), przygotowanie



**Magiczny  
Kraków**

naturalnych kosmetyków leśnych czy projektowanie broszek.

## **Sport, harmonia i rodzinna bez troska**

Tych, którzy preferują aktywne spędzanie czasu, organizatorzy zapraszają na sesje jogi i trening *Low Pressure Fitness*. Odbędą się także warsztaty nordic walkingu oraz widowiskowe pokazy jazdy precyzyjnej na motocyklach.

W programie również warsztaty samoobrony i warsztaty pierwszej pomocy oraz inspirujące panele dla zainteresowanych górami, sportem i podróżami.

Najmłodszy z kolei mogą ciekawie spędzić czas w **Strefie Beztroski**, gdzie będą na nich czekały gry sensoryczne i możliwość nauki alfabetu Braille'a. Specjalną atrakcją będzie rodzinne zwiedzanie Areny śladami gwiazd takich jak Billie Eilish czy Robbie Williams.

## **Bazar dobrych rzeczy**

Warto także odwiedzić stoiska lokalnych twórców, którzy na to wydarzenie przygotowują bogatą i różnorodną ofertę. Ceramika, ręcznie robiona porcelana, świece sojowe, designerskie zegarki i naturalne kosmetyki – to tylko ułamek tego, co zaoferują krakowscy rzemieślnicy zaproszeni do udziału w Miasteczku (nie tylko dla) Kobiet w TAURON Arenie Kraków.

W panelach wezmą udział: prof. Dominika Dudek, Olga Dziubek, Ewa Chojnowska-Lesiak, Barbara Forczek-Iwon, Małgorzata Jaguszewska, Katarzyna Kachel, Katarzyna Krupińska, Martin Lewandowski, Anna Łukasik, Małgorzata Marcińska, Dorota Niewęglowska, Monika Szumilas, Agata Ptak, Paweł Rupała (Papina McQueen), Cezary Szary, Joanna Walczak Marta Wójcik.

Szczegółowy program na: [tauronarenakrakov.pl](http://tauronarenakrakov.pl). [Pobierz program \[PDF\]](#).