

 **BULWARY
NAD WISŁOKIEM**

1 LISIA GÓRA

Lisia Góra to rezerwat przyrody i choć pełno tam **chabaziów**, to miejsce bardzo malownicze. Przystań na chwilę, zamknij oczy i wsłuchaj się w otoczenie a potem narysuj pejzaż dźwiękowy: spróbuj przełożyć dźwięki na rysunek. Umieść na nim to, co usłyszałeś, a nie to, co widzisz.

okolice Żeglarskiej

2 NAD RZEKĄ

Po zejściu z Lisiej Góry nad Wisłok możesz pospacerować po pięknych terenach wzdłuż rzeki. Poszukaj kawałka kory i zrób z niego łódkę z masztem z patyczka i żaglem z liścia. Zawoduj swoje dzieło w Wisłoku. Zachowaj przy tym ostrożność i nie **wypacaj się** w błocie!

wzdłuż Wisłoka przy Lisiej Górze

3 RZEŻBA LOT

Dawniej WSK Rzeszów, a dziś Pratt & Whitney Rzeszów, projektują, budują i serwisują silniki do samolotów. A może i Ty chcesz wypróbować jak działają prawa aerodynamiki? Złóż kilka różnych samolotów z papieru i sprawdź, który polecí najdalej.

okolice Żeglarskiej

4 PARK KULTURY I WYPOCZYNKU

Park Kultury i Wypoczynku zachęca do tego, żeby wyjść **na pole**, rozłożyć tam koc piknikowy lub rozpalić grilla, zjeść **sztangla** z serem i zagrać z towarzyszami w Zwariowaną Opowieść. Instrukcję znajdziesz na odwrocie.

Bulwary

 W SERCU RZESZOWA

5 POMNIK TADEUSZA NALEPY

Z Rzeszowem związani są dwaj słynni muzycy: jazzman Tomasz Stańko i bluesman Tadeusz Nalepa. Poszukaj w serwisie YouTube piosenki Nalepy „Kiedy byłem małym chłopcem” i sprawdź, czy Twój rodzice też ją znają.

3 Maja (Paniaga)

6 RYNEK

Wśród kamienic stojących przy Rynku znajdź dom Baldorffa (nr 15). Zbudowano go według zasad stylu klasycystycznego, który rozpoznaś m.in. po trójkątnych frontonach w szczytach budynków. Stań obok studni i policz, ile jeszcze domów w zasięgu wzroku ma podobny fronton. Następnie wybierz się na **kasztanka** do którejś z pobliskich cukierni.

Rynek

7 RZESZOWSKA FONTANNA MULTIMEDIALNA

Nawet nie próbuj policzyć dysz wodnych, czyli miejsc, z których w Fontannie Multimedialnej wypływa woda: jest ich 1558! Rzeszów, jak na miasto innowacji przystało, może pochwalić się najbardziej zaawansowanym technologicznie kompleksem fontann w Polsce. Plac, na którym się znajduje, rzeszowianie często nazywają „**Kolo**”.

Aleja Lubomirskich

8 BALCEREK

Wybierz się na targowisko przy placu Balcerowicza i podpytaj sprzedawczynie o sekret przygotowania najlepszych podkarpackich **proziaków**. Kup na ryneczku potrzebne składniki i wspólnie z rodzicami spróbuj przygotować te pyszne placiki.

róg 8 Marca i Targowej

9 ALEJA POD KASZTANAMI

Aleja pod Kasztanami początkowo była częścią ogrodu rodziny Lubomirskich. Wędrując nią dzisiaj zobaczysz jeszcze kilka kasztanowców, możesz też podziwiać malownicze wille w stylu secesyjnym. Jedną z nich zaprojektował architekt Teofil Tekielski dla siebie i swojej rodziny. Wybudował wieżę, fontannę a nawet zegar słoneczny. Czy potrafisz odgadnąć, która to willa?

Aleja Pod Kasztanami

EKO-ROŻEK

Czy wiesz, że zużyte baterie i żarówki należy wyrzucać do specjalnie oznakowanych pojemników ustawionych czasami w sklepach? Możesz też zanieść je do PSZOK, Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych.



**NA ZDROWIE
W RZESZOWIE**

10 SPORT NAD WISŁOKIEM

Tereny nad Wisłokiem to wymarzone miejsce do uprawiania sportu, są tu: Strefa Work Out Park, ścieżki rowerowe, mini-golf, optymisty, kajaki i rolki. Znajdziesz tu nawet boisko do frisbee! Nie zwlekaj i sprawdź się w rzucaniu dyskiem.

wzdłuż Wisłoka

11 SKATEPARK

Rzeszów może być dumny ze swoich rolnerek i rolkarzy. A Ty potrafisz już jeździć na ośmiu kółkach? Wyskakuj z **pantofli** i spróbuj swoich sił w tej dyscyplinie. Do wyboru masz Skatepark albo nową trasę pod Mostem Zamkowym – Slalom Park.

Podpromie 10

12 MIASTECZKO ROWEROWE

W miasteczku rowerowym możesz doskonalić znajomość przepisów drogowych i technikę jazdy. A jeśli masz tu daleko wsządź w **kolo** i podjedź do parku przy ul. Ciepłńskiego – miasteczko jest zaraz za parkiem, a rzeszowskie MPK zezwala na przewóz rowerów autobusem.

Księdza Józefa Sonda

W DESZCZOWY DZIEŃ

**13 MUZEUM DOBRANOCEK
ZE ZBIORÓW WOJCIECHA JAMY**

W czasach, kiedy telewizja miała tylko jeden lub dwa kanały, co wieczór o godzinie 19.00 nadawana była tzw. Dobranocka, czyli krótkie animowane filmy dla dzieci. Dziś Dobranocki nie ma, ale jeśli przed zaśnięciem zamkniesz oczy możesz wyobrazić sobie własną bajkę. Na ostatniej stronie NIEMAPY znajdziesz kadr, w którym możesz ją narysować.

Adama Mickiewicza 13

14 MUZEUM OKRĘGOWE

Chciałbyś przenieść się w czasie? Latem Muzeum Okręgowe zaprasza Cię na pikniki tematyczne „Wehikuł Czasu”, a w maju na Noc Muzeów. Zajrzyj też do Muzeum Etnograficznego i Muzeum Historii Miasta, bo i tam przez cały rok oprócz wystaw organizowane są warsztaty i gry dla dzieci.

3 Maja 26 i Rynek

**15 PODZIEMNA TRASA TURYSTYCZNA
„RZESZOWSKIE PIWNICE”**

Trasa turystyczna zwana „podziemiami” odkrywa wiele tajemnic Rzeszowa. W Korytarzu Herbowym znajdziesz herby arystokratycznych rodów. Przygotuj olówek, **strugaczkę**, **gumkę do mazania** i zaprojektuj herb dla swojej rodziny.

Rynek 26

16 MUZEUM ENERGETYKI PODKARPACKIEJ

Włącz światło w domu to nie sztuka! Zajrzyj do Muzeum Energetyki Podkarpackiej i dowiedz się, co sprawia, że żarówka świeci. Zadzwoni wcześniej, żeby się umówić na wizytę (telefon znajdziesz na stronie PGE Obrót S.A.).

8-go Marca 6

DALEJ W DROGĘ

17 PUNKT WIDOKOWY NA ROCHA

Weź lornetkę i spójrz na Rzeszów z innej perspektywy, czyli z góry św. Rocha. Jest tam pięknie położony punkt widokowy, z którego można podziwiać panoramę miasta. Czy wiesz, czyje imię nosi ten imponujący most w oddali?

Św. Rocha

18 ALPAKARNIA W CENTRUM ZOOTERAPII WSIIZ

Alpaki przybyły do nas z Andów. Mają miękkie wełniane futro i ciekawą naturę. Zaplanuj rodzinny wyjazd i odwiedź Centrum Zooterapii WSIIZ, a spotkasz je osobiście. Pomałuj rysunek kolorami alpak, jakie udało Ci się zobaczyć i podpisz imionami tych alpak, które spodobały Ci się najbardziej.

Kielnarowa 386A

19 FABRYKA GERBER / BOBO FRUT

O brzuszki Najmłodszych Odkrywców dba rzeszowska Fabryka Nestlé, gdzie powstają soki, nektary i dania gotowe dla maluszków. Poszukaj na NIEMAPIE logo Bobo Frut. Oznaczamy tak miejsca, które Nestlé szczególnie poleca mamom na spacer z wózkiem. Wymyśl i zapisz przepis na ulubiony sok z warzyw i owoców razem ze swoimi rodzicami.

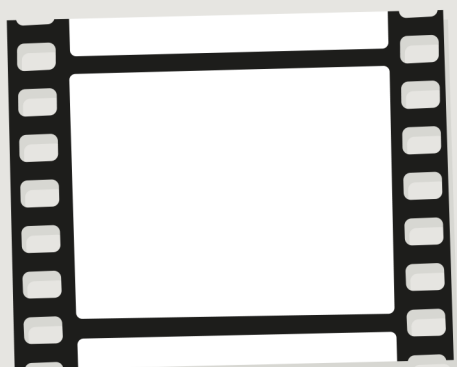
gen. S. Maczka 1



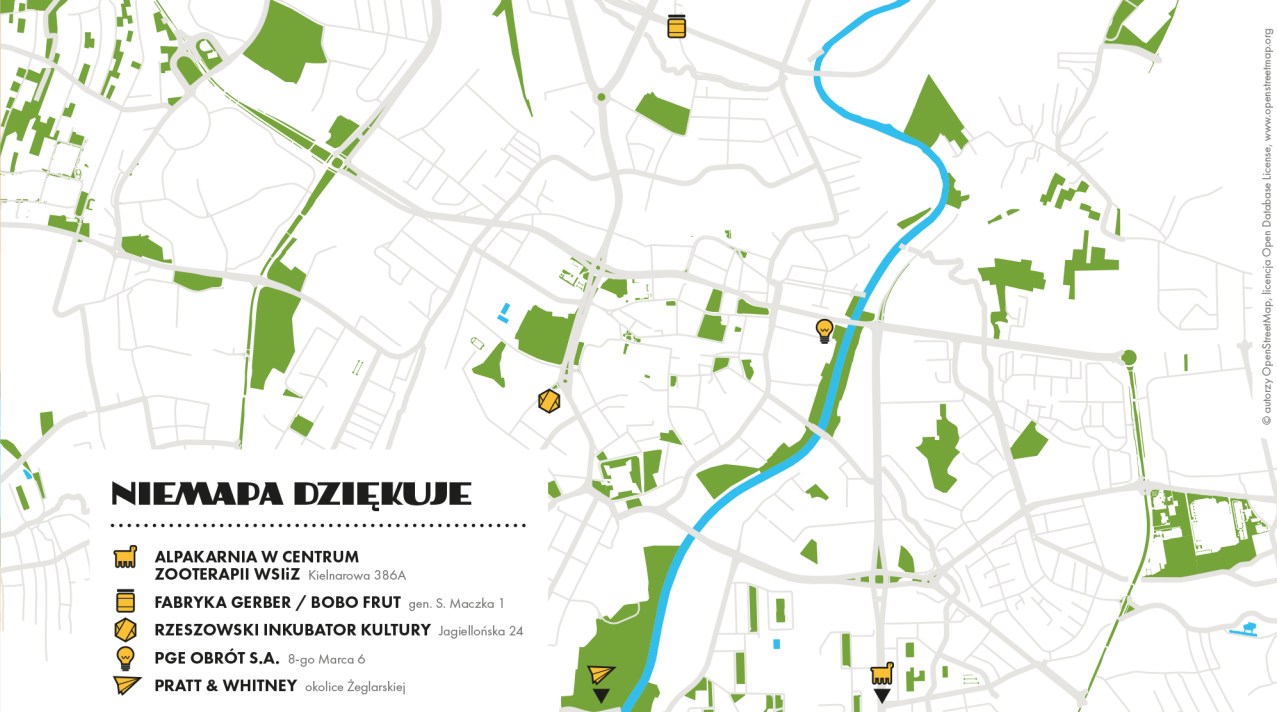
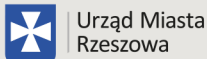
RZESZÓW

NIEMAPA

Tytuł mojej Dobranocki:



NIEMAPA to nietypowy przewodnik po mieście dla rodzin. W zabawny i graficzny sposób przedstawia ciekawe miejsca, lokalną kulturę, kuchnię i regionalizmy. Wy myślona przez dwie Mamy, aby na nowo odkrywać miasto z dziećmi, a zaprojektowana przez Studio Ładne Halo. Weź NIEMAPĘ i chodź na spacer!



NIEMAPA DZIĘKUJE

- ALPAKARNIA W CENTRUM ZOOTERAPII WSIŁIZ Kielnarowa 386A
- FABRYKA GERBER / BOBO FRUT gen. S. Maczka 1
- RZESZOWSKI INKUBATOR KULTURY Jagiellońska 24
- PGE OBRÓT S.A. 8-go Marca 6
- PRATT & WHITNEY okolice Żeglarskiej

TWÓJ RZESZÓW

Zaznacz Twoje ulubione miejsca i trasy w Rzeszowie według schematu kolorów:

- Twoje parki i place zabaw
- ulubione miejsca nad wodą
- ciekawe budynki
- znane Ci kina, biblioteki i muzea
- lodziarnie, cukiernie i restauracje, w których zdarzyło Ci się jeść
- wrysuj tym kolorem trasę Twojego najlepszego spaceru po Rzeszowie
- gwiazdką oznacz Twoje ulubione miejsce w mieście

POLECANE TRASY

SZLAK DOOKOŁA RZESZOWA

Rzeszów okala żółty szlak turystyczny o łącznej długości 120 km. Możesz zacząć w dowolnym miejscu i pieszo lub na rowerze pokonywać kolejno małe odcinki – być może po kilku miesiącach uda Ci się obejść cały szlak i wrócić do punktu startowego?!

GREEN VELO

Trasa Turystyczna Polski Wchodniej, zwana Green Velo, to długi szlak rowerowy, którego część przebiega przez Rzeszów. Zajrzyj na stronę greenvelo.pl – znajdziesz tam gotowe propozycje wycieczek, możesz też samodzielnie zaplanować wyprawę dla rodziny.

BOBO SPACER

Wspólnie z Bobo Frut polecamy trasy spacerowe dla Najmłodszych Odkrywców w wózkach.



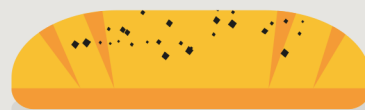
GRA ZWARIOWANA OPOWIEŚĆ

Wystarczy Ci czysta kartka, coś do pisania i przynajmniej 3 graczy. Napisz prosty wstęp opowiadania i podaj kartkę drugiemu graczowi. Każdy kolejny gracz dopisuje do opowiadania jedno zdanie wynikające z tego poprzedniego i zagina kartkę tak, by następni gracze nie widzieli poprzednich wpisów, a jedynie ten ostatni. W ten sposób kartka może krążyć dopóki macie miejsce i ochotę do zabawy. Ustalcie czas, w jakim zawodnik musi zapisać swój pomysł. Po wypełnieniu całej kartki wspólnie odczytajcie na głos zwariowane opowiadanie! My zaczynamy: **Pewnej księżycowej nocy ktoś w ciemnym ubraniu przebiegł Paniagą...**



ILUSTROWANY SŁOWNIK RZESZOWIANIZMÓW

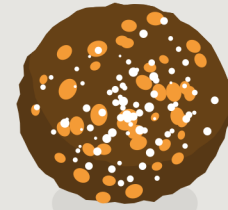
Rzeszowianizmy to słowa charakterystyczne dla rzeszowskiej gwary. Sprawdź, które z nich znasz.



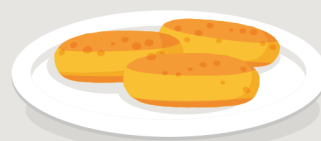
SZTANGIEL
Podłużna, słona bułka pszenna



PANTOFLE
Buty do chodzenia po domu (kapcie)



KASZTANEK
Słodka kulka z okruszków



PROZIAKI
Placki pieczone z dodatkiem sody



STRUGACZKA I GUMKA DO MAZANIA
Temperówka i gumka do ścierania

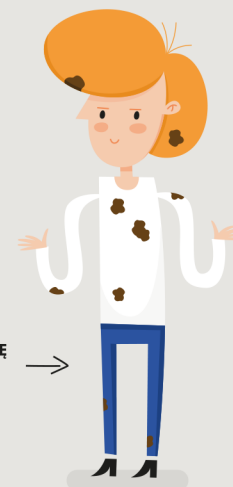
PANIAGA
ul. 3 Maja



CHABAZIE
Zarośla



KOŁO
Autobus z numerem „0”



WYPACIĆ SIĘ
Wybrudzić się



PUNKTY SELEKTYWNEJ ZBIÓRKI ODPADÓW KOMUNALNYCH w Rzeszowie



Czynne:
wtorek, czwartek, sobota
w godz. od 10 do 18

ul. Ciepłownicza 11
ul. Sikorskiego 428