

SKUPAJ V HRIBE NEVRORAZLIČNI AMA



www.pin-opp.pzs.si



ASPI



CIRIJS VIPAVA



MAVRIČNI BOJEVNIKI



SONČEK

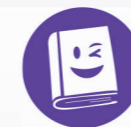


SOŽITJE

SKUPAJ V HRIBE – INKLUZIJSKI POHODI 2021

13. mar.	SOBOTA	PLANINSKI DOM NA UŠTAH–ŽERENKU
7. apr.	SREDA	TRŠKA GORA
10. apr.	SOBOTA	VOJKOVA KOČA NA NANOSU
21. apr.	SREDA	PLAČKI STOLP
24. apr.	SOBOTA	KOČA ANTONA BAVČERJA NA ČAVNU
9. maj	NEDELJA	RUŠKA KOČA
29. maj	SOBOTA	PLANINSKI DOM NA MIRNI GORI
3. jun.	ČETRTEK	VSESLOVENSKI INKLUZIJSKI POHOD UŠTE
13. jun.	NEDELJA	KOČA NA PLANINI RAZOR
16. jun.	SREDA	KOČA NA PLANINI NAD VRHNIKO
17. jul.	SOBOTA	LAVRIČEVA KOČA NA GRADIŠČU
4. sep.	SOBOTA	POKLJUKA
8. sep.	SREDA	ZAVRŠKI STOLP
16. sep.	ČETRTEK	ŠMARNNA GORA
9. okt.	SOBOTA	12. REKREACIJSKI TEK IN HOJA DRAGA PRI IGU
9. okt.	SOBOTA	PLANINSKI DOM POD DONAČKO GORO - RUDIJEV DOM
16. okt.	SOBOTA	TRSTELJ
23. okt.	SOBOTA	TONČKOV DOM NA LISCI

SKUPAJ V HRIBE – NEVRORAZLIČNI AMA



IME AKCIJE JE SKUPAJ V HRIBE.
ŽELIMO, DA BO VELIKO LJUDI HODILO V HRIBE.
NA POHODU BOMO SREČALI VELIKO LJUDI.
POHOD JE DALJŠI SPREHOD.
POHOD JE VESELO DOŽIVETJE.
NA POHODU SE BOMO POGOVARJALI.

POMEMBNO JE, DA SMO NA POHODU VARNI.
HODILI BOMO PO LEPIH POTEH.
ZA VARNO HOJO BODO Z NAMI PROSTOVOLJCI.

HRIB JE VZPETINA.
NANJO GREMO PEŠ.
MED HOJO SE LAHKO UTRUDIMO.
PO HOJI SE POČUTIMO PRIJETNO.

PRI HOJI GLEDAMO DREVESA IN ROŽE.
VIDIMO KAMNE, SKALE IN HRIBE.

HODILI BOMO NA RAZLIČNE HRIBE.
VSAKIČ GREMO LE NA EN HRIB.
ZA VSAK POHOD BO VABILO.
V VABILU BO DATUM.
VABILO BO IMELO OPIS POTI.

DRUŽILO SE NAS BO VELIKO RAZLIČNIH LJUDI.
SPOZNALI BOMO NOVE PLANINCE.

VABIMO VAS, DA PRIDETE.



Planinstvo za invalide/OPP sledi vrednotam Planinske zveze Slovenije, da lahko vsak prispeva svoj delček k raznolikosti in pestrosti pohodništva. Tako odbor, kot projekt s tem imenom se zavzemata za omogočanje pohodništva raznolikim skupinam ljudi, dostopnosti planinskih poti in koč ter vključitev vseh invalidov/OPP, da lahko skupaj uživamo gore. Na ta način inovativno pristopata k odpiranju vrat razumevanja drugačnosti oziroma različnosti.

Inkluzijski pohod je izkustveno učenje o drugačnosti, o različnosti in o zmoglostih. Spoznanje, ki nastane preko lastnega doživljanja, je vredno veliko več kot pripoved, predavanje ali prebrana beseda. Omejitve, ki jih imamo, so v naših glavah. Vabimo vas k spoznavanju sveta invalidov/OPP in k inkluziji, tako da skupaj delamo korake k vključujoči družbi.



Sonček – Zveza društev za cerebralno paralizo Slovenije so. p. je neprofitna, nevladna in nepolitična-reprezentativna nacionalna invalidska organizacija, ki deluje po načelih socialnega podjetništva. Vanjo se združuje petnajst regijskih društev za cerebralno paralizo, Društvo za pomoč prezgodaj rojenim otrokom, Sonček - športno društvo cerebralne paralize ter Sončkov klub. Termin cerebralna paraliza opiše skupino trajnih motenj razvoja gibanja in drže, ki omejuje vsakdanje aktivnosti. So posledica nenapredujočih motenj, ki nastanejo v razvijajočih se možganih zarodka ali otroka. Motorične motnje pogosto spremljajo motnje občutenja, zaznavanja, razumevanja, komunikacije, vedenja ter epilepsija in sekundarne mišično-skeletne težave. Zveza Sonček so.p. izvaja posebne socialne programe in storitve, kot so: podpora družini, obnovitvena rehabilitacija, počitnice, izobraževanja, socialno vključevanje, šport in kultura, osebna asistenca, stanovanjske skupine, varstveno-delovni centri.



SOŽITJE

Zvezo Sožitje sestavljajo društva za pomoč osebam z motnjami v duševnem razvoju (OMDR), ki delujejo na celotnem območju Republike Slovenije. V Zvezo Sožitje je vključeno 52 lokalnih društev s približno 16000 članov. Zveza Sožitje je samostojna, nevladna, nepridobitna in prostovoljna organizacija, ki deluje v javnem interesu s statusom reprezentativne invalidske organizacije. Zveza Sožitje izvaja programe vseživljenjskega učenja OMDR; programe za izobraževanje, usposabljanje in razbremenitev družin; športne in kulturne programe ter dejavnost Specialne olimpiade Slovenije.



SKUPAJ V HRIBE – NEVRORAZLIČNI AMA

A – AVTIZEM

M – MOTNJEV DUŠEVNEM RAZVOJU

A – ADHD

S sodelovanjem šestih različnih organizacij je nastala akcija **Skupaj v hribe**, ki spodbuja gibanje v gorah in omogoča socialno vključenost nevrorazličnih posameznikov in njihovih družin. Z ozaveščanjem, sledenjem idejam inkluzije, grajenjem podpornega okolja in izobraževanjem, povezuje številne organizacije in posameznike.

Inkluzija je proces, pri katerem se učimo živeti drug z drugim. Ključna ideja inkluzije je izboljšati svet za vse. Posameznik, ki je pozitivno naravnan do potreb soljudi, bolje sprejema vse ljudi. Za uresničevanje inkluzivne družbe je iskanje rešitev, sodelovanje in učenje strpnosti prava pot.

Ne glede na to, kakšne so življenjske bitke, lahko pomoč, podpora in razumevanje drugih iz izčrpavajoče izolacije in brezupa vodi v odločnost in pozitivne spremembe. Dobri odnosi posameznika napajajo s prijetnimi občutki in mu omogočajo, da se počuti sprejetega.

Z akcijo nagovarjamo **osebe z avtizmom, motnjami v duševnem razvoju, ADHD, nevrorazlične** in njihove družine, ki se v življenju spopadajo z različnimi izzivi. Vsakdo potrebuje pozitivno protitež, da preživi življenjske ovire. Eden od ključev za dobro duševno zdravje in srečo je tudi gibanje ob preživljanju časa v naravi in druženju. Slednje daje voljo, da se kljub vsem preprekam ter malodušju še naprej trudimo, in je ključnega pomena za izogibanje obupu.

Cilj akcije je telesna dejavnost, ki spodbuja kakovostno preživljanje prostega časa, zdrav način življenja in je osnova za boljše duševno počutje. Omogoča tkanje novih prijateljstev, razvija socialne in komunikacijske veščine, sprejemanje različnosti pri sebi in drugih, spoznavanje zmoglosti posameznika, iskanje stika z naravo, raziskovanje in spoznavanje narave ter učenje novih veščin.

Akcija naredi izkušnjo obiska hribov možno in prijetno, saj oblikuje podporno okolje, v katerem se posameznik počuti varno in kjer lahko izrazi svojo stisko in dobi oporo, kar je ključnega pomena.

Akcija je v svojem bistvu inkluzivna. Prilagaja okolje in posameznika, spodbuja k sprejemu izzivov ter podpira udeležene pri doseganju ciljev. Ne ukaluplja posameznikov, dopušča, da so vključeni v skupino, da na svoj način in s svojim tempom dosežejo cilj. Inkluzijski pohodi so prostor vseživljenjskega učenja o naravi, komunikaciji, odnosih, razumevanju sebe in drugih. Izkušnje z različnostmi omogočajo prilagajanje v odnosu, kar je temelj inkluzije.



INKLUZIJA JE PROCES, PRI KATEREM SE UČIMO ŽIVETI DRUG Z DRUGIM.



ASPI

Društvo za pomoč mladostnikom in odraslim s spektrom avtistično motnjo (SAM), krajše **Društvo ASPI**, je nevladna organizacija na področju avtizma, ki deluje od leta 2010. Društvo je namenjeno osebam z lažjo ali zmerno

obliko SAM, starejšim od 16 let, njihovim staršem in strokovnjakom. Poslanstvo društva je reševanje in lajšanje socialnih ter drugih stisk oseb s SAM, izobraževanje, vseživljenjsko učenje, zagovorništvo in samozagovorništvo ter nudenje pomoči njihovim bližnjim. Društvo izvaja individualna svetovanja, prostovoljno osebno asistenco, skupinske podporne in pristočasne dejavnosti za osebe s SAM in njihove družine, organizira izobraževanja, razstave in okrogle mize. Društvo izdaja tudi spletno revijo Vox Alia, ki jo pišejo osebe s SAM z namenom približati strokovni in laični javnosti avtizem in bralcem omogočiti vpogled v dnevno življenje in razmišljanje oseb s SAM.

CIRIUS VIPAVA

Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Vipava



Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Vipava - **CIRIUS Vipava** je vzgojno-izobraževalna ustanova za učence s posebnimi potrebami, ki vključuje učence od 3–26 leta z motnjo v duševnem razvoju in drugimi motnjami. Izobraževanje in usposabljanje v šolskih programih je možno v celodnevni in dnevni programih. Poleg predšolskega, šolskega (prilagojeni, posebni) in vzgojnega programa ustanova izvaja tudi celotno rehabilitacijsko dejavnost in osnovno zdravstveno varstvo. Center nudi dodatno strokovno pomoč učencem, ki so vključeni v večinske vzgojno izobraževalne institucije.



Namen delovanja zavoda **Mavrični bojevniki** je pomoč mladim z motnjo ADHD (motnja pozornosti in hiperaktivnost). Med drugim društvo promovira zdrav način življenja in razmišljanja med mladimi ne glede na to ali ima otrok diagnozo ali ne. Skozi aktivnosti v naravi spodbuja k umiku od vsakodnevnih novodobnih in tehnoloških naprav, ob katerih mladi danes preživijo veliko časa (računalniki, telefoni, videoigrice). Zavod mladim ponuja pomoč pri iskanju osebne samorealizacije, iskanju skritih potencialov ter dvigu kvalitete življenja.