



PLANINARSKO DRUŠTVO "PINKLEC" SVETA NEDELJA

organizira jednodnevni **OBITELJSKI** planinarski izlet

GORSKI KOTAR

Špilja Lokvarka, Park šuma Golubinjak

nedjelja, 17. listopada 2021.

Izlet sufinancira Sportska zajednica Grada Sveta Nedelja,
vezano uz projekt "Obiteljsko planinarenje"

Plan izleta:

- polazak u **8:00** s parkirališta iza pošte u Svetoj Nedelji, potrebno je doći 10-15 minuta ranije
- prijevoz autobusom do špilje Lokvarke; putovanje traje oko 1:15 sati; obilazak špilje traje oko 1 sat
- nakon obilaska špilje odlazimo autobusom do Park šume Golubinjak (5 minuta vožnje), gdje ćemo nakon kraće pauze obići kružnu turističku stazu, uz stručno vodstvo turističkog vodiča; obilazak traje oko 1:30 sati
- po završetku obilaska kružne staze slijedi odmor za ručak (po želji u restoranu ili iz ruksaka)
- nakon ručka je slobodno vrijeme za igru na dječjem igralištu ili odmor; opcija: obilazak Staze špilja (oko 10 km)

Trajanje hodnje: oko 2-4 sata (po želji). Duljina trase hoda: 10 - 20 km.

Zahtjevnost: kondicijski i tehnički nezahtjevno.

Obavezno ponijeti topliju odjeću zbog obilaska špilja u kojima je temperatura ispod 10 °C.

Prehrana: iz ruksaka ili u ugostiteljskom objektu u Park šumi Golubinjak. Cijena: gulaš od divljači 50 kn, dječji meni (pohana piletina, prilozi) 40 kn. Troškove prehrane sudionici izleta snose sami. Prilikom prijave potrebno je navesti ako ćete jesti u restoranu (i što).

U slučaju nepovoljne vremenske prognoze, izlet će se odgoditi za neki drugi datum.

Povratak u Svetu Nedelju predviđa se do 19:00.

Cijena prijevoza i ulaznica: 50 kn po obitelji (bez obzira na broj članova obitelji; puna cijena prijevoza i ulaznica bila bi oko 120 kn po osobi). Samo uplatom osiguravate mjesta u autobusu. Uvjet za sudjelovanje na izletu: barem jedan član obitelji mora biti član PD Pinklec. Uplate se vrše na sastancima PD Pinklec, utorkom od 19 do 20 sati u Društvenom domu Novaki, Sportska ulica 1 (na katu).

Više informacija i prijave: 091 444 6080 (Željko).

Opis projekta:

Suvremeno društvo danas predstavlja veliki izazov za roditelje što se tiče odgoja djece. Danas je, više nego ikad, teško pronaći ispravan put u odgojnim procesima. Obitelji se suočavaju s velikim utjecajem medija, populističkih odgojnih metoda i teorija kojima se nastoji stvoriti idealno okruženje u kojem će se razvijati dijete. Sve to zbunjuje roditelje i čini ih frustriranim u odgojnim nastojanjima te u pronalasku najboljeg rješenja u formiranju ličnosti svojeg djeteta. Pritom se često zaboravlja da dijete traži sigurnost, toplinu doma, roditeljsku ljubav, pažnju, podršku. Također, nerijetko se odgoj previše prepušta utjecaju medija. Roditelji danas veliki dio vremena provode na poslu i okupirani drugim obvezama nastoje dio svoje odgojne odgovornosti prepustiti televiziji, igricama i sličnim tehnološkim dostignućima. Navedeni pristup stvara otuđenost i može ostaviti trajne posljedice na dijete. Stoga je danas važnije nego ikada djelovati na snaženje obiteljske zajednice; samo u dobroj obiteljskoj zajednici razvit će se zdravo dijete, koje će biti spremno suočiti se sa svim izazovima koji ga očekuju u budućnosti.

Iz tih razloga Planinarsko društvo "Pinklec" pokreće inicijativu pod nazivom "Obiteljsko planinarenje", s ciljem da cijele obitelji provedu dio vikenda u zajedničkim rekreativnim aktivnostima u prirodi. Znamo da boravak u prirodi sam po sebi ima vrlo pozitivan učinak kako na fizičko tako i na psihičko zdravlje djece i odraslih, a ako bi takve aktivnosti provodila cijela obitelj, to bi uvelike pozitivno utjecalo na snaženje obiteljskih zajednica, što bi u konačnici dovelo do kvalitetnijeg i sigurnijeg odrastanja djece. Djeca odgajana na takav način zauvijek će pamtiti to iskustvo te će većina njih nastaviti i u odrasloj dobi s planinarskim aktivnostima, a pozitivno iskustvo ovakvog odgoja uspješno će jednog dana prenositi i na vlastitu djecu, odnosno obiteljsku zajednicu.

Izlet će se održati uz pridržavanje svih mjera i preporuka Nacionalnog stožera civilne zaštite i Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, vezanih uz provođenje sportsko-rekreativnih aktivnosti na otvorenom prostoru tijekom epidemije. Prilikom ulaska u autobus osobe starije od 18 godina predložiti će COVID potvrdu ili drugi dokaz o cijepljenju ili preboljenju bolesti uzrokovane virusom COVID-19. Osobe koje se nisu cijepile ili preboljele koronu, morat će predložiti negativan nalaz PCR ili brzog antigenskog testa (ne starijeg od 48 sati).

Preporučena oprema: *planinarske cipele, *ruksak, štapovi, *hrana, *piće (bezalkoholno, negazirano, min. 1,5 l), čokolada, kišna kabanica ili kišobran, *vjetrovka ili jakna, *rezervna majica i čarape, *osobna iskaznica, *zdravstvena iskaznica, *planinarska iskaznica, *manji komplet za prvu pomoć, planinarska karta, kompas, *baterijska svjetiljka, *nešto novaca (* obavezna oprema). Kompletan popis opreme dostupan je na web stranici PD Pinklec.

Važne napomene:

- **odazivom na izlet svaki pojedinac potvrđuje da ispunjava zdravstvene i psihofizičke uvjete za sigurno sudjelovanje na istom, da izletu pristupa na osobnu odgovornost te da će se u skladu s planinarskom etikom pridržavati plana izleta, odluka i uputa vodiča; Društvo ne preuzima odgovornost u slučaju nezgode tijekom putovanja ili planinarenja**
- svi sudionici izleta dužni su poštivati osnovne norme planinarske etike: hodamo u grupi, odn. ne izdvajamo se iz grupe, tempo hoda prilagođujemo najsporijima, nikoga ne ostavljamo samog u planini, ne skrećemo s označenih staza, ne ugrožavamo prirodu (biljni i životinjski svijet), ne uništavamo tuđu imovinu, ne bacamo otpatke (uključujući opuške), poštujemo opće norme kulturnog ponašanja prilikom međusobnog ophođenja i ophođenja prema usputnim prolaznicima, planinarima ili stanovnicima mjesta kroz koja prolazimo
- **zabranjeno bacanje opušaka u okoliš, za spremanje opušaka pušači neka ponesu limenu ili staklenu posudu s poklopcem**
- u slučaju lošeg vremena ili nekih drugih nepredvidivih okolnosti, vodič zadržava pravo promjene plana izleta i prilagodbe trase hodanja.

www.pd-pinklec.hr