

Festivalski dan

SPROŠČENO NA IGU

VEČ ZNANJA ZA VEČ TURIZMA

Mentorice: Daniela JAKLIČ ŽELEZNIK,
Vesna PLANINC,
Andreja PODOBNIK

Avtorji: Tia HODAK,
Mark MIŠIČ,
Tilen LENARČIČ

Ljubljana, marec 2022

Kazalo vsebine

1	Uvod.....	2
2	Namen in cilj naloge	3
3	Oblikovanje festivalskega dneva	3
3.1	Predstavitev festivalskega dne	3
3.2	Kopanje v mrzli vodi	4
3.3	Zvočna kopel z gongi.....	4
3.4	Meditacija	5
3.5	Pohod: Ribniki v dolini Drage – Ižanske toplice	5
4	Načini trženja turističnega izdelka	6
5	Finančni načrt	6
5.1	Predvideni stroški za organizatorje.....	7
6	Sklep.....	7
7	Viri in literatura	7

Kazalo slik

Slika 1:	Iški vintgar.....	4
Slika 2:	Gong, šamanski boben in posode za zvočno kopel	4
Slika 3:	Strahomerski ribnik	5
Slika 4:	Veliki ribnik v dolini Drage	5
Slika 5:	Izvir v Ižanskih toplicah	6

1 Uvod

Voda, najpomembnejša kemijska spojina v našem življenju, je sestavljena iz dveh atomov vodika in enega atoma kisika. Okoli 70 % našega planeta je prekrita z vodo, najdemo jo skoraj vsepovsod. Človeško telo je sestavljeno iz 60 – 70 % vode. Voda omogoča delovanje telesa saj uravnava temperaturo, odplavlja odpadne snovi ...

Brez vode ni življenja, zato znanstveniki, ko raziskujejo vesolje in možnosti življenja na planetih, najprej preverijo prisotnost vode.

Ig je naselje na južnem robu Ljubljanskega barja. Naselje z okolico je bogato z naravnimi, kulturnimi in zgodovinskimi zakladi, tako da vsakdo najde tu nekaj zase. Širše območje je bilo poseljeno že v prazgodovini, tu so živeli koliščarji. Naselje ima zaradi svoje lege, ker leži na Ljubljanskem barju, kjer je včasih bilo plitvo jezero, veliko naravnih vodnih izvorov, jezer, ribnikov. Med njimi sta najbolj znani vodni znamenitosti: ribniki v dolini Drage in Iški vintgar.

Ribniki Drage so skupina sedmih ribnikov in skupaj zasedajo površino približno 9 ha. Ležijo v dolini ne daleč od Iga, v bližini naselja Draga pri Igu. Nastali so v 18. stoletju z izkopavanjem gline in ribogojstvom. Danes je območje ribnikov zavarovano. So tudi del evropskega ekološkega omrežja Natura 2000. Vseeno pa se lahko ob njih sprehodimo po 3 kilometra dolgi gozdni učni poti, ki nam nudi idealno možnost za sprostitev v naravi.

Iški vintgar je soteska reke Iške. Globoka je približno 300 do 400 metrov in je najostrejša naravna razmejitev dveh pokrajin, Dolenjske in Notranjske. Nastala je z delovanjem tektonskih sil. Iški vintgar je zelo priljubljen za kopanje in sprostitev na plažah, obdanih z gozdom. Zaradi strmih sten pa privablja tudi plezalce.

Zaradi ožine njegove soteske je bil Iški vintgar v zgodovini zelo priljubljen za skrivališča vojakov in za gradnjo skrivnih prostorov, kot npr. partizanske bolnišnice Kravice, ki je bila na tem območju zgrajena 20. maja 1942.

Dijaki 1. D Strokovnega izobraževalnega centra Ljubljana (SIC Ljubljana) smo v Igu z okolico prepoznali potencial vodnih teles. Povezali smo se z reiki učiteljico, joga mojstrico in duhovno svetovalko Mirjam Meglič Zupan in pripravili dejavnosti za dušo in telo.

Naša prireditev vabi ljudi vseh starosti k raziskovanju naravnega in kulturnozgodovinskega okolja s poudarkom na vodah.

2 Namen in cilj naloge

V letošnjem šolskem letu smo pripravili prireditev **Sproščeno na Igu**. Namen prireditve je širšemu krogu ljudi ponuditi sprostitev za telo in dušo nedaleč stran od mestnega vrveža glavnega mesta, Ljubljane.

Cilj našega festivalskega dneva je, da obiskovalci prireditve preko različnih delavnic, sprostijo duha in telo, si naberejo novih moči in življenjske energije.

3 Oblikovanje festivalskega dneva

3.1 Predstavitev festivalskega dne

Osrednji del prireditve bi potekal v Iškem vintgarju. Dejavnost bi se dogajala v bližini Iškega vintgarja, med dolino reke Drage in Ižanskimi toplicami. Namenjena je vsem, otroci mlajši od 14 let naj se dejavnosti udeležijo v spremstvu staršev. Najbolje je, da prireditev poteka v poznem spomladanskem ali zgodnjem jesenskem obdobju v soboto ali nedeljo, od 7.45 do 14. ure. Festivalski dan je zasnovan tako, da se lahko udeležimo ene ali več delavnic, ki so med seboj ločene in tvorijo zaključeno celoto, a nudijo možnost povezovanja.

Prireditev bi imela 4 različne sklope dejavnosti:

- meditacijo,
- zvočna kopel z gongi,
- kopanje v mrzli vodi in
- pohod: Ribniki v dolini Drage – Ižanske toplice.

3.2 Kopanje v mrzli vodi

Zberemo se na parkirišču pri Iškem vintgarju ob 7.45 in se odpravimo do samega vintgarja. Pot je nezahtevna in traja nekaj minut.

S seboj imejte blazino za ležanje na tleh, odejo, topla oblačila, brisačo in seveda kopalke. Priporočljiva je kopalna kapa.

Najprej bomo imeli skupinsko meditacijo in dihalne vaje. Po približno pol ure uvoda se bomo počasi odpravili v vodo. Po nekaj minutah se bomo vrnili iz vode, se preoblekli in se sproščali z meditacijo in dihalnimi vajami. Delavnica traja uro in pol.

Kopanje v mrzli vodi okrepi naš imunski sistem, nevtralizira stres, vpliva na dobro splošno počutje in omogoča regeneracijo organizma.

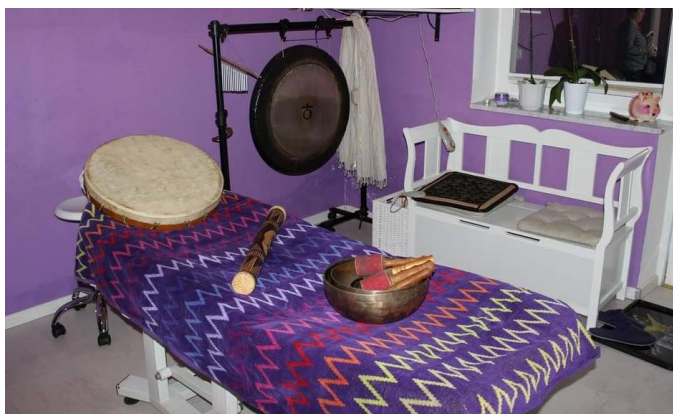


Slika 1: Iški vintgar

3.3 Zvočna kopel z gongi

Zvočna kopel je oblika alternativnega zdravljenja poznana že tisočletja. Glasbila ustvarjajo prijetne vibracije, ki naše telo umirijo in umerijo na vibracije miru, svetlobe, popolnega miru ...

Ko so naše celice umerjene na določene vibracije, se začne proces samozdravljenja. Telo je ob koncu delavnice prežeto z ravnovesjem in harmonijo.



Slika 2: Gong, šamanski boben in posode za zvočno kopel

Dobimo na parkirišču pri Iškem vintgarju, od koder se bomo ob 9.45 odpravili do Iškega vintgarja. Lažje poti je za približno 10 minut hoje. S seboj imejte topla oblačila, podlogo za ležanje, tanjšo odejo in pijačo (najbolje steklenico vode). Delavnica bo trajala približno uro in pol.

Ob zvokih gonga, šamanskega bobna in ob podpori vode bodo vaše celice zavibrirale in se očistile. Dobili boste nov notranji navdih, telo se bo pomladilo, tudi zaradi spodbujanja spanja in lastnega jaza.

3.4 Meditacija

Voda je v obstoju človeka pomembna od spočetja do propada. Že kot dojenčki smo lebdeli v plodovnici v materinem trebuhu, človek potem celo življenje išče enake občutke, kot jih je doživel v obdobju nosečnosti. Z meditacijo se lahko približamo tem občutkom.

Delavnico meditacije bomo izvedli ob 11.30, trajala bo približno eno uro in pol. Zberemo se na parkirišču ob Strahomerskem ribniku. S seboj imejte topla oblačila, podlogo za ležanje, tanjšo odejo in pijačo (najbolje steklenico vode).



Slika 3: Strahomerski ribnik

Zvok šumenja vode in vodena meditacija, nas bodo vodila do našega izvira življenja, do najgloblje točke naše duše. Prepustili se bomo izvoru našega življenja – vodi in pustili, da nam očisti dušo, odplakne skrbi in stvari, ki nas obremenjujejo.

3.5 Pohod: Ribniki v dolini Drage – Ižanske toplice

Zbrali se bomo ob 13.00 na parkirišču ob Velikem ribniku. Pot nas bo vodila delno po krožni poti okoli ribnikov v dolini Drage in gozdni učni poti Draga, pri ribniku Rakovnik pa bomo pot zapustili in se odpravili proti Ižanskim toplicam. V dolini Drage se občasno zadržuje tudi do 150 različnih vrst ptic, največ je labodov, pozorno oko obiskovalca pa lahko v ribnikih zasledi različne dvoživke in 13 ribjih vrst. Območje ribnikov v dolini Drage spada v zaščiteno območje Nature 2000. Med drugim lahko občudujemo tudi pogosto izsušen ribnik Špilgut. Mi danes ne bomo raziskovali vse okoli



Slika 4: Veliki ribnik v dolini Drage

ribnikov, ampak se bomo odpravili mimo Iga, prečkali potok Želimeljščica in naš sprehod zaključili pri Ižanskih toplicah. Tu je nekoč stala naselbina koliščarjev, po odkritelju Dragotinu Dežmanu, imenovana tudi Dežmanova kolišča. Voda, ki priteče iz pipe je zdravilna, izvira pa na 18 metrih globine. Tu je tudi energijska točka, na kateri si bomo nabrali moči, za nove podvige.



Slika 5: Izvir v Ižanskih toplicah

Pot je nezahtevna, traja približno 45 minut. Ogled bo vodil lokalni turistični vodnik.

Kot nadgradnjo sprehoda, si lahko v lastni režiji ogledamo cerkev sv. Mihaela na Barju, delo slovitega arhitekta Jožeta Plečnika. Cerkev je povezana ne samo z arhitektom, ampak tudi z njegovima bratoma, ki sta donirala za gradnjo, pa tudi z arhitektovim nečakom, ki je gradnjo vodil.

Pot nas lahko vodi tudi do naravnega rezervata Kozlerjeva gošča (tudi Kozlerjev gozd ali Barski gozd), nekoč v lasti družine Petra Kozlerja (avtorja Zemljevida slovenskih dežel iz srede 19. stoletja).

4 Načini trženja turističnega izdelka

Prireditev bi tržili:

- z objavo na družbenih omrežjih (Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat itd.)
- z reklamo na lokalnem radiu in televiziji,
- z izdelavo spletnega zavijka v okviru spletne strani Občine Ig,
- s plakati, ki bi oglaševali prireditev, na glavnih ižanskih ulicah.

5 Finančni načrt

Pridobivanje finančnih sredstev bi potekalo preko:

- javnih razpisov (občinskih, državnih, evropskih),
- sponzorstev in donatorstva.

5.1 Predvideni stroški za organizatorje

Honorar Mirjam Meglič Zupan	500 €
Oglaševanje	200 €
SKUPAJ:	700 €

6 Sklep

Dijaki 1.D menimo, da ima Ig z okolico bogato kulturno in naravno dediščino, ki je premalo poznana in poudarjena. Prav tako menimo, da je v širšem prostoru malo prireditev, ki bi bile povezane z vodo in njenimi zdravilnimi lastnostmi. Cilj našega projekta je pritegniti ljudi k raziskovanju naravnega okolja in k razvoju doživljajskega turizma. Zato smo v ospredje postavili vodne vire in z njimi povezano sproščanje čutil in duha. Pomembno pa je tudi zavedanje, da so naravne dobrine v času potrošništva še vedno brezplačne in na voljo vsem.

7 Viri in literatura

- <https://sl.wikipedia.org/wiki/Voda> (20. 2. 2022)
- <https://www.nijz.si/sl/clovesko-telo.-in-voda> (20. 2. 2022)
- <https://www.obcina-ig.si> (13. 12. 2022)
- <https://www.obcina-ig.si/predstavitev/naravna-in-kulturna-dediscina/> (13. 12. 2022)
- <https://vnaravi.si/ribnisko-kocevsko-ribniki-doline-drage> (21. 2. 2022)
- <https://www.lepote-slovenije.si/iski-vintgar/> (21. 2. 2022)