



*Vinterens råeste opplevelse
for personer med utviklingshemming*

SPENNINGS KURSET

OPPLEVELSE • BEVEGELSE • INKLUDERING





Spenningskurset på Bjorli

Spenningskurset er ei aktivitetsveke for personar med utviklingshemming i alle aldrar, med alle slags utfordringar.

Spenningskurset har som hovedmålsetjing å tilby aktivitetsglede, gjennom spennande aktivitetar og felleskap som deltakarane ikkje opplever dagleg. Aktivitet og gode opplevingar er viktig for å ha det bra.

Arrangementet startar med opningsseremoni, og utandørsaktivitetar tilrettelagt for alle funksjonsnivå. Med skisenteret på Bjorli som base er det tilbod for alle, med og utan ski; bl.a. alpint, langrenn, gå- og trilletur, hundekøyring, snørafting, zip-line og grilling ved lavvoane. På kveldstid er det sosialt samvær med underhaldning i regi av elevar frå samarbeidande folkehøgskular. Dei siste åra har deltakartalet vore 60-70.



FISCHER

Bakgrunn og målsetjing

Initiativet til Spenningskurset kom frå eldsjeler som såg at denne brukargruppa hadde få utandørs aktivitetstilbod om vinteren, og etablerte det som no er kalla Spenningskurset i 1993. Gjennom alle åra har det vor nytta elevar/studentar til instruktørar, svært mange har fått sitt første møte med denne brukargruppa gjennom Spenningskurset.

Arrangementsstad har heilt frå starten vore Bjorli, i veka før påske. Foreininga Spenningskurset vart formelt stifta i 2006.

Alle kan melde seg inn i foreininga Spenningskurset - både pårørande og andre interesserte.

I vedtektene er føremålet til Spenningskurset formulert slik:

“Dette skal vere ein tverrfagleg interesseorganisasjon for for kultur- og idrettsinteresserte som ynskjer å legge til rette for at menneske med ulike hjelpebehov får høve til å delta i ulike skidisiplinar, friluftsliv og spenningsorienterte aktivitetar.”

Spennings KURSET
OPPLEVELSE • BEVEGELSE • INKLUDERING



Instruktører og innkvartering

Elevar frå folkehøgskular på Nordvestlandet er instruktører på arrangementet. Elevane blir valde ut på bakgrunn av motivasjon og ferdigheiter i dei aktivitetane vi tilbyr.

Både i aktivitetane ute og på underhaldninga om kvelden får elevane rettleiing frå Spenningskurset og eigne lærarar om korleis dei skal legge til rette individuelt tilpassa aktivitet. Dette arrangementet er difor ein eineståande og svært verdfull læringsarena også for desse ungdommane.

Spenningskurset har base på Bjorliheimen hotell. Her får deltakarane og ledsagarane tilbod om å bu på enkelt- og dobbeltrom, Bjorliheimen tilbyr fullpensjon. Kveldssamlingane foregår også på Bjorliheimen.

Dersom ein ynsker å ordne overnatting og/eller måltid sjølv, andre stader enn på hotellet, er det sjølv sagt heilt greitt.

SPENNINGSKURSET

OPPLEVELSE • BEVEGELSE • INKLUDERING

Vil du bli med?

På heimesida vår finn du all informasjon om hvilke kurs vi har, tidspunkt og praktisk info.

Velkommen til en opplevelse for livet!

www.spenningskurset.no

