

## **Kazalo**

### **Uvodna pojasnila**

- Komu je priročnik namenjen
- Razmerje do uradnega vodnika
- Povezava s projektom Walk2Spirit
- Kako uporabljati ta dokument

### **Uvod – Hoja, ki povezuje**

- Hoja kot človeška in povezovalna gesta
- Dragocenost počasnega koraka
- Hoja kot priložnost za srečanje
- Pomen skupne poti
- Iter Goritiense v luči GO! 2025 in jubilejnega leta
- Tri osrednje teme: Korenine, rane, prerod

### **Skupna hoja v vsej različnosti**

- Identiteta in sožitje
- Vloga spremljevalca kot varuha ravnovesja

## **1. Hoja kot človeška izkušnja**

- Telesna, duševna in družbena preobrazba
- Napotki za vodnika

## **2. Identiteta Iter Goritiense: evropska pot smisla**

- **Splošne značilnosti poti**
- **Štirje simbolni poudarki**
  - **Korenine** – Oglej
  - **Rane** – Soča in Kras
  - **Prerod** – Gorica in Nova Gorica
  - **Novi pogled** – Sveta Gora

## **3. Meja kot izkušnja**

- Vzgojni pomen meje
- Preplet identitet in sodobni spomin
- Namig za pripovedovanje

## **4. Vloga vodnika: usmerjanje ritma izkušnje**

- Odgovornost do ljudi in prostora
- Praktične naloge vodnika
- Varnost in načrtovanje časa
- Ravnovesje med besedo in tišino

## **5. Etape kot življenjske preizkušnje**

1. etapa: Oglej → Zagraj | Prvi koraki na poti
2. etapa: Zagraj → Mirenski Grad | Premagovanje napora
3. etapa: Mirenski Grad → Gorica | Življenje ob meji
4. etapa: Gorica → Sveta Gora | Obzorje novega pogleda

## **6. Oznake, simboli in orientacija**

- Salomonov voz
- Uporaba GPX-sledi
- Navodila na uradni spletni strani

## **7. Dostopnost, vključenost in skrb**

- Spoštljiv in vključen pristop

- Prilagajanje ritma posamezniku

## **8. Priprava, varnost in odgovornost**

- Seznam opravil za vodnika
- Prepoznavnost spremljevalcev
- Varnostna oprema na izpostavljenih odsekih

## **9. Romarski potni list in spominsko potrdilo (Testimonium)**

- Pomen romarskega potnega lista
- Zbiranje žigov v praksi
- Kako pridobiti Testimonium

## **10. Vodenje skupine: dinamika in pozornost**

- Različni motivi in pričakovanja
- Obvladovanje utrujenosti in reševanje sporov
- Pomen pogovora in povratnih informacij
- Logistika in prevoz prtljage
- Pripovedovanje zgodb med hojo
- Priporočila za uspešno vodenje

## **11. Odnos do okolja in lokalnih skupnosti**

- Spoštljivo vedenje na poti
- Skrb za naravo in domačine
- Smernice za ustrezen pristop

## **12. Pred odhodom in po vrnitvi**

- Priprava na pot
- Sklepni del in vtisi
- Končne informacije o priznanjih

## **13. Vprašanja za razmislek ob poti**

- Namen vprašanj
- Vprašanja na temo korenin
- Vprašanja na temo ran
- Vprašanja na temo preroda

- Napotki za vodnike

### **Zaključek – Varovanje skupne izkušnje**

- Spremljevalec kot varuh poti
- Priročnik kot nepogrešljiv sopotnik

## Vademecum za spremljevalce na poti Iter Goritiense

### Obvestilo spremljevalcem

Ta priročnik je **namenjen izključno spremljevalcem poti Iter Goritiense, ki so opravili predpisano usposabljanje v okviru projekta.**

Dokument **ne nadomešča uradnega vodnika poti**, temveč ga dopolnjuje. Njegov namen je ponuditi **vsebinsko globino ter praktične usmeritve** za vodenje skupin skozi pripovedno in duhovno bogastvo poti.

Priročnik je nastal v okviru izobraževalnih dejavnosti evropskega projekta **WALK2SPIRIT**, ki spodbuja pešpoti kot priložnost za kulturni dialog, povezovanje in čezmejno sodelovanje.

Projekt **WALK2SPIRIT** sofinancira Evropska unija iz **Sklada za male projekte (SPF) GO! 2025 programa Interreg VI-A Italija–Slovenija**, ki podpira dejavnosti Evropske prestolnice kulture.

Besedilo služi kot opora pri delu na terenu: lahko ga preberete v celoti ali pa po njem posegate po posameznih sklopih pred začetkom hoje ali med njo.

## **Uvod – Hoja, ki povezuje**

Hoja je prvinska gesta, vtkana v zgodovino človeštva. Vsak človek je v svojem bistvu nenehno na poti. Tudi ko se tega ne zavedamo, nas gibanje – telesno, notranje in družbeno – spremlja skozi celo življenje.

Podati se na pot pomeni narediti ključen korak: upočasniti, zadihati in vzpostaviti pristen stik s seboj ter okolico. Počasen korak spremeni naš pogled. Omogoča nam, da prostor spoznamo v njegovem pravem ritmu, opazimo podrobnosti, ki nam v vsakdanjem hitenju uidejo, in prepoznamo sopotnika, ki ga prehitro vzamemo za samoumevnega.

Hoja je lahko osebna izkušnja, čas tišine in notranje zbranosti. Vendar pa že sam odhod v prostor in čas poti razkriva globljo željo po povezovanju. Pot, čeprav se morda začne v samotni, neizogibno vodi k srečanju.

Skupna hoja ter deljenje napora in cilja odpirata prostor za poslušanje in dialog. Ta dialog nima vedno vnaprej določenega izida, a prav v tem, da se sploh zgodi, tiči njegova največja vrednost. Pot tako postane orodje za razumevanje, zблиževanje različnih stališč in iskanje novih poti ob osebnih ali družbenih konfliktih.

Gibanje je dokaz življenja. Nič živega ne miruje. Hoja nas nenehno spodbuja, da stopimo iz cone udobja in se odpremo vprašanju, ki nam jih zastavljajo drugi ljudje in kraji, skozi katere potujemo.

Iz teh misli se je rodila ideja o poti, ki bi bila hkrati fizična in simbolna, odprta za vse – najsi bodo njihovi motivi verski, duhovni, kulturni ali povsem osebni. Pot, ki vključuje in združuje.

Tako je nastal **Iter Goritiense**, čezmejna pot, ki povezuje **oglejsko baziliko s Sveto Goro** nad obema Goricama. Že od zasnove dalje itinerar ni zgolj geografska trasa, temveč pot izkušenj, ki ob obisku zgodovinskih krajev odpira pomembna življenjska vprašanja.

**Leto 2025** prinaša poseben pomen: **Nova Gorica in Gorica kot Evropska prestolnica kulture** ter  **jubilejno leto** so priložnost za razmislek o mejah, spominu in sožitju. Iter Goritiense se v ta okvir umešča kot konkreten primer skupne poti.

Približno **82 km** dolga pot, razdeljena na **štiri etape**, temelji na **treh ključnih vsebinskih stebrih: korenine, rane in prerod**.

**Korenine** nas opominjajo na izvor. Začetek v Ogleju, tisočletnem stičišču narodov, vabi k razmisleku o temeljih evropske kulture in pomenu zgodovinskega spomina.

**Rane** stopijo v ospredje ob prečanju Krasa, kjer so strelni jarki in sledi vojn 20. stoletja še vedno živi. Tukaj pot postane vaja v spominjanju – ne zato, da bi obujali bolečino, temveč da ne bi pozabili in napak ponovili.

**Prerod** doživimo v obeh Goricah, mestih, ki sta bili nekoč ločeni, danes pa pišeta novo zgodbo o sodelovanju. Hoja skozi Gorico in Novo Gorico nam pokaže, da je sožitje v različnosti mogoče in plemenito.

Zadnji del poti vodi na Sveto Goro. Vzpon je strm, a razgled z vrha zaobjame celotno pokrajino vse do morja. Meje od tod ni videti: ne kot ločnice, temveč le kot prostor, kjer se ljudje srečujejo.

### **Skupna hoja v vsej različnosti**

Glavno vodilo poti Iter Goritiense je, da **hodimo skupaj kljub razlikam**. Pot ne briše naših identitet ali osebnih zgodb, temveč jih povezuje. Enotnost na tej poti ne pomeni, da smo vsi enaki, temveč da znamo sobivati: vsak prinese svoj delček mozaika.

To načelo mora biti jasno čutiti v vsem: v skupnem ritmu, jeziku, pozornosti do sočloveka in sprejemanju drugačnih mnenj. Naloga spremljevalca je, da skrbno varuje to ravnovesje, da pot ostane prostor za odnose in ne postane le športni podvig.

Ta priročnik služi kot dopolnilo uradnemu vodniku. Oblikovan je kot **žepna knjižica** za spremljevalce, ki so opravili usposabljanje. Ne vsebuje togih pravil, temveč predlaga slog vodenja, ki temelji na poslušanju in razumevanju tega, kar se na poti dogaja.

## 1. Hoja kot človeška izkušnja

Iter Goritiense je v prvi vrsti človeška izkušnja in šele nato geografska trasa. Hoja ne premika le telesa, temveč tudi misli, odnose ter dojemanje sebe in drugih. Ponavljajoč se korak, napor, tišina in skupno preživljanje časa prinašajo počasno, a korenito preobrazbo. **Vodniki naj ne pozabijo, da hoja:**

- pretrga vsakodnevno rutino;
- briše družbene razlike in hierarhijo;
- spodbuja pristno poslušanje in povezovanje;
- nas sooči z lastnim naporom in s tem z našo pristnostjo.

**Napotek za vodnika:** Pot opravi svoje delo pri ljudeh tudi brez odvečnih besed. Vsakega vzgiba ali čustva ni treba razlagati; pogosto je dovolj že to, da pustimo izkušnji, da steče.

## 2. Identiteta Iter Goritiense: evropska pot smisla

Gre za kulturno in naravoslovno pot, ki povezuje Italijo in Slovenijo. Celotna trasa meri med 80 in 82 km, razdeljena je na štiri etape in je prehodna v vseh letnih časih. Pokrajina se harmonično spreminja – od ravnin in rečnih nasipov do kraških planot ter mestnih in hribovitih predelov.

### Ključni podatki:

- **Dolžina:** 80–82 km.
- **Čas hoje:** približno 23 ur dejanskega premikanja.
- **Etape:** 4 uradne etape (prilagodljive glede na skupino).
- **Oznake:** Salomonov voz in uradne GPX-sledi.

### Korenine – Oglej

Oglej je simbolno izhodišče naše poti: prostor izvora, tisočletnih kulturnih plasti in dialoga med narodi. Začeti tukaj pomeni priznati, da ima vsaka pot svojo predzgodbo. Vodnik pomaga skupini ujeti pravi ritem, jo spodbuja k upočasnitvi in k zavestnemu vstopu v popotovanje, ki se pravkar začne.

### Rane – Soča in Kras

Odsek ob Soči in čez Kras nas vodi skozi pokrajino, ki jo je globoko zaznamovala zgodovina. Brazgotine 20. stoletja so v okolici še vedno jasno vidne. Na tem delu naloga vodnika ni podajanje suhoparnih zgodovinskih dejstev, temveč ustvarjanje pogojev za spoštljiv

premislek: spomin na preteklost, če se mu posvetimo s spoštovanjem, postane prostor za globlje razumevanje sedanjosti.

### **Prerod – Gorica in Nova Gorica**

Hoja skozi Gorico in Novo Gorico je neposredna izkušnja meje, ki ne ločuje več. Mesti sta dokaz, da lahko nekdanji razkol postane priložnost za sožitje. Ta mestni prehod vabi k razmišljanju o pomenu skupnosti, dialogu in gradnji skupne prihodnosti.

### **Novi pogled – Sveta Gora**

Končni vzpon nam odpre široko obzorje nad celotnim prehojenim ozemljem. Sveta Gora je več kot le cilj; predstavlja trenutek, ko zamenjamo perspektivo. Z vrha lahko na vse preizkušnje in doživetja, ki smo jih izkusili na poti, pogledamo z nove razdalje in z večjim notranjim mirom.

## **3. Meja kot izkušnja**

Na tej poti meja ni le črta na zemljevidu, temveč oprijemljiva izkušnja: spreminjajo se jeziki, napisi, krajevna imena in drobne navade. Za vodnika je meja vzgojni pripomoček, ki:

- pokaže, da so naše identitete prepletene;
- osvetli polpreteklo zgodovino prostora;
- vabi k preseganju stereotipov.

**Namig za pripovedovanje:** Meje ni treba teoretizirati. Dovolj je, da se za trenutek ustavite in skupino spodbudite, naj opazi razlike, ki jih prinaša prehod iz ene države v drugo.

## **4. Vloga vodnika: varuh ritma in vzdušja**

Biti vodnik na Iter Goritiense pomeni nositi dvojno odgovornost: do ljudi in do pokrajine. Vodnik ni v središču pozornosti, temveč je tisti, ki bdi nad ritmom in vzdušjem poti. **Dober vodnik spremlja tako, da:**

- opazuje potrebe skupine;
- prilagaja hitrost in postanke;
- zna presoditi, kdaj spregovoriti in kdaj prepustiti besedo tišini.

## 5. Etape kot življenjske preizkušnje

1. **Oglej** → **Zagraj** | **Prvi koraki na poti**: Ravninski del ob poljih in reki. Čas za spoznavanje in uglasitev telesa na hojo (~28 km).
2. **Zagraj** → **Mirenski Grad** | **Premagovanje napora**: Najzahtevnejši del čez Kras. Tu napor postane del izkušnje (~24 km).
3. **Mirenski Grad** → **Gorica** | **Življenje ob meji**: Krajša etapa, ki nas popelje v srce sožitja (~13 km).
4. **Gorica** → **Sveta Gora** | **Obzorje novega pogleda**: Simbolni vzpon, ki kljub strmini ponuja nagrado v obliki širšega razgleda na prehojeno pot (~17 km).

## 6. Oznake, simboli in orientacija

Pot označuje **Salomonov voz**, simbol povezovanja različnosti. Sledenje oznakam je vaja v pozornosti in zaupanju. Vse podrobne informacije in GPX-sledi so na voljo na [www.itergoritiense.eu](http://www.itergoritiense.eu).

## 7. Dostopnost in skrb za vsakega posameznika

Pot je zasnovana vključujoče. Vodnik naj uporablja jasen jezik, opisuje okolico in pazi na najšibkejše člene. Cilj ni tekmovanje, temveč to, da vsak udeleženec doživi nekaj dragocenega.

## 8. Priprava in varnost

### Checklist za vodnika:

- Zadostna zaloga vode: Skrb za primerno hidracijo sebe in celotne skupine glede na dolžino etape.
- Ustrezna oprema: Preverjanje oblačil in obutve, prilagojenih vremenskim razmeram in terenu (Kras, ravnina, vzpon).
- Pripravljenost skupine: Sproti ocenjujte fizično in psihično stanje udeležencev ter prilagajajte tempo.
- Pozornost na izpostavljenih odsekih: Posebna budnost na zahtevnejših delih poti ali ob prečkanju prometnih cest.

### Prepoznavnost vodnikov

Vodniki morajo biti na uradnih pohodih prepoznavni po tehnični majici in nahrbtniku z logotipoma Iter Goritiense in Interreg.

## Varnost

Na nevarnih odsekih (most v Pjerišu, prečenje ceste v Dolu) je obvezna uporaba odsevnih elementov za visoko vidljivost.

## 9. Romanarski potni list in Testimonium

Romarski potni list nadzorni dokument, temveč spomin na pot. Žige zbiramo na določenih točkah (župnije, TIC-i, prenočišča). Če žiga ni mogoče dobiti, zadostuje podpis ali datum – bistvo je v prehojeni poti, ne v popolni zbirki pečatov.

## 10. Vodenje skupine: dinamika in logistika

Vsako skupino sestavljajo posamezniki z različnimi izkušnjami, telesno pripravljenostjo, pričakovanji in motivi. Spremljati takšno skupino pomeni predvsem **povezovati te raznolikosti**, da ne bi postale vir slabe volje ali občutka izključenosti.

Med potjo se neizogibno pojavijo utrujenost, trenutki tišine, nenadno navdušenje ali manjši nesporazumi. Naloga spremljevalca ni, da reši vsako težavo, temveč da ustvarja pogoje, v katerih **skupina ostane povezana**.

Ključnega pomena je dialog – pred začetkom, med hojo in po koncu poti. Tako lažje spoznamo pričakovanja udeležencev in prisluhnemo njihovim vtisom. Namen teh pogovorov ni ocenjevanje, temveč **ustvarjanje prostora, kjer lahko vsak ubesedi svojo izkušnjo**, kar krepi občutek skupne poti. Redno preverjanje počutja je sestavni del vodenja: omogoča nam, da pravočasno prilagodimo ritem, razjasnimo morebitne nejasnosti in ovrednotimo vse dragoceno, kar se med hojo zgodi.

Pomemben del vodenja skupine je tudi **logistika prtljage**. Pri večjih skupinah, zahtevnejših etapah ali manj pripravljenih udeležencih je smiselno vnaprej razmisliti o organiziranem prevozu prtljage v sodelovanju z lokalnimi ponudniki ali namestitvami.

Odločitev za lažji korak ne zmanjša vrednosti izkušnje – nasprotno, omogoča bolj sproščeno in vključujočo pot, na kateri lahko **sodeluje vsak po svojih zmožnostih**.

## Pripovedovanje med hojo

Na poti *Iter Goritiense* pripovedovanje ne pomeni predavanj ali zasipavanja skupine s podatki. Dober vodnik zna zgodbe o pokrajini in njenih temah podajati spontano, medtem ko hodi ob strani udeležencev. Pri tem skrbno izbira pravi trenutek, besede in tudi tišino.

Pripoved se lahko rodi iz drobnega detajla v pokrajini, iz kraja, skozi katerega gremo, ali iz vprašanja, ki se porodi med potjo. Včasih je dovolj le nekaj besed; spet drugič je prav skupna tišina najbolj pristna oblika spremljanja.

**Slogovni napotek** Hoja z ramo ob rami, brez nenehnega razlaganja, udeležencem omogoča, da zares prisluhnejo okolici, opazujejo in poti pripišejo lasten, osebni pomen.

### **Dobre prakse za vodenje skupine**

- **Dogovor o ritmu:** Že na začetku določite stvarni in vsem dosegljiv tempo hoje.
- **Brez tekmovalnosti:** Izogibajte se primerjanju telesne pripravljenosti udeležencev.
- **Skupni postanki:** Spodbujajte odmore, kjer se skupina ponovno zbere in poveže.
- **Skrb za najšibkejše:** Bodite pozorni na tiste, ki hodijo zadaj ali težje sledijo.
- **Logistična podpora:** Po potrebi pravočasno predlagajte rešitve, kot je prevoz prtljage.
- **Zlato pravilo:** Vedno imejte v mislih, da skupina napreduje le tako hitro, kot hodi njen najpočasnejši član.

## **11. Odnos do okolja in domačinov**

Vodnik predstavlja projekt Iter Goritiense. Pomembno je spoštovati zasebno lastnino, kmetijska zemljišča in naravo. Do domačinov bodimo prijazni, a ne invazivni.

## **12. Pred odhodom in po vrnitvi**

Kakovost celotne izkušnje ni odvisna le od ur, ki jih preživimo na poti. Za udeležence sta enako pomembna tudi premišljen začetek in smiseln zaključek.

### **Pred odhodom je priporočljivo:**

- na kratko predstaviti pot in značilnosti posameznih etap;
- jasno opredeliti časovni okvir, predviden ritem hoje in osnovna pravila v skupini;
- poudariti, da se pot po potrebi lahko prilagodi trenutnim razmeram ali možnostim skupine.

### **Ob koncu poti je dobro:**

- predvideti trenutek za povratne informacije, kjer lahko udeleženci delijo svoje vtise in občutja;
- se zahvaliti skupini za skupno pot in vsem lokalnim skupnostim, ki smo jih srečali;

- podati informacije o romanarski knjižici in spominskem potrdilu (Testimonium), pri čemer naj to ne bo predstavljeno kot tekmovalni cilj, temveč kot lep spomin na opravljeno pot.

### **13. Vprašanja za razmislek**

#### **Vprašanja o smislu ob poti**

Pot sama po sebi odpira priložnosti za osebni razmislek in skupno iskanje odgovorov. Vprašanja o smislu, ki se porajajo, ne zahtevajo nujno takojšnjih odgovorov. Njihov namen ni zaključiti razpravo, temveč odpreti notranje prostore, nas spodbuditi k razmišljanju, prevetrili ustaljene miselne vzorce in prebuditi nova vprašanja.

Teh vprašanj ne podajamo kot vnaprej načrtovane vaje ali obliko preverjanja. Lahko se porodijo spontano ali pa jih vodnik diskretno predlaga, pri čemer vedno spoštuje ritem, tišino in svobodo vsakega posameznika. Odgovori niso obvezni in jih ni treba javno deliti. Vsak jih lahko zadrži zase, jih pusti odzvanjati v času, si jih zapiše ali pa jih – če se tako odloči – uporabi kot izhodišče za pogovor v skupini.

#### **Ob etapi korenin**

- Kje so moje korenine?
- Od kod prihajam – ne le v geografskem, temveč v človeškem smislu?
- Kateri kraji, ljudje ali izkušnje so me izoblikovali v to, kar sem danes?

#### **Ob etapi ran**

- Katere rane, osebne ali skupne, nosim s seboj?
- So te rane še odprte ali so že postale brazgotine?
- Kaj sem se naučil iz napak – tistih, ki sem jih storil sam, in tistih, ki sem jih utrpel?

#### **Ob etapi preroda**

- Ali na tej poti stopam proti kakšni obliki lastnega preroda?
- Na katerih področjih svojega življenja si najbolj želim spremembe?
- Kaj mi v današnjem času pomeni upanje?

#### **Napotek za vodnike**

Vprašanja o smislu zastavljajte lahkotno in s spoštovanjem. Včasih je dovolj že to, da pustite

vprašanju odzvanjati v notranjosti; drugič lahko odpre nepričakovane, globoke pogovore. Vedno imejte v mislih, da je tudi tišina dragocen in povsem legitimen odgovor.

### **Zaključek – Varovanje skupne izkušnje**

Biti vodnik na poti *Iter Goriense* pomeni biti varuh večplastne človeške in kulturne izkušnje, stkane iz korenin, ran in novih upov. Ta knjižica naj ostane v vašem nahrbtniku kot tih opomnik: pot ne pripada tistemu, ki jo vodi, temveč tistemu, ki po njej hodi.

**Interreg  
Italia-Slovenija**



Cofinanziato  
dall'Unione europea  
Sofinancira  
Evropska unija

Fondo per piccoli progetti GO! 2025  
Sklad za male projekte GO! 2025

GECT GO  
EZTS GO

**WALK 2 SPIRIT**