

Nova predsednica Društva Šola zdravja - ZDENKA KAVČIČ

Predstavljamo vam žensko, ki si želi, da bi bil svet okoli nje še lepši, ki želi obogatiti prostor, v katerem biva in ga narediti prijaznejšega in toplejšega. Gre za novo predsednico Društva Šola zdravja - Zdenko KAVČIČ, profesorico športne vzgoje, ki prihaja iz starodavnega belokranjskega mesta, iz Metlike. Zase pravi, da je ženska z mnogoterimi vlogami v življenju – je žena, mama, hčerka, snaha, sestra, soseda, učiteljica ... Odraščala je v sožitju z naravo, zaznamovalo pa jo je trdo delo na kmetiji. *»Starši so mi privzgojili delovne navade, ljubezen do narave in spoštovanje do sočloveka. Športne aktivnosti v mojem otroštvu so bila kmečka opravila, tako me je želja po športu pripeljala na Fakulteto za šport in postala sem učiteljica športne vzgoje.«*

Da ne bo pomote, z bivšo predsednico Društva Šola zdravja Zdenko KATKIČ imata enako ime, pa tudi podobna priimka, gre pa za dve različni osebi. Bivša predsednica društva Zdenka Katkič je naredila in uspešno zagnala velik projekt, ko se je leta 2009 odločila ustanoviti Društvo Šola zdravja, s čem je odprla novo smernico v življenjih več kot 5000 članov društva, ki se kar naprej razvija in raste. Prav zaradi obsežnosti projekta in prezasedenosti z delom, se je Zdenka Katkič odločila, da je prišel čas za novo predsednico društva.

In tako je na oder Šole zdravja z aprilom 2023 stopila nova predsednica društva, Zdenka KAVČIČ. S Šolo zdravja se je prvič srečala pri projektu »Dihamo z naravo«, ko je bila povabljena k sodelovanju. *»Vedno so mi bile blizu vsebine, kjer se ljudje gibljemo v naravi, opazujemo svoje občutke, počutje, dihanje. Sprva sem sodelovala kot strokovna sodelavka, nato sem opravila usposabljanje za vadbo »1000 gibov« in nato sem začela obiskovati skupine Šole zdravja v Beli krajini in skupino v Pribanji na Hrvaškem.«*

Na vprašanje, kako je prišlo do njenega imenovanja za predsednico društva, katerega prvotni namen je jutranja telovadba »1000 gibov«, je Zdenka Kavčič odgovorila:



vabilo za predsednico.m4a

»Nekega lepega jesenskega popoldneva me je poklicala podpredsednica društva Bernardka Krnc in me vprašala, če bi me zanimalo mesto predsednice društva. Ker sama že vse življenje spodbujam različne starostne skupine k rednemu preventivnemu gibanju in telesni vadbi, sta mi vizija in poslanstvo Društva Šola zdravja zelo blizu. Navdihujoče zgodbe zadovoljnih ljudi v oranžnih majicah, ki se vsakodnevno gibajo in družijo so odlična vzpodbuda in motivacija za vse, ki še niso zbrali dovolj moči, da bi vzeli odločitev za svoje zdravje v svoje roke. Skratka, tisto, kar sem delala že na svoji samostojni podjetniški poti, je na nek način Društvo Šola zdravja na veliko širšem nivoju.«

Opaža, da ji vsako desetletje prinaša nove izzive in dodatne priložnosti. Tako jemlje tudi Šolo zdravja, ki postaja sestavni del njenega življenja, kakor tudi joga, s katero se ukvarja že nekaj let kot certificirana inštruktorica. Društvo Šola zdravja je razširjeno po vsej Sloveniji in se še vedno širi in razvija. To zahteva veliko terenskega dela, ki je za družinskega človeka s tremi



A3.m4a

odraslimi hčerkami zelo zahtevno, kar Kavčičeva potrdi: *»Seveda je zahtevno, ampak nekako gre. Najmlajša hči je letos uspešno opravila maturo in gre jeseni na študij, starejši dve pa sta praktično že pri svojem kruhu. Ob meni je mož, ki me razume in podpira, vsekakor pa bi mu bilo lažje, če bi imela bolj enostavno službo, saj sem veliko odsotna od doma in so tudi moje misli vse prevečkrat v procesu iskanja posameznih rešitev, ki se nanašajo na poklicno pot. Vsekakor sem zelo hvaležna, da sem se v preteklih letih opremila z učinkovitimi tehnikami joge, ki mi pomagajo pri stresu, ki se mu v hitrem tempu življenja, žal ne da izogniti.«*

Šola zdravja je društvo, ki si zasluži najvišje priznanje in sofinanciranje na državnem nivoju in



kot pravi Kavčičeva: – ^{A4.m4a} »Gre za primer dobre prakse, ki bi jo lahko uporabili tudi v šolstvu, med zaposlenimi in širom naših meja. Vse starostne skupine, vse generacije je potrebno skozi življenjska obdobja vzgajati, da prevzamejo skrb za svoje zdravje. Vajeni, oziroma razvajeni smo, da zdravstveni sistem poskrbi za nas in tukaj se vse prevečkrat naša odgovornost konča. Ne le vsak dan, ampak vsak trenutek je treba skrbeti za najpomembnejšo osebo na tem svetu. In to smo mi. Društvo Šola zdravja vas vabi, da zjutraj vstanete, se uredite in razgibate v družbi svojih sošolcev. Tako se dan začne na najboljši možni način. Socialni stiki, druženje in vse to je brezplačno, brez recepta in čakalne vrste,« vabi nova predsednica Šole zdravja vse, ki se še niso opogumili, naj se brez predsodkov pridružijo najbližji skupini oranžno oblečenih telovadcev.

Vprašala sem jo, kakšni so njeni občutki glede vodenja tega društva, pa je takoj dodala, da je v njeni naravi, da išče rešitve. »Če je nekaj dobro, je potrebno delati naprej, če pa nam nekje ne kaže najbolje, je potrebno iskati rešitve, da zapeljemo v pravo smer. To je v bistvu cela moja filozofija.«

Glede načrtov za prihodnost Društva Šola zdravja, če se bo nadaljevalo z že zastavljenimi projekti, sledijo kakšne spremembe in je kaj novega na obzorju – nova predsednica pojasnjuje:



prihodnostDŠZ.m4a

»Z zastavljenimi projekti zaenkrat nadaljujemo. Spremembe se bodo izvajale tam, kjer bo potrebno. Društvo je tu zaradi članov, ki jih je treba podpirati, jim pomagati ter, če se le da, tudi opolnomočiti, da bodo v čim boljši psihofizični kondiciji. Ogromno je bilo narejenega. Ob tej priložnosti bi rada pohvalila in se zahvalila bivši predsednici Zdenki Katkič in njeni celotni ekipi s prostovoljci vred, ki so to zgodbo začeli in uspešno širili po celotni Sloveniji. Srčno upam in verjamem, da bomo to navdihujočo zgodbo uspešno peljali tudi naprej.«

Posebnosti Društva Šola zdravja so srečanja vseh skupin, ki jih organizirajo že od leta 2009. Na njih se srečajo člani z vseh koncev Slovenije, da se spoznavajo, izmenjujejo izkušnje in skupaj telovadijo. Deset let so ta srečanja tradicionalno potekala v Piranu, z drugim desetletjem pa se je ta navada spremenila. Leta 2019 je bilo srečanje organizirano v Velenju. Leta 2020 se je pripravljalo srečanje na Vrhniki, a so epidemiološke razmere zaradi epidemije covid-19 ustavile ta letni ritual srečanj. Zdaj se, po treh letih, zopet obeta srečanje vseh skupin Šole zdravja v Beli krajini od koder prihaja nova predsednica društva. Vprašali smo jo, če nam lahko pove, zakaj se je odločila za tako velik korak že v prvih mesecih predsedovanja, ker gre za dogodek, ki ga člani Šole zdravja nestrpno pričakujejo, in je povedala:



vabilo na srečanje.m4a

»Ob imenovanju na mesto predsednice društva je bilo moje prvo vprašanje, kaj lahko najprej naredimo za naše člane. Povsem naraven odgovor je bil, da ponovno obudimo vseslovensko srečanje članov. In zdaj je že povsem gotovo, da vseslovensko srečanje letos bo, in sicer 2. septembra v Vinici ob reki Kolpi. Izvedli ga bomo s sodelavci in seveda s pomočjo belokranjskih članov društva ter prostovoljcev. Prireditev se bo začela ob 10. uri s telovadbo »1000 gibov«. Nadaljevali bomo s kratkimi nagovori ter s kulturnim programom, kjer se bodo predstavili tudi belokranjski folkloristi in tamburaši. Na dogodku bodo različne dejavnosti Centra za krepitev zdravja, Gasilske zveze, Policije, ZIK

Črnomelj, v katere se bodo udeleženci srečanja lahko vključili. Na stojnicah bo pestra ponudba belokranjskih rokodelcev. Verjamem, da je pred nami prijeten in nepozaben dogodek na katerega ste vsi prisrčno vabljeni. Treba si je vzeti čas, odložiti skrbi in se prepustiti dogodkom tega dne v naši lepi Beli krajini. To so trenutki, ki radostijo življenje in nudijo dodatno zadovoljstvo. Iščemo dobro. In če iščemo dobro, ga tudi najdemo. Tak je zakon narave, raste namreč tisto, čemur dajemo svojo pozornost.» - nam je ob nastopu nove funkcije zaupala nova predsednica.

Z novo predsednico se je pogovarjala Neda Galijaš