

## **Zahvala Dunji Gartner za 14-letno vodenje skupine Šmarješke Toplice**

Skupina Šola zdravja Šmarješke Toplice deluje že od leta 2010

Bili smo prvo društvo na območju Dolenjske, Bele krajine in Posavja in v veliko pomoč vsem pri ustanavljanju njihovih prvih skupin. Bila je članica prvega Upravnega odbora društva, ko so nastajali prvi pravilniki o delovanju društva. Od leta 2010. je tesno sodelovala z dr. Grishinom in mu bila kot športna strokovnjakinja v veliko pomoč pri opisovanju in izboljševanju vaj. S svojo skupino je pripravila in s pomočjo Slavice Mrakovčič obdelala prvo anketo za vse člane DŠZ. Pripravljala mu je gradivo za prve seminarje z opisovanjem vaj in osebnimi nasveti vaditeljem, kar je dr. Grishin uporabljal kot priloženo literaturo in za video projekcijo ob izobraževanju novih vaditeljev. Njegovemu cilju, da z vajami na svežem zraku poskrbimo za dotok kisika do notranjih organov je postopno dodajala prvine iz svoje stroke in tako sklop vaj smiselno spremenila v zdravo in koristnejšo vadbo. Leta 2015. je napisala prvi Priročnik za vaditelje DŠZ, v katerem sta dokončno združila ideje. Vajam je dodala začetni položaj, držo telesa, mišično obremenitev, dihanje, časovno in količinsko obremenitev in osnovne nasvete bodočim vaditeljem. Tako se je naša vadba 1000 gibov na terenu širila z vedno bolj kvalitetnim in enotnim izvajanjem. Veliko vaditeljev ji je zelo hvaležno za napotke, ki jih vsako jutro uporabljajo pri vodenju v svoji skupini.

Z našo skupino je organizirala kar štiri vseslovenska srečanja članov DŠZ, tri v Šmarjeških Toplicah in enega na Otočcu. Pripravili smo tudi prvo regijsko srečanje, kar so spodbudno posnemale druge skupine. Naša skupina ŠZ Šmarješke Toplice se je pod njenim vodstvom z veseljem udeleževala regijskih in skoraj vseh vseslovenskih srečanj.

Dunja je leta 2017. prejela priznanje županje in leta 2018. občinsko priznanje za delo na področju športa, promocije zdravega načina življenja, vodenje vadbe 1000 gibov v Občini Šmarješke Toplice. Leta 2018. ji je Društvo šola zdravja podelilo nagrado za izjemne dosežke.

Člani Društva Šola zdravja Šmarješke Toplice smo ji hvaležni, da nam je vadbo predstavila kot vsakodnevni užitek, nekaj kar lahko z veseljem naredimo sami za svoje zdravje.

Skupaj smo preživeli veliko lepih trenutkov, se veselili, nasmejali, jokali, skratka vzeli vse kar nam je ponudilo življenje.

Dunjina želja je bila, da se po štirinajstih letih nekoliko razbremeni pri vodenja skupine, ki šteje preko 40 telovadcev in katerim se skoraj vsako jutro pridružijo tudi gostje iz Term. Kot vsa leta, bomo tudi tokrat izpolnili njeno voljo. Še naprej pa ostaja naš strokovni vodja.

Iskrena hvala ji za vse.

Članice Društva Šola zdravja Šmarješke Toplice.

Zapisala: Mira Zupančič

vodja skupine ŠZ Šmarješke Toplice