

žarek dobrote

12/XI
december
2013

glasilo slovenske karitas

Karitas 



TEMA MESECA

3 ••• Sodelavec in prostovoljec Karitas, verjamem vate
V LUČI STROKOVNOSTI

4 ••• Zakaj pisati o opolnomočenju?

V OBMOČJU SOČUTJA

5 ••• Sočutje do državljanov

7 ••• Bolne oskrbovati

8 ••• Srečanje sodelavcev in prostovoljcev na Ponikvi
ter dobrodelni koncert Klic dobrote

KOPER

10 ••• Prvo počitniško varstvo Karitas v Ajdovščini

10 ••• Počitnice malo drugače

10 ••• Dobrodelni koncert »GORIŠKA DLAN«

LJUBLJANA

11 ••• Seminar za svetovalno pomoč

12 ••• Spomini na poletno letovanje v Portorožu

MARIBOR

13 ••• Ali so stanovalci domov za starejše še lahko
aktivni državljani?

14 ••• Bili smo na duhovni obnovi in romanju

NOVO MESTO

15 ••• Četrtek izobraževani večer v Novem mestu

16 ••• Oče Franc Bole od Predala dobrote do
Slovenske Karitas

18 ••• Evropski ukrep pomoči v hrani iz intervencijskih
zalog za ogrožene osebe v EU je bila učna šola
tudi za Karitas

20 ••• Ko Terapevtska skupnost Sostro na rajžo gre ...

22 ••• Mreža za socialno vključevanje – Vključen.si v
sodelovanju z Zvezo paraplegikov Slovenije

23 ••• Pomagajmo prizadetim ob tajfunu na Filipinih

NAPOVEDNIK

ŠKOFIJSKA KARITAS CELJE

2. 12. Ustvarjalnice, izdelovanje vizitk, ob 16.30

3. 12. Skupina za žalujoče, ob 17.00

9. 12. Baby handling – pravilno držanje dojenčka,
ob 17.00 v prostorih župnije Sv. Duh, Celje

11. 12. Srečanje ŽK, kjer bo gost Gregor Čušin,
ob 17.00 v Domu Sv. Jožef v Celju

12. 12. Mamine urice, ob 10.00 v prostorih župnije Sv. Duh, Celje

18. 12. Kuharski tečaj, ob 16.00

3. 1. 2014 Kateheza »Blagri in družbeni nauk Cerkev«, ob 17.30

ŠKOFIJSKA KARITAS KOPER

2. 12. Srečanje Karitas vipavske dekanije

4. 12. Razstava Umetniki za Karitas, Gorica (IT)

6. 12. Odbor za materialno pomoč, Ajdovščina
Sv. maša ob dnevu prostovoljcev, Vipava
Miklavž v DSO, Ilirska Bistrica

7. 12. Duhovna obnova za slepe in slabovidne, Vipavski Križ

SPOŠTOVANI SODELAVCI KARITAS

Imre Jerebic

Verjeli smo v svoje poslanstvo – služiti človeku v stiski – skozi celo leto 2013, in zato bodimo hvaležni Nekomu.

Veliko dobrega smo naredili, ker verujemo in verjamemo, da nas On, ki je vir Dobrete in Ljubezni, pošilja na pot k ubogim.

Bodimo ponosni in veseli, da smo sodelavci Karitas in da kot velika družina gradimo boljši svet okoli nas ter da smo zrcalo Cerkev.

Znamo videti, slišati, začutiti in razmisliti, kako in komu pomagati, in potem resnično pomagati tako, da poleg materialne pomoči tudi svetujemo, si nadene mo bližnjega v stiski tudi na svoja ramena, če je to potrebno.

Ob iztekajočem letu vere v slovenski Cerkev se zahvaljujem dobremu Bogu Očetu Stvarniku, Sinu Odrešeniku in Svetemu Duhu, viru Življenja, da smo v objemu Svete Trojice. To je zares velika milost in dar.

V prihodnjem letu vam, sodelavci Karitas, želim, da bi v polnosti in veselju uresničevali vizijo in poslanstvo Karitas, da bi vsak od nas bil:

- ljubeča skrb Cerkev na Slovenskem,
- glas revnih v družbi,
- v službi človeškega dostojanstva.

Želim vam blagoslovljene božične praznike v krogu najbližjih ter vse dobro v letu, ki prihaja.

10. 12. Srečanje DK Idrija Cerkno in Tolminske OK
Druženje generacij, Ilirska Bistrica

11. 12. Srečanje Istrske OK

12. 12. Tajništvo ŠK

Adventni večer v Vipavi: Bogdan Žorž

14. 12. Duhovna obnova – Vipavski Križ, vodi msgr. Metod Pirih
Obisk v DSO, Sežana

16. 12. Obisk v DSO, Dutovlje

17. 12. Obisk v DSO Postojnske DK

20. 11. Obisk v Domu Markovec

21. 12. Obisk v Domu Izola

25. 12. Obisk v Domu Lucija

26. 12. Božična sv. maša v DSO Ilirska Bistrica

27. 11. Obisk v Domu Gažon

ŠKOFIJSKA KARITAS MARIBOR

1.12. 2013–2. 2. 2014 Adventno-božična akcija
»Več luči več upanja« za pomoč otrokom

januar 2014

21. 1. ob 16.30 Izobraževanje sodelavcev in prostovoljcev ŽK Ptuj

23. 1. ob 16.30 Izobraževanje sodelavcev in prostovoljcev
ŽK Maribor

24. 1. ob 16.30 Izobraževanje sodelavcev in prostovoljcev
ŽK Slovenj Gradec

ŠKOFIJSKA KARITAS NOVO MESTO

14. 12. ob 9.00 Duhovna obnova za sodelavce
ŠK Novo mesto v župnijskem domu v Šentjerneju

• FOTO NASLOVNA STRAN Tatjana Splichal in ZADNJA STRAN Urška Kelvišar •



tema meseca

SODELAVEC IN PROSTOVOLJEC KARITAS, VERJAMEM VATE

Upokojeni koprski škof msgr. mag. Metod Pirih

Predsednik Slovenske karitas, upokojeni koprski škof msgr. mag. Metod Pirih, je nagovoril zbrane sodelavce in prostovoljce Karitas na Ponikvi in s tem nagovorom želi nagovoriti vse vas, bralce Žarka dobrote: »S presveto evharistijo na Ponikvi smo se Bogu zahvalili za vse delo, ki ga opravljate člani Karitas ter drugih dobrodelnih ustanov, večinoma kot prostovoljci, v blagor naših preizkušenih bratov in sester širom po Sloveniji. Preko različnih programov, svetovanj in ponudb pomagata mnogim našim bratom in sestram v njihovih stiskah. Bog bodi vaš bogat plačnik!

Na tem mestu bi se rad zahvalil tudi nadškofu in metropolitu Marjanu Turnšku za njegovo skoraj šestletno vestno in modro vodenje Slovenske karitas. Naj mu Gospod za njegovo delo bogato povrne!

Najvišji vzor služenja je Jezus Kristus in po njegovem zgledu je skrb za uboge, potrebne in preizkušane ena bistvenih nalog Cerkve. Že apostoli so predlagali množici učencev, naj izmed sebe izberejo diakone, ki bodo skrbeli za strežbo, da se bodo sami lažje posvetili molitvi in oznanjevanju besede (prim. Apd 6,2–4). Apostolska dela pripovedujejo tudi, da so mnogi kristjani prostovoljno prodajali svoje imetje ter izkupiček izročali apostolom, da je lahko sleherni dobil, kar je potreboval (prim. Apd 4,32–37).

Karitativna dejavnost na Slovenskem ima starodavne korenine. Od srednjega veka naprej so za to dejavnost skrbeli zlasti novonastali redovi in bratovščine. Živele in delale so mnoge karitativne organizacije, v katerih so sodelovali laiki ter vodili velike projekte, kot so sirotišnice, zavetišča, dijaški domovi in podobno.

Po drugi svetovni vojni je bilo pri nas karitativno delovanje prepovedano. Cerkev pa je tudi v tistem času v okviru možnosti poskušala karitativno delovati na osebni in občestveni ravni. Že več kot 20 let pa Karitas zopet deluje organizirano.

Rad bi, da bi tretja razsežnost delovanja Cerkve, Karitas, poleg oznanjevanja in bogoslužja prišla v vsako slovensko župnijo.

Kristjan se mora preko dobrodelnih ustanov vzgajati in potem pomagati pri reševanju stisk sodobnega človeka ne glede na svetovni nazor, drugačno prepričanje, jezik in kulturo.

Vsako krščansko občestvo je, enako kot posameznik, verodostojno v izpovedovanju vere, ko njegova vera vodi in se vidi v konkretnih dejanjih. Zato morata oznanjevanje in bogoslužje voditi v služenje po vzoru in posnemanju Jezusa Kristusa.

Veselimo se, da je med nami toliko, pravzaprav večina prostovoljcev, ki se udeležujejo pri karitativnem in dobrodelnem delu. Prepričan sem, da je posebno evangeljsko znamenje časa porast prostovoljnega služenja v Cerkvi, in ta porast se čuti in vidi v vseh škofijah. Vesel sem tega. Vedno več ljudi se daje na razpolago za različne oblike služenja pri karitativnem delu, pri katehezi, pri misijonskem poslanstvu in drugod. Zame je to resnično znamenje milostnega vpliva Svetega Duha. Sveti Duh je vir našega notranjega življenja, je duša Cerkve, je ljubezen, ki nas povezuje z Gospodom in med seboj, je luč, ki nam odpira oči za različne potrebe bratov in sester okrog nas in v svetu.

Duhovna kvaliteta kakega okolja, družine ali sosese, sorodstva, župnije, naroda in države se kaže v tem, kakšen odnos imamo do najšibkejših, do naj-





bolj slabotnih članov svojih skupnosti. Ti so podobna nas samih in preizkušajo našo solidarnost, našo povezanost, našo ljubezen in sočutje, ki se pokaže v tem, da jim pomagamo, da smo jim blizu in na razpolago. Če imamo veliko ljubezen do Boga in bližnjega in svoj čas ter svoje sposobnosti darujemo za potrebe ljudi v stiski, smo umetniki in modreci, saj s tem, ko se razdajamo drugim, plemenitimo in posvečujemo tudi sami sebe, svojemu življenju dajemo novo vrednost in lepoto, ki je neminljiva in večna.

4

Dobrota je posebna Božja in človeška krepost in vrlina. Ima nešteto obrazov in vedno nov sijaj. Dobrota je jezik, ki ga razumejo vsi ljudje, verni in neverni, izobraženi in preprosti. Dobrota v nobenem političnem sistemu ne zgublja svoje vrednosti, ne pozna meja, zagrenjenosti ali avtoritarnosti. Dobrota ustvarja odprtost in svobodo. Ker je plemenita in velikodušna, ne pušča za sabo razvalin, ampak si prizadeva, da iz nje vedno vzklije in požene življenje. Dobrota je izraz življenjske moči. Tem večja je, čim čistejša in pristnejša je.



Dobrota ima sposobnost, da nas bolečina in stiska drugega prizadene. Trpljenje bližnjega postane moje trpljenje. Tu se torej dobrota in trpljenje združita. Stiska bližnjega postane moja stiska. Vsak udarec, ki zadene drugega, zadene tudi mene.

Po zgledu Device Marije in priprošnji blaženega Slomška prosimo Gospoda, da bi tudi mi imeli odprte oči, odprto srce in odprte roke za potrebe svojih bližnjih.« •

v luči strokovnosti

ZAKAJ PISATI O OPOLNOMOČENJU?

Lidija Jerebic

Zato, ker so in bodo med nami ljudje, ki iščejo moč in pogum za določene odločitve v svojem življenju. In so ljudje, ki jim zmorejo in hočejo pomagati, jim dajati moč za doseg določenih ciljev. Zato je potreben odnos, skupno ustvarjanje, sodelovanje. Le tako bo prišlo do zelenih rezultatov. Ne gre za poučevanje tistega, ki je brez moči, gre za skupno iskanje rešitve, ko se pogovarjata, ko sodelujeta.

Nemoč in moč se srečata, si podata roko in soustvarjata zelene rešitve.

Pomembno je, da vzpostavita **iskren pogovor**, ki omogoči iskanje oziroma oblikovanje rešitev. Za človeka v stiski, ki potrebuje opolnomočenje, so bistvene pozitivne besede, besede, ki opogumljajo, dodajajo moč. Da pride iz tega pogovora drugačen, z novimi pogledi, drugačnim razumevanjem in različnimi rešitvami. To je pogovor, ki prinese nove ideje, nove odločitve, brez prepričevanja. Biti mora njegova lastna odločitev.

Opolnomočenje je za vsakega človeka nekaj enkratnega, drugačnega, edinstvenega. Je svojevrsten projekt zbiranja dobrih izkušenj, posameznih uspehov, občutkov lastne vrednosti, ki so protitež, nasprotje manjvrednosti, nesposobnosti, nemoči. Pomembno je **odkrivati vire v človeku** in njegovem okolju. Morda se jih da razširiti ali obnoviti (npr. da se hči poveže z mamo.) Opozoriti je treba na pomen pripadnosti določeni skupini, potrebo po sprejetosti, spoštovanju in upoštevanju v okolju, v družini, v šoli.

Tako otroci kakor odrasli smo sposobni premagati mnoge težke udarce, premagati neuspeh. Zato **iščemo pomoč in okrevali bomo**, če skupaj postavimo podporo. Le obvarovati se moramo tiste



Foto: Mojca Kerpic

misli, da ne verjamemo v uspeh. Bolje je, bolj odrešensko, da upamo proti upanju.

Kajti vsak posameznik ima mnogo notranje moči, da zmore preživeti krize, se pa zgodi, da mnogokrat ne zmore sam.

Ker v materinskem domu že vrsto let delam z ženskami, ki so v socialni stiski, ki doživljajo nasilje, vedno znova pri mnogih ženskah vidim, **kako opolnomočenje rodi nov pogled v njihovem življenju.** O sebi imajo namreč negativno mnenje z majhnim občutkom lastne vrednosti in samozavesti. Okolje, v katerem živijo in delajo, močno vpliva na njihovo samopodobo, na njihovo ravnanje, na njihovo vedenje, na različno izražanje potreb ter stisk in iskanje pomoči. Nimajo podpore s strani partnerja, staršev, sorodnikov. Ne razumejo in ne sprejemajo jih v njihovi enkratnosti, morda drugačnosti.

Zato naj bo naslednja zgodba v premislek, kako je gospa brez moči postopoma našla moč, pogum in okrevala. In takšnih je še mnogo.

Zgodba

»35 let sem živela v zakonu, polnem nasilja, ponižanj, manipulacij. Ko je sin odrasel, je bil prvi, ki mi je dal moč, kajti odprl mi je oči in mi svetoval, da je trpinčenja dovolj in da tega ne more gledati, naj pokličem in poiščem pomoč.

Bila sem na koncu z živci, vsa shujšana, in odločila sem se, da grem od doma. Zatekla sem se v krizni center za ženske, kjer sem prvič imela možnost, da spregovorim o nasilju, ki ga doživljam s strani moža. Dobila sem pomoč, in že sem bila močnejša. Delno sem se znebila psihičnega bremena. Ko so se socialne delavke prepričale, da se nočem vrniti nazaj v nasilje, je bil moj drugi dom v varni hiši. Mož bi lahko sledil in mi delal težave, zato

sem morala na neznano lokacijo. Sočutje do mene, razumevanje mi je dalo moč, da sem spregovorila in počasi, zelo počasi okrevala. Po enem letu sem se selila v materinski dom. Človeški sprejem mi je dal toliko moči, da sem se bila sposobna pogovarjati in kovati načrte za naprej. Imela sem redne razgovore s socialno delavko, udeleževala sem se psihoterapevtskih delavnic, kjer smo se pogovarjali o osebni rasti, pridobitvi samospoštovanja. To mi je pomagalo, dajalo moč, da sem začela normalno misliti, da sem si upala povedati svoje mnenje, da sem postajala samostojna in neodvisna.

Pomoč sem dobivala pri iskanju stanovanja, dajali so mi upanje, da se bo vse izteklo dobro. V času bivanja v materinskem domu sem začela hoditi na sprehode, obdelovala sem vrt, kuhala zase in za druge ženske, ki so prihajale v materinski dom in so bile brez moči tako kot jaz pred časom.

Božično praznovanje, rojstni dnevi, vse to mi je obogatilo življenje in dajalo novih moči, spoznala sem različne ljudi in navade, in to mi je osmislilo življenje. Dobila sem tudi stanovanje in zdaj sem na svojem.«

Izkušnje kažejo, da je preveč socialnih delavcev in preveč prostovoljcev, ki se ne zavedajo, da ljudje, ki prihajajo k njim, nosijo v sebi težka bremena – ne samo potrebo po rižu in makaronih, ampak mnogo globlje stiske.

V stiski in nemoči pa človek izgublja lastno vrednost. Zato potrebuje pomoč žene, moža, sestre ali brata in drugih sorodnikov, sosedov, prijateljev ali pa tudi drugih oseb, ki mu želijo in zmorejo stati ob strani. Meni je danes dal moč starejši gospod, s katerim sem se srečala po dveh letih. Prišel je kot naročen po Božji previdnosti. Ponudil mi je pomoč, jaz pa njemu, in vse je bilo lažje. Obema! •

v območju sočutja

SOČUTJE DO DRŽAVLJANOV

Vinko Potočnik

Ob naslovu – ki mi ga je ponudilo uredništvo *Žarka dobrote*, da o njem pripravim kratek razmislek – čutim plemenito prizadevanje, da bi v sebi negovali in se spodbujali za to krasno človeško vrtilino, ki naj bi bila namenjena »vsem državljanom«. Verjetno beseda državljan ni mišljena dobesedno, ker dandanašnji na vsakem koraku srečujemo tudi



osebe brez državljanstva, ki morda v nas sprožajo še več sočutja. Podobno kot karitativno služenje ni namenjeno le »našim« (državljanom, vernikom, ipd.), marveč brez izjeme vsem pomoči potrebnim.

Končno

K sočutju nas posebej vabi tudi dokument o načrtovanju nove evangelizacije *Pridite in pogledajte*, ki pravi: *Namesto zaprtosti vase in prelaganja solidarnosti na institucije bomo krepili duha služenja in sočutja ter med ljudmi poživili delitev dobrin, tako materialnih kot družbenih in duhovnih.* (PIP 65)

Ko je neka članica župnijskega pastoralnega sveta prebrala ta stavek, se je globoko oddahnila in vzkliknila: »Končno tudi ta beseda! Kako dolgo sem nanjo čakala.« Njena izjava se lahko posredno razume tudi kot kritika našega krščanskega življenja, ki naj bi bilo bolj ali manj brez sočutja. Vendar ali je to res?

Kdor vsaj malo pozna Sveto pismo, bo vedel, kako nekaj osrednjega je v njej oznanilo o Božjem usmiljenju. Jezusov evangelij bi bil brez oznanila o usmiljenem Očetu brez jedra, votel. In vemo, da je ta Božja lastnost sinonim za sočutje in ljubezen. Poleg tega Besedo hesed (milost) prevajamo tudi kot ljubeznivost, prijaznost, naklonjenost, dobrotu.

Pred leti sem na Fakulteti za socialno delo v Ljubljani doživel zelo ostro kritiko, pravzaprav nasprotovanje izrazu »dela usmiljenja« (kot se dolga stoletja v krščanstvu imenujejo posamezna dobra dela). Usmiljenje se je mnogim zdelo poniževalno do drugih in nevredno, da bi drugim kaj dobrega storili iz usmiljenja.

Ob takem čutenju in miselnosti sem izredno vesel, da je danes obče sprejemljiva, tako vernim kot neverujočim, beseda sočutje, ki prihaja iz istega bazena pomena kot Božje usmiljenje. V bolj strokovnih krogih pa se v glavnem govori o empatiji. Znano je namreč, da brez te lastnosti – empatije oziroma sposobnosti živeti se v stanje sočloveka – ni dobrega pomočnika, svetovalca, terapevta.

Za več človečnosti

Še več, človekove lastnosti, kot so sočutje oziroma empatija, sodijo med bistvene sestavine naše socialne inteligence. Pomanjkanje emocionalne inteligence pa predstavlja tragično izgubo človečnosti: pomanjkanje pozornosti, pristnosti, harmonije odnosov. Martin L. Hofman, ki sodi med najpomembnejše raziskovalce empatije, v knjigi *Empatija in moralni razvoj* razkriva, da je korenine moralnosti treba iskati prav v empatiji. S tem opozarja, da je

sedanja etična kriza povezana tudi s pomanjkanjem sočutja. To nam potrjuje tudi naše okolje: Kako bi mogel sočuten človek tako grdo izkoriščati (tuje in tudi domače) delavce, da jih odpušča (oziroma zapušča) onemogle in brez zasluženega plačila in obveznih dajatev (za zdravstveno in pokojninsko zavarovanje)? To zmore le človek s kamnitim srcem oziroma brez srca.

Sočutje in empatija pomeni(ta) nevsiljivo pozornost, ki spoštuje drugega takšnega, kot je. Pravzaprav je to srčna pozornost oz. ljubezen, ki zdravi in dela čudeže. S sočutjem in ljubeznijo je tudi nekaj, kar se nam zdi nemogoče, mogoče.

Brez sočutja ni resničnega služenja

Vem, da si širom Slovenije Caritas že dalj časa prizadeva tudi za negovanje sočutja pri svojih uslužbencih in prostovoljcih. Spomnim se, kako smo v letu boja proti revščini med proučevanjem štirih nujnih korakov boja proti revščini – opaziti oz. videti, razumno analizirati, s srcem občutiti in končno konkretno delovati – naglaševali pomen sočutja.

Zato je pastoralno načrtovanje, kot ga na vseh ravneh in področjih katoliške Cerkve predvideva krovni dokument *Pridite in pogledajte*, za karitativno področje le nadaljevanje in dobrodošla spodbuda že začete poti. To nadaljevanje vidim predvsem na dveh ravneh. Najprej na notranji ravni, kar pomeni nadaljnje negovanje sočutnega srca pri svojih članih, uslužbencih in prostovoljcih. Zahtevnejši korak se mi zdi, kako to sočutje institucionalizirati, ga vnesti tudi v obstoječe strukture, organizacijo. Poglavitni namen Cerkve je namreč v tem svetu »institucionalizirati« – narediti organizatorsko učinkovito – zapoved ljubezni, ljubezni do Boga in do bližnjega.

Ob takšni viziji sočutja in ljubezni na karitativnem področju je jasno, da je to tudi družbeno poslanstvo kristjanov oziroma Caritas. To namreč v družbi ne more biti neopazno, kajti kar naredimo (ali tudi, česar ne naredimo), se na daleč vidi in opazi. Ne more se ne-pričevati. In kar je dobro, je tudi »nalegljivo«. Le želeto je torej, da praksa sočutja v čim večji meri kontaminira prostor daleč naokoli.

Kljub temu bo Caritas lahko še naprej za marsikoga izgovor. Ko na ulici ali kjerkoli srečamo ljudi, ki nas prosijo za pomoč, se jih hitro odkrižamo z nasvetom, naj gredo na Caritas. **Toda kdor nosi v sebi sočutno srce, ne bo brezbrizen do ljudi, ki so njegove pomoči potrebni. Znal jim bo biti v pomoč na najbolj primeren način. Pri tem naj bo tudi (ali predvsem) Caritas nenehna šola ljudi čutečega srca.** •



BOLNE OSKRBOVATI

msgr. dr. Jurij Bizjak

Kdo so »bolni«? V Novi zavezi imamo: Bolan: asthenes in arrostos – kdor je brez moči; kamno – utrujen sem; nosos – bolezen; bolan sem: noseo, kakos ehon. Oskrba kot maziljenje: mašah – namazati, premazati. Zdravilno olje zdravi poškodbe in lajša bolečine telesa: Z oljem so očiščevali gobavce (3 Mz 14,17–18) in zdravili rane: »Niso jih obvezali in ne blažili z oljem ...« (Iz 1,6).

Usmiljeni Samarijan je vlil v rane olja in vina (Lk 10,34). Apostoli so hodili po dva in dva ter oznanjali pokoro: »Tudi mnogo hudih duhov so izgnali in mnogo bolnikov (arrostous) so z oljem mazilili ter jih ozdravili« (Mr 6,13). »Če je kdo med vami bolan (asthenei), naj pokliče starešine cerkve in naj ga v imenu Gospodovem z oljem mazilijo ter nad njim molijo; in verna molitev bo bolnika (kamnonta) rešila in Gospod mu bo olajšal in, če je v grehah, mu bo odpuščeno« (Jak 5,14–15). Bolniško maziljenje: zdravi človekove telesne in duhovne rane.

Mazilili so preroke (1 Kr 19,16), da bi bili modri in razumni za resnico. Mazilili so kralje (Sod 9,8; 1 Sam 15,1), da bi bili razsodni in močni za pravico. Mazilili so duhovnike (2 Mz 28,41; 29,7), da bi bili preprosti in previdni za svetost. »Marija je vzela funt dragocenega olja iz pristne narde in je Jezusu mazilila noge ter mu jih brisala s svojimi lasmi in hiša se je napolnila z vonjem olja ... Jezus je rekel: 'Pusti jo, za moj pogrebni dan ga je prihranila'« (Jn 11,3–7).

Potrpljenje (pokora) je Božja mast: Svetopisemski pregovor pravi: »Če klone telo, ga duh dvigne; če pa klone duh, kdo ga bo dvignil?« (Prg 18,14). Bog je pravičen – toda počasen! Bog pomaga – toda vedno zadnji hip! •



7

*Kot posamezniki lahko tako malo storimo,
da bi pomagali žalostnim in trpečim po svetu -
osamljenim, žalujočim, zaprtim, preziranim, lačnim.
In vendar lahko pomagamo tistim, ki jih poznamo,
z vljudnostjo in dobroto,
z nepričakovanim darilom, z obiskom.
Tako, da jim naklonimo spoštovanje, ki ga zaslužijo.
Da cenimo njihov pogum.
Da prisluhnemo njihovim zgodbam.
Kajti vsako prijazno dejanje se širi v svetlih krogih.
Poglejte, kako dobri ljudje povsod po svetu razsvetljujejo
temo z obročki svetlobe, ki se dotikajo in prepletajo.*

(Pam Brown)



Dobrodelni koncert Klic dobrote 2013







koper

PRVO POČITNIŠKO VARSTVO NA KARITAS V AJDOVŠČINI

Tatjana Rupnik

V okviru programa za otroke in mladostnike Popoldan na Cesti smo v času krompirjevih počitnic od 28. do 30. 10. 2013 prvič organizirali varstvo otrok z zanimivim programom.

Varstvo je potekalo v prostorih Karitas vipavske dekanije od 8h do 15h. Udeležilo se ga je 8 otrok, ki že sodelujejo v programu na različnih lokacijah, in 4 prostovoljke. V sedmih urah smo z otroki imeli različne delavnice: ustvarjali smo z das maso, vliвали mavec v različne kalupe in nato izdelke pobarvali, iz penaste gume smo izdelali ročaje za kuhinjske krpe, svečnike, vmes pa smo igrali družabne igre, ob katerih smo nevede vključili tudi učenje za šolo. Ko se je čas nagibal k poldnevu, smo skupaj pripravili toplo kosilo, pekli palačinke, zadnji dan pa smo si privoščili pico, ki pa nam jo je na našo žalost sprva odpihnila burja, zato nam jo je moral picopek ponovno pripraviti, gospa Marija pa nam je pripravila sadno kupo in za konec še slastno sadno torto. Hvala, Marija! Po kosilu smo si privoščili risanko s poučno tematiko, nato pa smo se poslovili

10



v upanju, da se ob naslednjih počitnicah ponovno vidimo, takrat v večjem številu.

Ob tej priložnosti bi se rada zahvalila vsem prostovoljkam – Meti, Nini, Aniki in Mariji –, da so mi pomagale izpeljati počitniški program, predvsem pa zahvala otrokom: Pameli, Žigu, Lani, Galu, Teji, Anžetu, Anji in Nejcu in seveda njihovim staršem, saj nam brez njihove udeležbe ne bi bilo tako lepo. Se vidimo v zimskih počitnicah! •



POČITNICE MALO DRUGAČE

Klementina Lamut

V okviru programa Popoldan na Slapu smo prostovoljci in prostovoljke v času počitnic organizirali aktivno preživljanje prostega časa. Otroci, ki so se programa udeležili, so sodelovali v številnih aktivnostih. Krasili so adventne sveče, ki bodo lepo dopolnile adventne venčke, ki si jih bodo izdelali na eni zmed naslednjih delavnic. Šivali so si copatke in tako preizkušali svojo spretnost, marsikdo pa tudi potrpežljivost, se igrali, poslušali pravljice in se predvsem lepo imeli. Animatorji so med drugim tudi sami poskrbeli za sestavo jedilnika, nabavo hrane in pripravo malice. Spoznali smo, da se da čas lepo, predvsem pa kvalitetno preživeti brez televizije in računalnika. Sedaj se že veselimo zimskih počitnic, ko ponovno pripravljamo delavnice. •

DOBRODELNI KONCERT »GORIŠKA DLAN«

Julijana Spina

Sodelavci Goriške območne karitas smo 4. oktobra v športni dvorani Osnovne šole Milojke Štrukelj v Novi Gorici organizirali veliko dobrodelno prireditev z naslovom »GORIŠKA DLAN«.

Glavni namen koncerta je bil pridobiti potrebna dodatna finančna sredstva za pomoč socialno naj-



bolj ogroženim družinam in posameznikom na celotnem goriškem območju. V lanskem letu je Goriška območna karitas finančno in materialno pomagala 431 družinam in 202 posameznikom, pri nabavi šolskih potrebščin je pomagala 345 otrokom, 1130 otrok na Goriškem pa je bilo vključenih v različne programe Karitas. Posebej zgovoren je tudi podatek, da so v zadnjem letu prošnje za pomoč v obliki hrane in plačila položnic narasle za najmanj tretjino.

Po drugi strani smo s to dobrodelfno prireditvijo želeli seznaniti širše občestvo z delom naše Karitas in poudariti, da smo prav vsi, od najmlajših do starejših, poklicani k dobrotelnosti in sprejemanju bližnjega ne glede na njegovo pripadnost ali socialni status.

Realizacijo našega projekta so s svojim nastopom omogočili: Janez Rijavec – Gianni, tenorist David Čadež, sopranistka Julija Kramar, Vokalna skupina Kresnice, Ženski pevski zbor Rože iz Nove Gorice, Moški pevski zbor Anton Klančič iz Mirna, Otroški pevski zbor OŠ Frana Erjavca Nova Gorica, recitatorka Mojca Dolinšek, Športni klub TWIST Nova Gorica in novogoriški skavti. Marjana Remiš in Marko Lazar sta prisrčno, včasih nagajivo, vseskozi pa tekoče in profesionalno povezovala program. Tako nastopajoči kot oba povezovalca programa so se honorarjem odpovedali. Z lepimi in spodbudnimi besedami pa nas je pozdravil tudi predsednik Goriške območne karitas Cvetko Valič.

Po končanem koncertu, ki se je odvijal pred številčnim občinstvom – gledalcev je bilo okrog 800 –, smo z veseljem ugotavljali, da je bil ta dogodek za nas velik uspeh in da bo »GORIŠKA DLAN« postala tradicionalna. •



Ljubljana

Vabilo na duhovna srečanja slepih in slabovidnih pred božičem 2013

*Ko se srca dotakne Ljubezen, oživi.
Zato vabimo slepe, slabovidne in naše prijatelje,
da skupaj oživimo vero v Ljubezen, ki ji lahko zaupamo.*

Srečanja bodo:

- * v soboto, 7. 12., ob 9. uri v kapucinskem samostanu Vipavski Križ
- * v soboto, 7. 12., ob 9. uri v Novem mestu v samostanu šolskih sester de Notre Dame, Cankarjeva 23
- * v soboto, 14. 12., ob 9. uri v Ljubljani v župnijskem domu Štepanja vas, Mekinčeva 3

Sodelavci Karitas, pridite v našo družbo! Slepe in slabovidne v vaši okolici spodbudite in pripe-
ljite s seboj!

Veselimo se!

SEMINAR ZA SVETOVALNO POMOČ

Alenka Petek

Škofijska karitas Ljubljana je v Sončni hiši v Portorožu pod vodstvom dr. Stanka Gerjolja organizirala seminar za svetovalno pomoč. Seminar je potekal od 25. do 28. 10. in je bil namenjen sodelavcem ŽK, ki se pri svojem delu srečujejo s svetovalno pomočjo. Udeleženci seminarja smo preživeli ustvarjalen, aktiven vikend, ki nas je obogatil in nam dal energijo ter motivacijo za delo.

Z delom na sebi v delavnicah in preko sveto-
pisemskih zgodb smo si z druge perspektive pogledali svoja ravnanja, občutke, dejanja in pri sebi iskali izvore moči.

Srečanje se je končalo s posebej doživeto sv. mašo, med katero smo udeleženci na oltar položili svoje izkustveno delo na seminarju.

Metode, ki smo jih uporabljali, segajo od enostavnega opazovanja dogajanj v lastnem telesu ali okolju, sporočanja o tem (lahko neposredno ali preko simbolov), preko vaj s telesom vse do zelo kreativnih metod, kot so risanje, pisanje, pripovedovanje zgodb.

Eden od osnovnih ciljev je kvaliteta zavedanja, ki odpira možnost izbire in s tem prevzemanja odgovornosti za oblikovanje lastnega življenja. V pra-



ksi to pomeni, da raziskujemo svoje doživljanje, da ozavestimo lastne potrebe in občutke, sprejemamo svoje lastne odločitve, razvijamo sposobnost globljega razumevanja sebe in okolja ipd.

Na ta način bolje spoznamo sebe, se zavedamo sebe in s tem možnosti izbire in odgovornosti do tega, kako doživljamo svoje življenje tukaj in zdaj. Ni recepta, kako, in tudi ni splošnih navodil za življenje, je le posameznik, ki nosi rešitve zase v sebi, le do njih ne more sam.

Ljudje se vsak dan srečujemo s situacijami, ki nam povzročajo večji ali manjši napor. Včasih se zgodi, da imamo občutek, kot da je breme preveliko in pretežno, da nismo kos dogajanju. Vsi nosimo v sebi dogodke iz otroštva, ki se pogosto niso razrešili na ustrezen način ali pa se sploh niso, in nam sedaj, v odrasli dobi, onemogočajo polno življenje. Takšni nedokončani posli včasih delujejo kot nezavedna omejitev, ki onemogoča ali omejuje razvoj naše osebnosti.

S samozavedanjem lahko odkrijemo svoje naravne, zdrave resurse. Znamo razlikovati med svojimi potrebami in željami, zavedamo se, kaj nas dejansko razveseljuje in kaj nas potre. Spoznavamo, kateri vzorci vedenja, katere navade in stališča ne sodijo več k nam in kje se moramo naučiti nekaj novega.

Prevzemanje odgovornosti nase pomeni spoznati, da imamo možnost odločitve, storiti to ali ono na tak ali drugačen način. Odločimo se, ali bomo oseba, kot jo želijo drugi, ali takšna, kot si želimo mi. Če za to, kar se nam dogaja, krivimo druge, neko življenjsko situacijo ali usodo, to pomeni, da ne sprejemamo odgovornosti za svoje življenje in zaradi tega tudi prihajamo v konflikte z drugimi.

Naučimo se razvijati svoje lastne sposobnosti in ne manipulirati z drugimi, da bi dosegli lastno dobro počutje. Predvsem pa nam ta proces pomaga od-

vreči svoje obrambne mehanizme, svoje maske, ki smo si jih naredili, da bi ustregli drugim.

Naše delo je večinoma potekalo v izkustvenih delavnicah, kjer smo z udeleženci delili svoje lastne izkušnje in opažanja, ki so se porajala ob tem.

Nismo pričakovali, da se bomo posvečali sebi, svojim občutkom, saj so nam vedno v ospredju uporabniki in njihovi problemi. Zaključili smo s spoznanjem, da je bil čas, preživeti v Portorožu, koristen za vse, in z odločitvijo, da se bomo v enaki zasedbi srečali spet drugo leto. •



SPOMINI NA POLETNO LETOVANJE V PORTOROŽU

družina Tišler Sušnik

Od ponedeljka, 12. 8., do sobote, 17. 8. 2013, smo počitnikovali v Portorožu nad avditorijem v Sončni hiši Karitas z lepo živorumeno fasado. Pričakala nas je ekipa, ki je sooblikovala teden počitnic.

Ob prihodu so nas presenetili s sladkimi priboljški. Z letovanjem ste osrečili devet družin različnih narodnosti; skupaj z ekipo nas je 43 oseb sedelo pri isti mizi. Senco nam je delala dišeča vinska trta. Vsak dan smo imeli tri tople obroke. Kuharica Martina nas je razvajala z dobrotami. Tudi komarji so nas imeli radi, ker smo jedli sladko. Imeli smo urejene sobe z razgledom na morje, le prezračiti jih je bilo težje, a preživeli smo čudovit teden. Alenka nam je ob začetku dala zanimivo nalogo. Žrebali smo listke s priimki družin in cel teden smo na skrivaj drug drugemu pisali lepe misli. Ob koncu smo morali sami odkriti skrivnega dopisovalca. Bili smo presenečeni nad izidom, saj se je marsikdo zmotil. Navdušeni smo bili tudi nad dopoldanskimi kvizi, še posebej otroci, in zanimivimi delavnicami popoldan po kosilu. To je bila prava igra za naše male sive celice. Brez prijaznih animatork Bernarde, Vesne, Katje, Urše in Aleksandre ne bi šlo, saj so dobro zaposlile naše otroke in vse izdelke smo za spomin



na prijetno druženje lahko vzeli domov. Še posebej nam je bilo všeč slikanje na bele majice. V torek, torej drugi dan, smo po kosilu šli z veliko leseno ladjo na izlet do Izole. Tam smo se eno urico kopali in vsi smo bili navdušeni nad prijetnim pihljanjem morskega vetra. Alenka se je preizkusila tudi pri krmarjenju tako velike ladje. Uspešno je bila kos vsem valovom. Zvečer pa nas je obiskal narodni direktor Misijonskega središča in papeških misijonskih družb gospod župnik Stane Kerin. Imeli smo mašo v kapeli in skupaj smo zapeli Češčena si, Marija. Dejal je, da se moramo malo zamisliti nad sabo in biti dobri drug z drugim, si zaupati in deliti medsebojno ljubezen. S preprostimi besedami je prinesel



v naša srca Božjo milost – Bog mu povrni! Potem smo še pokramljali o neprijetnih dogodkih po svetu in povedal nam je, da bi za dvajset evrov lahko nahranili 40 družin z rižem. Zaželeli smo mu srečno pot. V sredo zvečer smo se na praznik Marijinega vnebovzeta sprehodili do Belega križa v Strunjanu. Hvala lepa tudi Janku, ker je skoraj celo pot pomagal voziti in nositi voziček z mojim najmlajšim sinom, da smo tako lahko prispeli do cilja. Obiskali smo tudi strunjansko Marijo v cerkvi in izprosili milosti za novo šolsko leto in srečno vrnitev. Ob večerih smo se prijetno sprehajali skozi tunel Valeta do solin, Strunjana in ob obali šli še na fitnes na koncu kampa Lucija. Čez dan je bila voda sicer malo hladnejša, a večina je uživala v kopanju. Vsak dan nas je na plaži čakal senčnik in dva ležalna stola. Zraven so bile tudi sanitarije, tuš kabine in ekipa za prvo pomoč. Le en dan nas je presenetil dež. Med seboj smo se večinoma odlično razumeli. Animatoriki Aleksandri smo ob slovesu podarili pisano rožico z lepimi mislimi in orosile so se ji oči. Na predvečer smo imeli nekakšno tombolo z zanimivimi vprašanji. Presenetili so nas z darili in velikimi vrečami ter privabili nasmeške na naše obraze. HVALA, KER STE! Ob koncu smo zaploskali tudi kuharici Martini. Družine smo si med seboj izmenjale e-naslove, številke in vedeli smo, da se bomo pogrešali. •

maribor

ALI SO STANOVALCI DOMOV ZA STAREJŠE ŠE LAHKO AKTIVNI DRŽAVLJANI?

Polona Šporin

Leto 2013 je razglašeno za »evropsko leto državljanov«. Glavni cilj evropskega leta je izboljšati ozaveščenost državljanov Unije in njihovo znanje o pravicah in dolžnostih, ki jih imamo. Na podlagi boljše ozaveščenosti se bomo premišljeno odločali, učinkoviteje uresničevali pravice ter krepili dejavno državljanstvo in demokratično udeležbo v družbi in v lokalnem okolju, v katerem živimo in delujemo.

Tudi stanovalci Doma sv. Lenarta želijo do konca ostati aktivni državljani. Aktivno državljanstvo se ne meri samo s tem, da se posameznik aktivno ukvarja s politiko ali da gre na volitve. Aktivno državljanstvo je še mnogo več. Aktivno državljanstvo je tudi in predvsem v tem, kakšen pečat pustimo v okolju, družbi, v kateri živimo in delujemo, in s tem, kaj bomo pustili prihodnjim rodovom.

Sosed brez soseda ne more živeti. Tako pravi slovenski pregovor. Pa tudi drži. Vsaj tako je pri nas v Lenartu. Dom sv. Lenarta, OŠ Lenart – enoti OŠ in vrtec, Mravlja – enota VDC Polž, Društvo upokojencev, Občina Lenart, društvo za razvoj podeželja, izobraževalni center in druge podobne ustanove v Lenartu se zavedamo, da sodelovanje prinaša dobre sadove za razvoj našega mesta. V sodelovanju z organizacijami iz lokalnega okolja pripravljamo razne prireditve, dogodke in druženja.

V Domu sv. Lenarta želimo biti zgled sodelovanja, solidarnosti, zlasti medgeneracijske solidarnosti, spodbujamo prostovoljstvo, stanovalci s svojim bogatim vedenjem o življenju v minulih časih pomembno prispevajo k ohranjanju narodovega izro-





čila. S tem sporočamo okolju, v katerem živimo, da je tudi posameznik v pozni starosti lahko aktiven državljan.

Nizu prireditev, ki jih v počastitev občinskega praznika vsako leto v sodelovanju z društvi, javnimi zavodi in drugimi organizacijami pripravljajo na Občini Lenart, se pridružimo tudi v Domu sv. Lenarta. Letošnjo prireditev smo pripravili v sredo, 6. novembra. Osrednja gostja prireditve je bila Terezija Bogdan, dipl. ing. kmet., svetovalka za kmečko družino in dopolnilne dejavnosti pri Kmetijsko gozdarskem zavodu Ptuj, enota Lenart, ki je predstavila projekt »Slovenskogoriška gibanica – bogastvo, ki ga ne želimo pozabiti«. Kot informatorke so v projektu sodelovale tudi naše stanovalke, nekatere žal že pokojne, a z izjemnim sporočilom za prihodnje rodove. Prireditve ob občinskem prazniku sta obiskala direktorica občinske uprave Vera Damjan Bele, ki

»V Domu sv. Lenarta si prizadevamo za medgeneracijski dialog, medgeneracijsko sodelovanje, solidarnost in spoštovanje, sodelujemo v aktivnostih za ohranjanje narodovega izročila ter podpiramo razvoj prostovoljstva. Naši stanovalci so kot informatorji sodelovali pri etnološkem raziskovanju več tematik na področju Slovenskih goric. Ob zahodnem delu naše zgradbe imamo visoke grede s permakulturnim načinom obdelave, na travniku nad Domom nastaja sadovnjak, kjer bodo posajene avtohtone sadne drevesne vrste. Oboje je oziroma bo nekakšno učno okolje in na ogled za vse zainteresirane občane. Prizadevno zbiramo tudi zamaške za nakup opreme za invalide. Vsako leto s prireditvijo obeležimo občinski praznik in nekatere državne praznike. Prizadevamo si, da je Dom sv. Lenarta odprt prostor za razna sodelovanja v lokalnem okolju. To je naš prispevek k razvoju našega mesta in naše domovine.«

Zlatko Gričnik, direktor

je predstavila najpomembnejše pridobite v občini v letošnjem letu in načrte za prihodnost, ter predsednik društva upokojencev Štefan Voereš. Kulturni program so s pesmijo oplemenitile pevke ljudskih pesmi pri DU Lenart. V Domu sv. Lenarta smo slovesno praznovali tudi slovenski kulturni praznik in mednarodni dan starejših. Obeležili smo mednarodni dan gibanja in mednarodni dan hrane.

In moj odgovor na naslovno vprašanje? Da, seveda so lahko. In prav radi. To jim tudi veliko pomeni. •

BILI SMO NA DUHOVNI OBNOVI IN ROMANJU

Branko Maček

Tako bi lahko rekli za letošnjo duhovno obnovo, ki je bila za delavce in sodelavce ter prostovoljce Karitas mariborske nadškofije na Ptujski Gori – pod Marijinim plaščem. Duhovno obnovo je vodil nadškof v pokoju dr. Franc Kramberger.

Voditelj nas je vodil po poti Marije, ki je kot žena vere vedno znova zgled zaupanja v vseh življenjskih situacijah. Pa naj bo to na poti k Elizabeti, v Betlehemu, v Nazaretu, v izgnanstvu, pri odraščanju, delovanju in učenju Jezusa v Kani Galilejski, na križevem potu oziroma pod križem, pa tudi po vstajenju! Spremlja nas še danes v vseh življenjskih situacijah! Vse je spremljala z vero! Marija veruje brez dokazov. Pri Bogu je vsemogoče – le z vero lahko človek to sprejme, sprejema in se predaja in veruje.

Za to smo tudi delavci in sodelavci prišli na goro v baziliko na Ptujski Gori, da smo na novo doživeli svojo vero, jo utrjevali in ponovno svobodno zadihali. Bili smo z Marijo, ki je vero živela, pred njo smo vero poglobili, da bomo lahko vedno znova rekli VERJAMEM VATE! Tako nekako nas je nadškof Franc Kramberger popeljal proti tednu Karitas, ki ima letos takšen naslov, in nas spomnil, da je vedno, v vseh situacijah življenja in dela pri Karitas, potrebno zaupati, verovati po zgledu Marije!

Za to poglobitev vere je bilo dovolj priložnosti za vse udeležence, saj smo po uvodni molitvi in premišljevanju skupaj molili rožni venec, tudi v tišini, vsak osebno in skupno pred Najsvetejšim. Imeli smo spokorno bogoslužje in tudi priložnost za sveto spoved. Srečanje se je zaključilo s sveto mašo in še prijetnim druženjem ob mizi v romarski hiši. Hvaležnih nadškofu in patrom minoritom na Gori ter organizatorjem je več kot 170 delavcev v kari-



tativnem vinogradu nadškofije z novo močjo odhajalo na župnije. Naj Marija s svojim plaščem varuje delo Karitas po župnijah, da bi se vedno znova radi vračali pod njen plašč, in to v vseh situacijah življenja. Saj radi rečemo: »Nebeška Mati, Mati Cerkve, hvala Ti za vse, tudi za duhovno obnovo.« •



ново mesto

ČETRTRKOV IZOBRAŽEVANI VEČER V NOVEM MESTU

Gregor Vidic

Četrtekovi izobraževalni večeri so v Škofijski karitas Novo mesto že dodobra vpeljani. Tako so pred leti, na povabilo Škofijske karitas Ljubljana, postavili odlično iztočnico za permanentno izobraževanje sodelavk in sodelavcev župnijskih in Škofijske karitas.

Dr. Marko Pišljar, strokovni direktor psihiatrične bolnišnice Idrija, je v okviru lanskih četrtekovih večerov predstavil različne obraze depresije, 14. novembra letos pa je s strokovne plati predstavil **nevarnosti, ki jih predstavlja odvisnost od uživanja alkoholnih pijač, ter s tem povezane širše implikacije na vseh področjih človekovega delovanja.**

Dolenjska je namreč zaradi svoje tradicije vinorodnih okolišev še posebej prepoznavna po cvičku, in posledično tudi po »kulturi pitja«, kjer je »kultura« pre pogosto žal drugotnega pomena. Raba in pitje alkohola je v našem okolju del tradicionalnih vzorcev vedenja, ki pre pogosto zaide v zlorabo in bolezen. Številke, ki govorijo o množičnosti alkoholizma, so zastrašujoče; vsak primer zasvojenosti za seboj potegne tudi večkratnik, v katerega so vključeni svojci, ki posledično trpijo zaradi alkoholizma družinskega člana.

Dr. Pišljar je tematiko približal s strokovnega zornega kota, z večletnimi praktičnimi izkušnjami na primerih, s katerimi se je srečeval skozi leta svojega delovanja. Od psihosomatskih učinkov alkohola ter samih posledic, ki jih puščajo leta odvisnosti, pa do razlogov, ki lahko pripeljejo do odločitve za konstruktivno reševanje odvisniškega vedenja. Porok za dobro motivacijo za zdravljenje sloni na dobrem prepoznavanju problemov, ki so nastali zaradi zlorabe alkohola. Cilji zdravljenja so večplastni, vsekakor pa mednje nujno sodijo uvid v razvoj svoje odvisnosti, kritičen odnos do posledic alkoholizma ter načrtovanje nujnih vedenjskih sprememb in ureditve odnosov s soljudmi.



Kot krona srečanja je bilo pričevanje zakoncev, ki sta se spopadla s kalvarijo, ki jo je za seboj pustila moževa odvisnost od alkohola. Na lastnem primeru sta pokazala, da na poti zdravljenja veliko pomeni prava motivacija, jasna odločitev za spremembe in rehabilitacijo.



Kot je poudaril dr. Pišljar, se je bistveno lažje odreči alkoholu, če si zastavimo določene cilje, ob podpori oseb, ki so ti blizu, ter stvari in dejavnosti, ki ti kaj pomenijo. Sklenil je z besedami spodbude, težave, nastale kot posledica odvisnosti od alkohola, je namreč možno uspešno reševati, potrebno pa je prepoznati probleme v zvezi z alkoholizmom ter se odločiti za spremembo v življenju. Ne sme nam biti »pod čast« poiskati pomoč. •



OČE FRANC BOLE OD PREDALA DOBROTE DO SLOVENSKE KARITAS

Tone Gorjup

Msgr. Franc Bole je 30. oktobra letos prejel državno odlikovanje »red za zasluge« za prispevek pri oblikovanju odprtega in demokratičnega slovenskega medijskega prostora. V obrazložitvi je bil predstavljen kot dolgoletni urednik mesečnika Ognjišče ter ustanovitelj Radia Ognjišče. Navedeno je bilo še, da je v tej vlogi razvil tudi vrsto dobrodelnih, človekoljubnih in karitativnih pobud ter leta 1990 postal tudi prvi direktor Slovenske karitas.

Če prebiramo prve letnike revije Ognjišče, lahko opazimo, da skoraj vsaka številka prinaša nekaj novega. Živahno dogajanje v uredništvu je vplivalo tudi na bralce, da so vzpostavili dialog z ustvarjalci revije, navezali so medsebojne pisne stike. Živahno je postalo tudi v župnijah, ki so naročale tudi po več sto izvodov revije. Ognjišče je namreč v trenutku osvojilo tako mlade kot starejše, našlo je pot v zamejstvo in tujino, do fantov, ki so služili vojaščino v raznih krajih nekdanje skupne države.

»Oče urednik« Franc Bole je pripovedoval, da je Ognjišče, ki je v dobrih dveh letih naklado zvišalo na štirideset tisoč izvodov, ponujalo vrsto priložnosti za uresničevanje različnih idej. V začetku leta 1967 je zaživela rubrika »Izberi naslov«, namenjena povezovanju verne mladine na Slovenskem. V njej so kmalu posebno pozornost namenili bolnim bralcem, ki so prikrajšani za navezovanje novih prijateljstev, za druženje in so pogosto osamljeni. Uredništvo je začelo objavljati izvlečke njihovih pism in izkazalo se je, da mnogi živijo v pomanjkanju, da invalidi nimajo osnovnih pripomočkov. Nekateri bi radi poravnali naročnino, pa nimajo denarja ... Na najrazličnejše stiske je začel septembra 1967 odgovarjati »Poštni predal dobrote« z rubrikami Dopisovanje, Most prijateljstva in Sklad nadškofa Antona Vovka – ime zadnje so morali na zahtevo oblasti spremeniti. Tudi imena drugih rubrik so se spreminjala, dodajali pa so še nove. Prek Poštnega predala dobrote so mnogi začutili stisko bližnjega in začeli nanjo odgovarjati. Uredništvo revije je začelo postajati tudi dobrodelna ustanova, ki je s pomočjo župnijskih uradov pletla mrežo dobrodelnosti po vsej Sloveniji.

V Ognjišču za januar 1968 med drugim beremo: »Naš Poštni predal dobrote, ki je bil lani vržen kot dobro seme na njivo vaših src, je začel poganjati korenine in se lepo razrašča. Seme je padlo v dobro zemljo. Naučili ste se v tem koticu prebirati gren-



ke vrstice o bedi mnogih naših bratov. Obenem pa se na teh straneh razodeva plemenitost tolikih src, da bi lahko rekli tako, kot je sv. Pavel pisal svojim vernikom: 'Po vseh krajih je šla vaša vera v Boga, tako da nam ni treba o tem nič govoriti.' Te mesece, ko pritiska mraz, lažje občutimo, kako mora biti tistemu, ki ga zebe, ki ni dovolj oblečen, hranjen in ni na toplem.« Odziv je bil nad pričakovanji. Pri Ognjišču so kupili kombi, ki je »romal« po Sloveniji ter povezoval stiske ljudi s številnimi dobrotniki, ki so želeli pomagati.

17

Poštni predal dobrote je po besedah Franca Boleta prinesel pobudo za srečanje bolnikov, invalidov in ostarelih na nekem romanju, kjer bi se dobro počutili, mladi pa bi jim nudili vse, kar bi potrebovali. Tako so se 19. avgusta 1969 na Brezjah prvič srečali bolniki in invalidi iz vse Slovenije. Uredništvo je pred tem k sodelovanju povabilo mlade prostovoljce, pa tudi lastnike osebnih avtomobilov, ki bi bili pripravljene pripeljati invalida ... Bolniki, invalidi in njihovi spremljevalci so do zadnjega kotička napolnili svetišče. Naslednje leto so oltar postavili na prostem ob glavnem vhodu v svetišče. Mladi prostovoljci so se pri tem učili spoštovati starejše, jim pomagati, jih poslušati ...

Zavest, da je karitativna dejavnost, dobrotelost ena od nalog dejavnega krščanstva, ki je ne smemo zanemarjati, je v uredništvu Ognjišča postajala vedno bolj živa, še zlasti potem, ko so se začeli vrstiti zaslivanja, prepovedi zbiranja denarnih sredstev, hišne preiskave, odvzem potnih listov in krajši zapor »očeta urednika«. Franc Bole je na vse

to trmasto odgovarjal: »Tega nam ne morete prepovedati, ker je najbolj pomembna evangeljska dolžnost vsakega kristjana, da pomaga tistim, ki so v stiski!« In dobrotelna dejavnost se je razraščala v Slovensko karitas, čeprav še ni imela tega imena.

Potem ko je leta 1982 takratna Slovenska pokrajinska škofovska konferenca odobrila statut Predala dobrote in priporočila njegovo vključitev v mednarodno Caritas, je ta postal član Caritas Internationalis. Pobuda, da bi vso dobrotelost v Sloveniji povezali pod eno streho, je zaživela 7. oktobra 1989 na seji nadškofijskega pastoralnega sveta v Ljubljani. Že v decembrski številki Ognjišča beremo: »Z novim letom bomo Predal dobrote preimenovali v Slovensko Karitas ... Tudi v bodoče bomo nadaljevali naše delo, ki smo ga opravljali pod imenom Predal dobrote, s sedežem v Ljubljani. Še naprej bomo v Ognjišču imeli 'predale': Milijonarje dobrote, Za lačne otroke v misijonih, Za katehiste v misijonih, Naš misijon, Za gradnjo novih cerkva, Za revne župnije (slednji se preimenuje v Za revne in v stiski) ... Prepričani smo, da boste sedaj še rajši prispevali v te namene. Več pozornosti pa bomo posvetili materialni in duhovni stiski v domovini, kar je v tem času krize še bolj potrebno.«

Tako se je rojevala Slovenska karitas, ki je ob ustanovitvi 1. maja 1990 skušala povezati tudi vse druge oblike dobrotelosti, ki so v času popuščanja partijskega diktata dobile svoje mesto v Cerkvi na Slovenskem. Franc Bole je postal njen prvi predsednik. •



EVROPSKI UKREP POMOČI V HRANI IZ INTERVENCIJSKIH ZALOG ZA OGROŽENE OSEBE V EU JE BILA UČNA ŠOLA TUDI ZA KARITAS

Jožica Ličen

18

Minister za kmetijstvo in okolje mag. Dejan Židan ter ministrica za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti dr. Anja Kopač Mrak sta na novinarski konferenci 4. 11. 2013 predstavila dosedanje in nadaljnje izvajanje ukrepa EU pomoči v hrani. Na novinarski konferenci sta sodelovala tudi generalni tajnik Slovenske karitas Imre Jerebic in Rdečega križa Slovenije dr. Danijel Starman. V osmih letih izvajanja sta Karitas in Rdeči križ razdelila več kot 32.000 ton hrane v vrednosti skoraj 30 milijonov EUR. Skupna vrednost ukrepa znaša za Slovenijo letos skoraj 2,6 milijona EUR in teža 4.250 ton. V naslednjem finančnem obdobju (2014–2020) pa naj bi se ukrep izvajal v okviru socialne kohezije.

Sodelavci Karitas na področju celotne Slovenije smo leta 2006 z veseljem pozdravili Ukrep EU o pomoči s hrano najbolj ogroženim družinam in posameznikom (v nadaljnjem besedilu: hrana EU). Potrebno je bilo veliko truda in organiziranosti, da smo velike količine hrane sprejeli in znotraj mreže Karitas razdelili vsem potrebnim. Vsakoletna poročila dokazujejo, da revščina narašča, saj je ob začetku izvajanja ukrepa prejelo preko Karitas pomoč v hrani EU 62.229 socialno ogroženih prebivalcev Slovenije, letos je ta številka 126.440. Hrana EU predstavlja 2/3 celotne pomoči v hrani. Ostala hrana in higienski material se nabavi iz sredstev Karitas, ki so zbrana v raznih dobrodelnih akcijah, iz sredstev FIHO oz. zbere na terenu (nabirke po župnijah, košarice v trgovinah).

Ob tem je potrebno izpostaviti nekatere novosti, ki so prišle s tem ukrepom še posebej do izraza:

- Marsikdo je na ta način prvič začutil EU kot prostor, ki ni brezbrizen do najbolj ogroženih.
- Potrebno je bilo spreminjati miselnost, saj je bilo najprej razumljeno, da je to hrana iz zalog, kjer je vprašljiva kvaliteta in izvor.
- Konkretno se je vzpostavil partnerski odnos med državo, predvsem MDDSZ in MOK, in ustanovitev medresorske komisije, v kateri

smo enakovredno sodelovali tudi predstavniki humanitarnih organizacij s pobudami in informacijami s terena.

- Agencija RS za kmetijske trge in razvoj podeželja je s številnimi srečanji, navodili in izvedbo izobraževanja na terenu bistveno pripomogla h kvaliteti in doslednosti pri razdeljevanju hrane EU na vseh nivojih in s skrbno pripravljenim gradivom omogočila višji nivo razdeljevanja in evidentiranja hrane EU.
- Vzpostavil se je mehanizem uporabe enotnih kriterijev za pomoč najbolj ogroženim kakor tudi upoštevanje higienskega minimuma razdelilnih mest.



- Lokalna skupnost in župnije so na podlagi predstavljenih podatkov in vse večjih potreb v lokalnem okolju pristopile pri zagotavljanju prostorov in sredstev za delovanje.
- Domači proizvajalci in dobavitelji hrane EU so s tem ukrepom dobili delo in dohodek.
- Sodelovanje s Caritas Evropa in sorodnimi karitas v EU.

Dodana vrednost količini in vrednosti hrane

je odgovorno in vestno delo sodelavcev – prostovoljcev Karitas, ki samo za razdeljevanje materialne pomoči ter spremljanje in podporo posameznikom in družinam v stiski na več kot 400 razdelilnih mestih po vsej Sloveniji opravijo letno preko 250.000 ur prostovoljnega dela. V letu 2012 je bilo v razdeljevanje te pomoči vključenih 3.956 prostovoljcev. Pomemben delež k tej pomoči so tudi Centri karitas oz. prostori, kjer se opravijo razgovori s prosilcem in kjer se pomoč deli, saj so v večini primerov



v lasti župnije ali lokalne skupnosti. Starejšim, bolnim in invalidnim prejemnikom pomoči, ki sami ne morejo v Centre karitas, sodelavci peljejo pomoč na dom.

Pomoč s hrano je vstopna točka za celostno pomoč družinam in posameznikom v stiski: Sodelavci Karitas se trudimo, da ob vsaki stiski odgovarjamo s celostno pomočjo posamezniku in družini, zato je materialna pomoč vstopna točka za vse nadaljnje oblike pomoči:

- spremljanje družine in posameznika,
- svetovanje in skupno iskanje poti za samopomoč,
- prepoznavanje drugih stisk ter sodelovanje in usmerjanje k strokovnim institucijam.

Veliko število sodelavcev Karitas – prostovoljcev in razvejana mreža župnijskih Karitas omogoča, da je vsakršna pomoč, tudi pomoč s hrano, osebna. Z vsakim prosilcem se opravi pogovor in pripravi paket pomoči glede na število družinskih članov. Zaradi spoštovanja do hrane je tudi pomoč v skladu z našimi zmoglostmi in željami prejemnika, saj si nihče ne želi, da bi hrana, ki je neka družina ne mara, končala na smetišču. Ob pomoči s hrano večina prejemnikov zaupa socialno stanje, v katerem so se znašli, in zato obstaja možnost, da se v sodelovanju s Centrom za socialno delo, šolami in drugimi institucijami, pravočasno prepreči posledice neke druge stiske (izklop elektrike, vode, plačilo zavarovanja, kosilo za otroka v šoli, deložacija). Je pa tudi možnost vzpodbujati, da se soočijo z nastalo situacijo in se aktivno vključijo v reševanje problematike. V ta namen smo pri Karitas izdali zgibanko **»Kako preživeti čase recesije«**, kakor tudi pripravili različne delavnice in individualno svetovanje.

Karitas v Sloveniji trenutno pomaga 126.440 družinskim članom in posameznikom. Večina prejemnikov je deležnih najnujnejše pomoči v obliki hrane in tudi oblačil, obutve, gospodinjskih aparatov, šolskih potrebščin itd. V lanskem letu je bilo preko Karitas razdeljenih 3.317 ton hrane za najnujnejšo pomoč. Dve tretjine je predstavljala hrana EU. Pred leti so bili prejemniki materialne pomoči večinoma ljudje, ki so zaradi bolezni, invalidnosti ali različnih nesreč potrebovali tovrstno pomoč. V zadnjih letih pa so to zdravi in za delo sposobni ljudje, ki so zaradi stečaja podjetja, neizplačanih plač ali sramotno nizkih prejemkov bili prisiljeni prositi za pomoč. V teh situacijah lepo teče sodelovanje s CSD, sindikati, Zavodom za zaposlovanje. V zadnjem času se je povečalo število starejših prosilcev pomoči. Velik problem imajo tudi številne enostarševske družine, ki ne zmorejo z enim dohodkom pokrivati osnovnih življenjskih stroškov.

Stiske družin in posameznikov se s povečanjem brezposelnosti poglabljajo. Zato smo napoved prenehanja ukrepa sprejeli z veliko zaskrbljenostjo. Nismo si mogli predstavljati, kaj bomo odgovorili prosilcem pomoči, ki bodo trkali na naša vrata. V ta namen smo že v začetku letošnjega leta napisali pismo vsem odgovornim v državi – predsedniku, predsednici vlade, predsedniku DZ, Ministrstvu za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti, Ministrstvu za kmetijstvo in Ministrstvu za finance ter jih seznanili s problemom. Prav tako smo stopili v stik s Caritas Evropa in z drugimi Karitas, članicami EU.

Skrbno spremljamo dogajanja v zvezi s Skladom za evropsko pomoč za najbolj ogrožene v EU in pričakujemo, da bo denar, ki bo namenjen za pomoč, uporabljen za nakup hrane, s katero bomo reševali sedanjo socialno krizo najbolj ogroženih ljudi v Sloveniji.

Sodelavci Karitas smo še vedno pripravljeni darovati svoj čas in svoje znanje, da vsaj nekoliko omilimo stiske ljudi in jim pomagamo ohranjati dostojanstvo.

Nekaj od številnih zgodb, ki so v teh letih prišle do izraza in potrjujejo upravičenost pomoči s hrano EU:

Darovalci so postali prejemniki: *Delavci, v preteklosti dobro stoječih podjetij, so s svojim darom radi pomagali, bodisi z darovano opremo, hrano, šolskimi potrebščinami, denarjem. Potem se je zgodil stečaj, nekateri so že mesece prej ostali brez plače, tisti brez prihrankov so bili prisiljeni prositi za pomoč. Prvi korak je bil najtežji, mnogi ga niso zmogli. Ko je v nekem kraju 800 delavcev odhajalo na Zavod za zaposlovanje, je ravno prišla tretja dobava hrane EU. Stopili smo v stik s predstavniki sindikata, ki nam je pomagal razdeliti zgibanke, v katerih smo jih informirali o možnosti pomoči. Iz arhiva Karitas sem na naslovnico prilepila sliko, ko delavec z avtodvigalom pomaga pri pripravi pomoči za Afriko. Ko so naslednji dan prihajali brezposelni po pomoč, je iz vrste stopil možakar z zgibanko v roki in rekel: »Na tej sliki sem jaz, toda takrat sem pomagal, danes prosim,« in se je zjokal ter odšel skozi vrata. Naslednjič je prišla po pomoč njegova žena, ker sam tega ni zmogel.*

O smotrni uporabi hrane EU se je bilo potrebno tudi učiti:

- *V nekem obdobju smo iz tega ukrepa prejeli velike količine riža. Marsikdo je rekel, naj damo riža manj, ker ga toliko ne rabijo. Toda iznajdljivost sodelavk Karitas je obrodila sadove. Napisale so recepte za pripravo riža na različne načine in jih ponudile prejemnikom. Pri*



naslednji delitvi pomoči je gospa prinesla svojo mojstrovino v pokušino.

- Spomnim se dogodka, ko je gospa zavrnila špagete, ker jih družina ne mara. Sodelavka jih je ponudila naslednji prosilki, za katero je vedela, da ima številno družino. Z njo je bil 10-letni sin in kar oči so mu zažarele, ko je to slišal in rekel: »Tokrat se bom najedel špagetov do sitega in še čez.«
- Posebno dobrodošlo je bilo pri družinah z otroki mleko. V nekem času je bil normativ en paket mleka na družinskega člana. Kjer jih je šest, je to kar lepa pošiljka, pa je deklica rekla materi: »A bom sedaj lahko dobila več kot le eno skodelico mleka?«
- Počitniški tabor socialno ogroženih otrok: čakala jih je hrana EU, pa ne la za prehrano, temveč tudi za učenje, kaj se vse da iz moke, mleka, riža, pšeničnega zdroba skuhati. Tudi to je dodana vrednost hrane EU.

Tuji delavci so bili ob stečajih še posebej prizadeti. Že prej so del dohodkov pošiljali svojim družinam, prihrankov niso imeli, socialne mreže tudi ne, čeprav je bila nemalokrat solidarnost med njimi vredna posnemanja.

- Ko je prišel po hrano je rekel: »Želodec bo preživel, denarnica tudi, bojim pa se, kaj bo z mojo glavo, kajti noč in dan mi odmeva 'zakaj'.« Povabili smo ga na delavnice, kjer smo imeli skupinsko delo in kjer so lahko izjokali svoje stiske. V tem primeru je bila hrana EU res le vstopna točka pri celotni pomoči.

Hrana EU je tudi motivacija za okolje: vsi se zavedamo, da so osnovna živila pri hrani EU, ki jih lahko damo družini ali posamezniku, za preživetje premalo. Človek potrebuje še marsikaj, zato smo ob nabirkah po župnijah in tudi v trgovinah povedali: »Evropa nam je dala moko, mleko ..., prosimo, darujete še kaj, da bo paket pomoči boljši.« In prav zaradi tega so darovalci prinašali krompir, sladkor, med, marmelado ... celo zavojček kave za starejše se je dobil vmes. Če ne bi imeli osnove, bi težko prosili.

Podobno se je dogajalo tudi v odnosu do lokalne skupnosti. V nekaterih občinah velja dogovor: »Vi dajte hrano, v razgovoru s prejemniki ugotovite, kdo potrebuje še več pomoči, in mi bomo pomagali pri plačilu položnic.«

Hvala lepa Ministrstvu za kmetijstvo in okolje, Agenciji RS za kmetijske trge in razvoj podeželja, Ministrstvu za delo družino, socialne zadeve in enake možnosti, predvsem pa vam, dragi sodelavci in sodelavke Karitas, veliko delo smo naredili. •

KO TERAPEVTSKA SKUPNOST SOSTRO NA RAJŽO GRE ...

Urška Kelvišar



Tudi v naši Terapevtski skupnosti Sostro Zavoda Pelikan Karitas se kdaj zgodi praznik! In dočakali smo ga! Nekaj dni, ne čisto, pa kljub vsemu relativno brezskrbnih dni, preživetih na morju! Namen tega petdnevnega tabora je bil – kljub drugačnemu vtisu na prvi pogled – terapevtske narave. Predvsem utrditev občutka pripadnosti skupini, utrditi vezi, team building, kot se »lepo slovensko« reče **krepitevi skupinskega duha**. Po začetnih krčih ob prihodu v Portorož, ko smo še razmišljali, ali si ta oddih sploh zaslužimo, smo kaj kmalu ugotovili, da ne gre za dopust na morju, temveč za aktivno preživljanje prostega časa ob prisotnosti terapevtov, ki smo bili ves čas aktivno vključeni v samo organizacijo in izvedbo ter tudi stalno na razpolago za dolge individualne pogovore, bolj neformalne narave, za kar nam žal ob običajnih dnevih v skupnosti v Sostrem ostaja vse premalo časa.

V tem kratkem tednu smo doživeli marsikaj, od kopanja v bazenu, obiska terapevtske skupnosti Vrtnica v Truškah, pričevanja zdravljenega alkoholika Marjana, izleta z ladjico do Izole in nazaj, pohajkovanja po starem mestnem jedru, čisto pravega orientacijskega pohoda (ki sta nam ga odlično pripravili prostovoljki Dunja in Andreja in se je na trenutke sprevrgel v tek in celo v boj za preživetje), obiska solin in poučnega vodenja vodičke Maje, prostočasnih družabnih iger ob deževnih popoldnevih do zaključnega izleta v Piran z ogledom akvarija in uživanjem zelo redkih, a toliko bolj dragocenih sončnih žarkov, saj nam je vreme postreglo z obilico dežja, vetra in mraza. Pa smo rekli, da vreme že ne bo naš gospodar in nam ne bo kvarilo dobrega razpoloženja. In tako je tudi bilo!

Teden je obogatilo tudi nekaj malenkosti, ki smo jih obrnili na glavo, glede na običajen potek dogodkov našega programa. Ker v naši skupnosti zajtrk,



kosilo in večerjo pripravljajo kandidati, ki so dežurni, smo se tokrat terapevti odločili, da en obrok v dnevu pripravljamo mi. **Tako smo pripravljali večerjo, vsak dan nekdo drug, da dokažemo, da znamo tudi mi, da to ni tako težko, če se stvari lotiš pozitivno, organizirano in z veliko smeha in ljubezni do tistih, za katere se trudiš.** Za vsakega smo izdelali tudi posebno Zlato knjižico spominov. Vsak je dobil svojo s svojim imenom in edino pravilo je bilo, da lahko pišeš v vse ostale, razen v svojo. Skozi ves teden smo pisali lepe, spodbudne misli drug drugemu, stvari, ki včasih ostanejo neizrečene, pa bi jih kljub temu hoteli komu sporočiti, a nas je sram, strah ... **Ogromno je bilo spodbudnih misli v smislu: verjamem vate, vreden si! To so sporočila, po katerih hrepeni vsak od nas, to je potreba vsakega človeka, da sliši in začuti, da je zaželen, da je v očeh drugih nemalokrat videti veliko »večji«, dragocenejši, kot se vidi sam.** Vsak dan smo zaokročili z večerno pogovorno skupino, kjer smo v vsakem dnevu poiskali vsak po vsaj eno stvar, ki se je zgodila in mu je polepšala kak trenutek dneva, ga obogatila, pripeljala do kakšnega novega spoznanja. Ob tem se je odprl prostor in vsak je dobil možnost, da pove svoje mnenje, saj smo zašli na zelo zanimiva področja naših življenj in govorili iz izkušenj. **Resnično, zelo bogati in dolgi pogovori so se zvrstili v tem tednu! In koliko smeha! Pristnega, spontanega, iskrenega! Kaj takega pa mislim, da res nismo pričakovali! Pa je bilo, in to smo ustvarili mi, sami!**

Večkrat čez dan smo se spomnili na misli, želje, nekakšna vodila za ta teden, ki smo si jih zastavili prvi večer in si položili na srce, da se jih bomo tako posamezniki kot tudi skupina držali. To so: **sočutje, prilagajanje, spoštovanje, strpnost in boljše počutje.** Mislim, da smo se kar dobro potrudili in bili pri tem zelo uspešni.

Kaj pa mislite vi? Zbrali smo misli udeležencev o vtisih našega skupaj preživetega tedna. Presodite sami, ali je bil teden uspešen in ali smo si ga zaslužili ali ne!

»Cel teden se mi je zdel zelo atraktiven. Že kar nekaj časa nisem tega doživela. In mislim, da sem v dobri skupini, ki ji gre vse zelo dobro od rok. Imamo tudi dosti ekskurzij.« S. N.

»Ta teden je bil zelo fajn, sicer sem to itak pričakoval. V redu organizacija in pa mislim, da je med nami, tj. uporabniki in terapevti in pa samimi uporabniki, nastala oz. se je okrepila vez. Tako vsaj jaz mislim.« M. M.

»Kljub začetni bolj kot ne nejevolji oz. nekem strahu pred tem letovanjem sem doživela res čudovit teden. Morda sem si ga pa z nečim res za-

služila? Postala sem (tako se mi zdi) bolj pozitivna oseba, zdi se mi, da bom od sedaj naprej videla prihodnost lepšo. Predvsem pa, po dolgih letih sem videla naše prečudovito morje. Vsem hvala za dneve, polne radosti in nenehnega spraševanja KAJ SLEDI?!« S. Z.

»Na morju sem se počutil fenomenalno! Razveselili so me izleti na kopnem in vožnja z barko. Razveselil sem se zgodbe Marjana. Portorož je zakon!« B. G.

»Ta teden sem bil srečen, zadovoljen in zrelaksiran hkrati. Všeč mi je bilo potovanje skozi čas.« R. P.

»Spoznal sem, da nisem sam, dobil malo večjo samozavest, boljšo samopodobo! Bil je še kar lep teden, proti mojim pričakovanjem! Ni bilo tako hudo!« I. G.



»Težko sem sprejela uživanje na morju sama, brez otrok. Toda mislim, da mi je kar dobro uspelo, saj sem spoznala, da lahko tudi sama preživim brez stalnega dela z otroki na morju. Vsak dan sem se borila sama s seboj, vendar mi je kar dobro uspelo. Videla sem, da se da in da zmorem! Doživela pa sem veliko lepega, saj sem na morju rada in spoznavam nove ljudi in kaj drugega novega.« J. P.

»V tem tednu mi je največ pomenil ogled solin. V spominu so mi ostale počitnice na morju. Imam se kar v redu.« J. M.





»V tem tednu sem dobila ponovno potrditev fraze: upanje umre zadnje! Ne glede na to, kako nemogoče včasih izgledajo stvari, jih lahko dosežemo v smehu in zadovoljstvu. Odlično letovanje!« J. U.

»V teh dneh me je večkrat prevzela misel, kako pomembno je zaznati in sprejeti dobre trenutke v življenju, še posebej v dobri družbi, ki ti še dolgo časa plemenitijo življenje.« D. S.

»V tem tednu sem spoznala skupino v drugi, sproščeni in spontani luči. Toliko smeha, kot ga je bilo tu, v naši skupini še nisem doživela. Upam, da smo se začutili med sabo, da bomo odslej bolj odprti drug do drugega in se bomo bolj zavedali, da so poleg mene pomembni tudi drugi – souporabniki oz. soterapevti.« U. K. •

MREŽA ZA SOCIALNO VKLJUČEVANJE – VKLJUČEN.SI V SODELOVANJU Z ZVEZO PARAPLEGIKOV SLOVENIJE

Miha Starešinič, Vključen.si

Mreža za socialno vključevanje – Vključen.si v sodelovanju z Zvezo paraplegikov Slovenije predstavlja dejavnost zveze, ki kot reprezentativna invalidska organizacija predstavlja, varuje in uveljavlja pravice ter interese paraplegikov in tetraplegikov na lokalni, nacionalni in mednarodni ravni.

Prav tako želimo ob Mednarodnem dnevu invalidov, ki poteka 3. decembra, javnost opozoriti na vrsto preprek in ovir, s katerimi se invalidi srečujejo v svojem življenju. Zato je delovanje nevladnih organizacij, kot je Zveza paraplegikov Slovenije, izjemnega pomena, da se invalidom omogoči pravica do izobrazbe, delovnega mesta in samostojnega življenja in se na ta način tej ranljivi skupini omogoči večja socialna vključenost.

Zvezo paraplegikov Slovenije sestavlja devet pokrajinskih društev – DP ljubljanske pokrajine s sedežem v Ljubljani, DP jugozahodne Štajerske s sedežem v Celju, DP severne Štajerske s sedežem v Mariboru, DP Prekmurja in Prlekije s sedežem v Murski Soboti, DP Dolenjske, Bele krajine in Posavja s sedežem v Novem mestu, DP Gorenjske s sedežem v Kranju, DP Istre in Krasa s sedežem v Kopru, DP severne Primorske s sedežem v Novi Gorici in DP Koroške s sedežem v Slovenj Gradcu.

Zveza paraplegikov Slovenije poleg društvene dejavnosti načrtuje in izvaja tudi tiste socialne programe, ki jih državni organi in javne službe za invalide, paraplegike, tetraplegike in njihove družinske člane ter nenazadnje tudi za širšo družbo, ne izvajajo. Za usposabljanje, delo, aktivno življenje ter vključevanje v družbene tokove paraplegikov in tetraplegikov pa predstavljajo pomemben element socialne varnosti.

Strokovna služba pri Zvezi skrbi za izvajanje posebnih socialnih programov. To so: ohranjanje zdravja, prevozi paraplegikov, obnovitvena rehabilitacija, socialna rehabilitacija, prebivanje in prilagajanje okolja, kompenziranje invalidnosti, osebna asistenca, kultura z informativno in interesno dejavnostjo, šport in rekreacija in druge dejavnosti.

Paraplegike in tetraplegike skušajo usposobiti in jih naučiti za novo življenje oziroma nove okoliščine življenja, ki nastanejo po poškodbi. Skušajo jih motivirati, dvigovati njihovo samozavest, pomagati premagovati strese, dvigniti odstotek zaposlenosti in predvsem premagati kompleks manjvrednosti zaradi invalidnosti.

Ena izmed bolj pomembnih aktivnosti zveze je športna aktivnost, saj je pri pridobivanju in ohranjanju zdravja izredno pomembna. Zato športno dejavnost paraplegikov in tetraplegikov v svoje rehabilitacijske programe vključujejo vsi sodobni rehabilitacijski centri po svetu. Dobro se namreč zavedajo, da že na samem začetku poškodbe hrbtenjače brez športnih aktivnosti paraplegiki in tetraplegiki ne dosežejo tako dobrih in popolnih rehabilitacijskih rezultatov.

Zveza paraplegikov Slovenije vabi vse, ki se v svojem vsakdanjem življenju srečujejo s težavi zaradi svoje invalidnosti, da se jim pridružijo in vključijo v številne programe in interesne dejavnosti. Kot član zveze posameznik poveča svojo socialno vključenost in vpetost v socialno okolje, ki ga motivira, spodbuja in mu omogoča dostojnejše življenje. •



POMAGAJMO PRIZADETIM OB TAJFUNU NA FILIPINIH

Jana Lampe

Na Slovenski karitas smo **začeli z dobrodelno akcijo za najnujnejšo pomoč prizadetim ob uničujočem tajfunu Haiyan**, ki je v petek, 8. novembra 2013, opustošil Filipine in je močno prizadel prebivalce. **Pomoč nujno potrebuje preko 9,5 milijona Filipincev**, med katerimi jih je preko 600.000 izgubilo svoje domove. **Potrebujemo vodo, hrano, higienske pripomočke, zavetišče in zdravila.**

Nacionalna Karitas in župnije na Filipinih so se takoj aktivirale ter začele z razdeljevanjem najnujnejše pomoči prizadetim ljudem, tudi tistim v težko dostopnih območjih. Ekipe mednarodne Karitas, ki so v prvih dneh že prispele na teren, vzpostavljajo bivališča za več tisoč družin brez domov in nudijo najnujnejšo pomoč. Fr. Edwin Gariguez, generalni tajnik Karitas Filipini – Nassa, je dejal: *»To je zares katastrofa. Filipini niso nikoli doživeli katastrofe takšne razsežnosti. Zares potrebujemo vso pomoč, ki jo lahko dobimo.«*

Na **Slovenski karitas vas vse vabimo h konkretni solidarnosti do Filipincev**, ki so ob tej nesreči ostali popolnoma brez vsega in so odvisni od naše dobrote. Z zbranimi sredstvi bo Karitas posameznikom in družinam najprej zagotovila predvsem hrano in vodo ter pakete s higienskimi pripomočki, pa tudi osnovni material za gradnjo začasnih bivališč in pripomočke za bivanje. Prva zbrana sredstva v vrednosti 15.000 EUR smo že posredovali Karitas na Filipinih.

Tudi papež Frančišek te dni moli za žrtve tajfuna in nas vse spodbuja, da pomagamo Filipincem konkretno ter tudi z molitvijo. Svoj dar lahko nakažete na:



Slovenska karitas,
Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana

TRR: SI56 02140-0015556761

Namen: FILIPINI

Sklic: 00 621

Koda namena: CHAR

BIC banke: LJBAS12X

**Hvala vsem za vsakovrstno podporo
Filipincem v teh težkih trenutkih. •**





*Prižgimo veliko luči, da bi razsvetlili temo.
Poslušajmo mnogo glasov, da bi slišali pravega.
Izrekamo brez števila besed, da bi našli Življenje.
Ko pa zasveti sonce, so luči nepotrebne.
Ko zaslišimo glas srca, vse drugo obmolkne.
In ko spregovori beseda, se rodi Življenje.*

**Želimo vam lep adventni čas, blagoslovljen božič in
veliko upanja ter vse dobro v prihajajočem letu 2014.**

QR koda za dostop do
Žarka dobrote na internetni
strani preko sodobnih
spletnih bralnikov.



ISSN 1581-5528



9 771581 552004