

žarek dobrote

2/XVI
februar
2018

glasilo slovenske karitas



Karitas



TEMA MESECA

- 3 ••• Ponosen, da sem del družine Karitas
- 4 ••• Post – čas za molitev, odpoved in dobra dela
- 5 ••• Ne pozabimo na revne na Balkanu

ETIČNA NAČELA

- 7 ••• Krščanske vrednote

KARITAS V ŽUPNIJI

- 8 ••• Pripadnost skupini

GRADIMO DRUŽINO

- 9 ••• Biti ravno prav zaguljen

STAREJŠI MED NAMI

- 10 ••• Telovadba za starejše

MLADA KARITAS

- 12 ••• Mladi in prostovoljstvo

LJUBEZEN JE IZNAJDLJIVA

- 13 ••• Koledar Karitas – zbiranje prostovoljnih prispevkov

NA OBISKU

- 14 ••• Karitas Velenje se predstavi

- 15 ••• Greh je odpovedati se srečanju z drugim

- 16 ••• Caritas

- 16 ••• »Hrana EU«

- 17 ••• Radost in ponos v očeh fantov,
ki so zaključili program Skupnosti Srečanje

CELJE

- 18 ••• Obisk v Vrbju
- 19 ••• Drevo Karitas

KOPER

- 20 ••• Poseben čas veselja za otroke
- 21 ••• Praznično vzdušje

LJUBLJANA

- 21 ••• Hvaležni za nova znanja in spoznanja

MARIBOR

- 23 ••• Pomoč in oskrba starejših, bolnih in invalidov
v domačem okolju

- 24 ••• Domski pevski zbor Doma sv. Lenart

- 25 ••• Praznovanje osebnih praznikov

- 25 ••• »Vsi različni, vsi enaki«

MURSKA SOBOTA

- 26 ••• Četrto Lazarjevo kosilo

NOVO MESTO

- 26 ••• Kralja, ki prihaja, pridite molimo!

NAPOVEDNIK

ŠKOFIJSKA KARITAS CELJE

- 7. 2. Usposabljanje za nove prostovoljce, Vrbje, ob 9h
- 7. 2. Skupina za starejše, Vrbje, ob 9h
- 13. 2. Predavanje: Pokojninska zakonodaja, Vrbje, ob 11h
- 15. 2. Kateheza, Vrbje, ob 18.30
- 20. 2. Usposabljanje za nove prostovoljce, Vrbje, ob 9h
- 22. 2. Kuharska delavnica, Vrbje, ob 17.30
- 26. 2.–2. 3. Počitnice za otroke, Vrbje, od 8h do 14h

ŠKOFIJSKA KARITAS KOPER

- 3. 2. Umetniki za Karitas v Jožefovi dvorani v Logatcu, ob 17h
- 5. 2. Srečanje Karitas vipavske dekanije
- 6. 2. Druženje generacij, Ilirska Bistrica
- 8. 2. Umetniki za Karitas v Galeriji Družina, ob 11h
- 11. 2. Praznovanje dneva bolnikov, Ilirska Bistrica
- 11. 2. Sveta maša v domu Danica v Gažonu
- 13. 2. Srečanje Tolminske OK
- 19.–23. 2. PNC, počitniški program za otroke
- 23. 2. Odbor za materialno pomoč ŠK
- 27. 2. Srečanje Goriške OK

ŠKOFIJSKA KARITAS LJUBLJANA

- 1. 3. Predavanje: Nekemične zasvojenosti – »moderna«
bolezen današnje družbe; predava mag. Nataša Ropret,
Cerknica, ob 18.30

OBČNI ZBORI - PLENUMI

- 10.3. Plenum Škofijske karitas Murska Sobota,**
ob 9h v Veržeju
- 10.3. Plenum Nadškofijske karitas Maribor,**
ob 9.30 s sv. mašo v mariborski stolnici
- 16.3. Plenum Škofijske karitas Celje,**
ob 16h v Domu sv. Jožef v Celju
- 17.3. Občni zbor Škofijske karitas Ljubljana,**
ob 9h s sv. mašo v ljubljanski stolnici
- 17.3. Občni zbor Škofijske karitas Novo mesto,**
ob 9h s sv. mašo v žup. cerkvi v Šmihelu,
nadaljevanje v veliki dvorani Baragovega zavoda
- 24.3. Občni zbor Škofijske karitas Koper,**
ob 9h sv. maša v avditoriju
Škofijske gimnazije Vipava

• FOTO NASLOVNA in ZADNJA STRAN Arhiv Slovenske karitas •



tema meseca

**PONOSEN, DA SEM DEL
DRUŽINE KARITAS**

Helena Zevnik Rozman

Oktober 2017 so slovenski škofje imenovali mag. Cveta Uršiča za novega generalnega tajnika Slovenske karitas. Svoj petletni mandat je začel 3. januarja 2018.

Mag. Cveto Uršič je otroštvo in mladost preživel v Kokri in na Jesenicah, kjer je končal gimnazijo. Iz gimnazijskih časov se spominja: »Tam sem imel nekaj izrednih profesorjev, ki nas niso samo učili, kot je hotela takratna vladajoča garnitura, ampak so nam odpirali oči. Naj omenim samo profesorja zgodovine in geografije Franceta Terseglava, ki je bil velik Slovenec in svetovljan. Učil nas je za življenje, silil v razmišljanje, povezoval sedanost in preteklost ...«

Že mladost ga je zaznamovala z dobrodelnostjo, ko so se takrat srečevali z jeseniškim kaplanom Toneom Komparetom, ki jih je v pokoncilskem duhu zelo usmerjal v dobrodelnost. Ob tem pove: »Kar nekaj mladih nas je vsako nedeljo šlo v dom za ostarele in preživelo uro ali dve v razgovoru z oskrbovanci. Tone nas je tudi spodbudil, da smo postali spremljevalci na srečanjih bolnikov, invalidov in ostarelih, ki jih je organiziralo Prijateljstvo bolnikov in invalidov. To so bili čudoviti vikendi na Trsteniku, na Mirenskem gradu, v Šentjakobu, v Nazarjah itd. Ob vodstvu s. Mihelangele in Jožeta Zupančiča smo fizično pomagali udeležencem, se družili, pogovarjali, prepevali ... Ta srečanja in pa kasnejše delo spremljevalca na obnovitvenih rehabilitacijah paraplegikov in tetraplegikov v Pineti je usmerilo mojo poklicno pot v delo z invalidi.«

Študij je nadaljeval na Pravni fakulteti v Ljubljani in nato še dve leti na Teološki fakulteti. Potem pa je prišel čas za zaposlitev. Po opravljenem pripravništvu na sodišču v Novem mestu in krajši zaposlitvi v Gorenjski kmetijski zadrugi je ostal skoraj dvajset let v Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Soča. Tam je skupaj s sodelavci razvil program poklicne rehabilitacije, ki ga je nato vodil dobrih 17 let do njegovega odhoda 2005. Program poklicne rehabilitacije je danes eden od treh nosilnih programov inštituta. Tega obdobja se spominja z veseljem in ponosom: »Programi, ki smo jih razvili s sodelavci v tem obdobju ter jim zagotovili sistemsko podlago oziroma financiranje, danes omogočajo zaposlitev več kot 500 težkim invalidom oziroma je v te rehabilitacijske programe vključenih vsako leto več kot 2500 invalidov po vsej Sloveniji, izvajajo pa se v več deset organizacijah. V tistem

času sem tudi veliko pisal, raziskoval, predaval. Povsem naravna pot je bila, da sem se vključeval v delo številnih invalidskih organizacij. Bil sem, v nekaterih sem še danes, predsednik ali član strokovnih svetov na Zvezi delovnih invalidov Slovenije, Zvezi društev za cerebralno paralizo Sonček, Zvezi paraplegikov Slovenije, Društvu revmatikov Slovenije, Zvezi za šport invalidov Slovenije – Paraolimpijski komite, Zvezi Sožitje itd. Pa v različnih strokovnih združenjih, kot na primer na Socialni zbornici Slovenije. Veliko sem bil v tujini, tako sem bil izvoljen v prvi odbor Organizacije združenih narodov za pravice invalidov itd. Bil je kar nek, recimo temu, 'naraven proces' poklicne poti.«

Zadnje dve leti zaposlitve na inštitutu je bil še ne-profesionalni direktor Fundacije za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij (FIHO).

Od leta 2005 je bil zaposlen na Ministrstvu za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Najprej pet let kot generalni direktor Direktorata za invalide, kasneje kot sekretar na istem direktoratu. Leta 2013 je krajši čas ponovno prevzel mesto generalnega direktorja na tem direktoratu. V času njegovega dela na ministrstvu je bila sprejeta vrsta predpisov, ki so pomembno prispevali h kvaliteti življenja invalidov, kot na primer Zakon o osebni asistenci, Zakon o izenačevanju možnosti invalidov itd.

V vsem tem času je bil zelo aktiven v strokovnih združenjih invalidskih in humanitarnih organizacij, doma in v tujini. Med drugim je bil v letih 2008–2010 član prvega Odbora Združenih narodov (OZN) za pravice invalidov. V svojem raziskovalnem in strokovnem delu se je ukvarjal predvsem s področjem uveljavljanja človekovih pravic invalidov, v bibliografiji raziskovalcev pa ima zavedenih preko 250 bibliografskih enot.

Čeprav poklicno ni bil vpet v delovanje Karitas, pa je, kot sam pravi, Karitas spremljal tako ali drugače, včasih več, včasih manj, že vse od začetka njenega delovanja. »Pomoč beguncem iz nekdanje Jugoslavije, sodelovanje pri pisanju prvih aktov so bili moji prvi stiki z župnijsko in Slovensko karitas,« se spominja prvih let. Sodelovanje s Slovensko karitas je tako od vseh začetkov potekalo predvsem na področju strokovnega pravnega svetovanja. Leta 2004 je bil imenovan tudi v razširjeni strokovni svet Slovenske karitas.

Gospod Cveto, naj vam ob začetku mandata čestitam k imenovanju. Nam lahko zaupate svoje prve vtise, sedaj ko ste z nami malo več časa in seveda v drugi vlogi?

Ko sem odhajal z ministrstva, so mi vsi sodelavci čestitali rekoč, greš v organizacijo, ki ji ljudje zaupajo, ki je naredila veliko dobrega za ljudi v stiski v Sloveniji in po svetu. Zdaj sem del družine Karitas in dan za dnem spoznavam vso širino, vso pestrost programov



in dobrodelnih akcij, ki jih izvajajo prostovoljci in zaposleni. Spoznavam pa tudi vse duhovno bogastvo, ki je prisotno v aktivnostih Karitas. Lahko rečem samo, da sem ponosen, da sem postal del te zgodbe.

V času izbora ste že velikokrat morali predstavljati svoj pogled na prihodnost Karitas in vašo vizijo za naslednjih pet let. Pa vendar še beseda za sodelavce Karitas po vsej Sloveniji, med katerimi jih je največ prostovoljcev. Kaj so vaše ključne želje in usmeritve za Karitas v prihodnje?

Vsem sodelavcem, še posebej pa prostovoljnimi sodelavcem, sem zelo hvaležen za vse delo, ki ga opravljate. Zato se mi zdi zelo pomembna podpora prostovoljcem, naj bo to spremljanje pri delu, podpora pri usposabljanju, odločitvah ... To je zame ena ključnih usmeritev, saj kar naredimo za prostovoljce, se nam z njihovim delom povrne. Seveda pa je pred nami tudi skrb za pripravo mladih, da vstopijo med sodelavce Karitas. Predvsem, kako jih nagovoriti, povezati s starejšimi in tako dolgoročno poskrbeti za predajanje izkušenj in modrosti.

Zavedam se, da se naši prostovoljni sodelavci Karitas po župnijskih Karitas starajo, zato se moramo pripraviti na to, kako bomo njim nudili pomoč, ko jo bodo potrebovali. Smo populacija, ki se stara, in na področju pomoči starejšim bomo morali narediti dodatne, nove korake, da bomo lahko odgovorili na vse potrebe na terenu.

Seveda bo morala Karitas, tako kot je bila v preteklosti, tudi v prihodnje biti pripravljena, da se odzove na nove stiske in razvija nove programe ali oblike pomoči. Karitas

mora ostajati glas revnih in njihov zagovornik pred državo. Karitas se mora tudi povezovati z drugimi dobrodelnimi organizacijami. Ob vsem tem pa mora ostajati prepoznavna v okolju tudi po tem, da vsi sodelavci ravnamo v duhu evangelija: »Vse, kar hočete, da bi ljudje storili vam, tudi vi storite njim!« •



Cveto Uršič z Marjetko Smrekar

POST – ČAS ZA MOLITEV, ODPOVED IN DOBRA DELA

Pred nami je postni čas, ki nas še posebej nagovarja k bolj poglobljeni molitvi, različnim odpovedim in seveda zavestnim dejanjem dobrote. Na Slovenski karitas bomo letošnja razmišljanja in gesla rednih akcij povezali z otroki in mladimi. Pa ne gre le za to, da bomo nagovarjali otroke in mlade, ampak se bomo tudi poskusili vživeti v njihove stiske, razmišljanja, predvsem pa smo jim lahko svetel zgled s svojimi dejanji.

Poglobimo postni čas

Za poglobitev postnega časa bomo na Slovenski karitas pripravili gradivo za oblikovanje svetih maš ob petkih ali drugih dneh posameznega tedna z vabilom k razmišljanju o stiskah in težavah, ki jih doživljajo naši otroci, mladi in njihove družine. Predvsem s spodbudo k odprtosti do vseh preizkušanih in hkrati kot možnost samoocene svojega odnosa do teh problemov. Prav tako bo na voljo posebej za to pripravljen križev pot ter gradiva za kateheze in delavnice. Vsa gradiva bodo posredovana na župnije in župnijske Karitas.

Z revijo Mavrica pa pripravljamo postni plakat, ki bo otroke, mladostnike in odrasle nagovarjal k posameznim aktivnostim, ki nas bodo popeljale skozi post do velike noči.

40 dni brez alkohola

»BODI MLAD, VESEL IN POGUMEN – BREZ ALKOHOLA«

Slovenska karitas s soorganizatorjema Javno agencijo RS za varnost prometa in Zavodom Med. Over.Net v postnem času že trinajsto leto spodbuja k sodelovanju v preventivni akciji 40 dni brez alkohola v znamenje solidarnosti z vsemi, ki trpijo zaradi alkohola v družinah, na cesti ali pri zdravju.

Letošnja dvanajsta preventivna akcija se bo pričela s pepelnico, 14. februarja 2018, in se zaključila z veliko soboto, 31. marca 2018. Začetek akcije bo zaznamovala tiskovna konferenca, na kateri bomo organizatorji predstavili letošnje poudarke pod geslom »Bodi mlad, vesel in pogumen – brez alkohola!«.

Vsebinska letošnje spodbude bo še posebej usmerjena na mlade in na vse nas, ki smo zgled za njihova ravnanja. Torej ne smemo imeti izgovora, da je to za mlade, da naj le oni pazijo, da ne bi pili alkohola, ampak smo predvsem mi odrasli na vrsti, da jim s svojim zgledom pokažemo pravi odnos do alkohola. Zato lahko tudi letos **sodelujete kot posameznik in v tem času ne uživajte alkohola.** Lahko pa sodelu-



Vsak dan šteje! 14. 2. - 31. 3. 2018

mlad, vesel in POGUMEN

40
dni
brez
alkohola

V znamenje solidarnosti z vsemi,
ki trpijo zaradi alkohola.

www.brezalkohola.si

jete kot družina, župnija, župnijska Karitas, župnijski pastoralni svet, **društvo, skupina in v času posta ne strežete alkohola**. Oboje bo zgovorno sporočilo naši okolici, da je alkohola v Sloveniji veliko preveč in da povzroča številne tragedije na cestah, pri zdravju in v naših družinah.

V akciji sodelujejo tudi Zavod Varna pot, Katedra za družinsko medicino Medicinske fakultete v Ljubljani (projekt Sporočilo v steklenici), društvo Žarek upanja in Zavod Vse bo v redu. Kot gostje bodo letos v akciji sodelovali tudi skavti.

Vse pa vabimo, da si v postu vzamete čas tudi za molitev in sveto mašo za vse, ki trpijo zaradi alkohola:

- * Brezje – v soboto, 17. februarja (pričetek ob 10h s sveto mašo)
- * Sveta Gora – v nedeljo, 11. marca (zbiranje ob 14.30 na prvi postaji križevega pota in nadaljevanje s sveto mašo ob 16h) •

NE POZABIMO NA REVNE NA BALKANU

Jana Lampe

Slovenska karitas vas v okviru akcije »Ne pozabimo« v letošnjem postnem času ponovno vabi k solidarnosti z revnimi v državah JV Evrope, ki jim zaradi brezposelnosti, nizkih plač in pokojnin, bolezni ter drugih stisk primanjkuje osnovnih dobrin za preživetje. Zbrana sredstva so preko naših škofijskih Karitas posredovana lokalnim Karitas, cerkvam in slovenskim redovnicam, ki v teh državah ljudem v stiski vsakodnevno pomagajo vračati človekovo dostojanstvo.

Škofijska karitas Novo mesto v **Gramshu v Albaniji** v sodelovanju s sestro Vido Gerkman podpira delovanje ambulante ter nego onemoglih na domu. Lani so sestre z zdravili, pleniacami ter oskrbo pomagale 1.310 osebam. Poleg tega smo pomagali pri obnovi in osnovnem opremljanju bivališč 23 revnim družinam po hribih, ki so živeli v nedostojnih pogojih. Sestra Vida je ob tem dejala: »*Rada bi povedala, kako ogromno pomenijo za nas in za ljudi ti mali projekti. Le kako bi sestre mogle priskočiti na pomoč vsem tem klicem revnih, če ne bi bilo vaše pomoči? Prosimo vas, kolikor je le možno, da nam še naprej pomagata na ta način.*«



Sestra Vida Gerkman ob obisku bolnika na domu.

Škofijska karitas Celje ob pomoči celjskih župnijskih Karitas letno pomaga okoli 600 revnim družinam v **Makedoniji** s paketi s hrano, oblačili, pleniacami, higienskimi in šolskimi potrebščinami. Lani so poslali 19 ton pomoči. Poleg tega podpirajo nakupe osnovnih živil za dnevni obrok 500 ljudem v okviru ljudske kuhinje v **Skopju**. »*V zadnjih letih se socialno stanje v državi slabša, posebej na podeželju, ki je še povsem nerazvito,*« je povedal sodelavec organizacije Milosrdie, katere delo podpirajo.



6

Škofijska karitas Ljubljana pa podpira delovanje ljudske kuhinje v **Sarajevu**, v okviru katere so sodelavci Caritas BiH lani na petih lokacijah dnevno delili tople obroke 148 ranljivim osebam. Omogoča tudi nakupe gradbenega materiala za obnovo hiš revnih družin v BiH. Lani so ob pomoči 13 dijakov Škofijske gimnazije iz Ljubljane obnovili hišo petčlanske družine v **Jelah**. Amadej je o taboru povedal: »Skozi ta teden sem še bolj spoznal, kako malo je treba, da je človek srečen. Ljudje tam res še preprosto živijo in so zadovoljni s tem, kar imajo. Res jim je bilo lepo pomagati.«

Mladi iz Vipave pa so lani ob podpori Škofijske karitas Koper, ki je omogočila tudi nakup materiala, streho nad glavo zagotovili očetu s tremi prizadetimi otroki v **Banjaluki**. Takšen tabor v sodelovanju s tamkajšnjo Karitas poteka že od leta 2001. V teh letih so pomagali zagotoviti osnovne in skromne pogoje za bivanje 27 družinam.



Revna družina v Albaniji se veseli novega pralnega stroja/kopalnice.



Brezposelni, brezdomci, ljudje z nizkimi pokojninami in drugi revni so dnevno deležni obroka s pomočjo potujoče ljudske kuhinje v Karitas v Sarajevu.



na obrazih nam je bilo jasno, da smo s skupnimi močmi naredili nekaj res lepega in velikega!« Mariborska karitas že leta pomaga tudi revnim v **Srbiji**. Lani je 740 družin v **Zrenjaninu, Nišu in Aleksincu** skupaj prejelo 1.063 paketov s hrano, oblačili in higienskimi pripomočki. Podprli so tudi program pomoči bolnim in ostarelim na domu v Aleksincu, kjer ga izvajajo sodelavci tamkajšnje Karitas.

Preko akcije »Ne pozabimo« v letih 2017 do 2019 sofinanciramo tudi dva razvojna projekta za opolnomočenje žensk v Srbiji ter BiH, ki ju podpira Ministrstvo za zunanje zadeve. Preko projektov brezposelne ženske znotraj delavnic in izobraževanj krepijo svoje veščine, imajo možnost poklicnega usposabljanja, v Srbiji bodo posamezne dobile tudi sredstva za zagon obrti, v BiH pa so deležne tudi svetovanja in družinskih terapij.

Tudi v letošnjem letu želimo nadaljevati z enako pomočjo na Balkanu. To pa je možno le ob srčni dobroti vseh, ki vam je mar za ljudmi v sosednjih državah! •



V ljudski kuhinji v Skopju v Makedoniji dnevno zagotovijo okoli 500 obrokov za najranjlivejše tudi ob pomoči ŠK Celje.

Tudi **Nadžkofijska karitas Maribor** v sodelovanju s Karitas Mostar omogoča izvedbo prostovoljskih taborov v **BiH**. Lani je 8 študentk iz doma sv. Elizabete ponovno polepšalo teden z oratorijem 23 otrokom in v sirotišnici v **Varešu**, 10 mladih iz Slovenije pa 150 otrokom v **Dračevu**, kjer so pomagali urediti tudi dom in njegovo okolico 49-letnemu Anteju, ki čuti posledice kapi. Vodja tabora v Varešu, s. Urša, je zapisala: »Brez vaše dobrote nam projekta Mladi za sirote nikakor ne bi uspelo izpeljati, zato se vam iz srca zahvaljujemo. Ob pogledu na žareče otroške oči in nasmehe



Petčlanski družini v BiH je 13 dijakov Škofijske gimnazije v Ljubljani ob podpori duhovnika Marka pomagalo obnoviti hišo in zagotoviti dostojne pogoje za bivanje.



Mladi iz Škofijske gimnazije Vipava, ki so omogočili streho nad glavo družini iz Banjaluke.



Mladi, ki so v Dračevem v BiH pomagali urediti dom in njegovo okolico ranljivi osebi.



Skupna fotografija oratorija za sirote v Varešu.

HVALA za vsak dar, ki ga lahko nakažete na:
Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana
TRR: SI56 0214 0001 5556 761
Namen: Pomoč JV Evropa
Sklic: 00 2518
Koda namena: CHAR
BIC banke: LJBAS12X



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI

etična načela

KRŠČANSKE VREDNOTE

2. načelo: Krščanske vrednote

Sodelavci Karitas ravnamo v duhu evangelija in družbenega nauka Cerkve.

Papež Frančišek v Apostolski spodbudi VESELJE EVANGELIJA pravi, da »veselje evangelija napolnjuje srce in celotno življenje ljudi, ki se srečajo z Jezusom; ljudi, ki dovolijo, da jih odreši greha, žalosti, notranje praznine, osamljenosti. Z Jezusom Kristusom se vedno rojeva in oživlja veselje.« Vsi krščanski verniki, še posebej pa sodelavci Karitas, smo povabljeni k novemu obdobju evangeljskega oznanjevanja, zaznamovanega s takšnim veseljem.

Kako nam lahko to načelo pomaga pri ohranjanju identitete, pri našem delu?

Najlepši odgovor na to vprašanje nam ponuja omenjena Apostolska spodbuda, ko pravi: »Velika nevarnost sedanjega sveta z njegovo mnogovrstno in neznošno ponudbo potrošnje je samoljubna žalost, ki prihaja iz lagodnega in skopuškega srca, iz boleznega iskanja površnih užitkov, iz osamljene zavesti. Kadar se notranje življenje zapre v lastne korigisti, ni več prostora za druge, ni poslušanja za uboge, ne poslušamo več Božjega glasu ...« Kot svetilnik na morju, ki opozarja na nevarnost za ladjo, imamo tudi mi svetlo luč, ki jasno opozarja, kje lahko sodelavci Karitas izgubimo svojo identiteto, kajti evangelij nas zmeraj vodi k bližnjemu v našem času in prostoru. Vera vedno ohranja vidik križa, neko nejasnost. Zato mora vsa dobrotelost potekati v evangeljskem duhu, ki prebujajo privolitev srca z bližino, ljubeznijo in pričevanjem z dobrimi deli pomoči potrebnim.

Duh evangelija, iz katerega izvira družbeni nauk Cerkve, je vir veselja, moči in vztrajnosti za sodelavce Karitas, je temelj etičnih vrednot zahodne kulture. To je naša identiteta.

Rok Metličar

Bog nam je s svojim učlovečenjem in trpljenjem na križu izkazal največjo ljubezen. Nam pa je naročil, da kar storimo kateremu izmed naših najmanjših bratov, Njemu storimo.

S tem je umestil karitativno dejavnost v življenje vsakega kristjana. Pomagajmo sočloveku v stiski, ohranjajmo njegovo dostojanstvo in tako udeležimo Njegovo naročilo.

Ana Marija Tisovic



Najkrajše od vseh petnajstih etičnih načel Karitas je prav drugo načelo, ki dokazuje, da ni veličina v veličnosti, temveč v vsebini. Ne bom razglabljala, temveč le postavila dve vprašanji sebi, tebi, nam:

- Ali je resnično evangelij naše vodilo, ali je resnično evangelij tista sveta knjiga, ki usmerja moje, tvoje, naše korake?

- Ali je Kompendij družbenega nauk Cerkve zame, zate, za nas najpomembnejši kriterij pri delovanju na vseh nivojih Karitas?

8 Ko si bomo vsi skupaj odgovorili na ti vprašanji, ne bomo iskali gesla programov, seminarjev in posvetov v dopadljivih temah, temveč bomo evangelij in družbeni nauk Cerkve združili v nam lastni katoliško-socialni program.

Jožica Ličen

Karitas v župniji

PRIPADNOST SKUPINI

Iz priročnika za razvoj župnijskih Karitas: Ljubi svojega bližnjega, pripravili člani nacionalne koordinacijske skupine za sodelovanje Karitas v jugovzhodni Evropi.

Pred vsako skupino se vedno znova postavlja vprašanje, kako zagotoviti pripadnost skupini, skupinskega duha, pa naj bo to za zaposlene na nekem delovnem mestu, še bolj pa za skupino prostovoljcev v neki organizaciji. V terminologiji se je zelo uveljavil angleški izraz team building, katerega splošni cilj je izboljšati delo skupine in dvigniti raven zadovoljstva ter se naučiti spoznavati in reševati konflikte. Glavni cilj ima več podciljev:

1. boljše razumevanje posameznikove vloge v skupini
2. boljše razumevanje plana skupine – njegove vloge in namena znotraj organizacije
3. povečana komunikacija med člani skupine o problemih, ki vplivajo na dejavnost skupine
4. večja podpora med člani
5. boljše razumevanje skupinskih procesov, obnašanja in dinamike vsake bolj povezane skupine
6. učinkovitejše soočanje s težavami, povezanimi s skupino, tako na ravni nalog kot na osebni ravni
7. sposobnost reševati konflikte na pozitiven, in ne destruktiven način
8. večje sodelovanje med člani skupine in znižanje tekmovalnosti med posamezniki, skupino in organizacijo
9. zmožnost sodelovanja skupine z drugimi skupinami in organizacijami
10. smisel za vzajemno povezanost med člani skupine

Aktivnosti za povezovanje v skupini so simulacije nalog za reševanje problemov, ustvarjene za razvijanje čuta za delo v skupini. Pomemben del sta refleksija in diskusija udeležencev o aktivnosti, kako so pristopili k situaciji, kaj se lahko naučijo. Skupino npr. lahko med aktivnostjo snemamo in nato pogledamo, analiziramo in se pogovorimo o vseh situacijah, kako se je nekdo počutil, ter se iz tega učimo.

V naslednji vaji vam predstavljamo tri vrste aktivnosti/iger, ki jih lahko uporabite za povezovanje v skupini. Za posamezno aktivnost/igro potrebujemo cca 30 minut.

Aktivnost 1: Zvezani

Namen: prikazati pomen aktivnega članstva v skupini

Material: vrv

Postopek:

- Za to aktivnost je morda bolje, če večje skupine razdelite.
- Prosite udeležence, naj se postavijo v krog in iztegnejo roke. Povežite jih tako, da bodo privezani na zapestje sosedu.
- Ko je torej skupina »zvezana«, jim dajte skupno nalogo. Nekaj idej: zavijte vsem prisotnim darilca; ustvarite sliko; vsaki osebi iz skupine nalijte kozarec soka ...
- Odprite razpravo, vprašanja: So pri nalogi sodelovali vsi člani skupine? Kaj se je zgodilo, če nekdo ni pomagal? Zakaj ste bili/niste bili uspešni? Se počutite »zvezani« z nekom, ko delate skupaj z njim? Če da, zakaj, kako se soočate s takšnimi občutki?

Aktivnost 2: Visok stolp

Namen: pokazati, kako skupina deluje

Material: paket za vsako skupino (papir; surovi špageti, žele bomboni in zobotrepci, slamice in sponke za papir; slamice in lepilni stran; papirni kozarčki in paket žvečilnih gumijev; žica, papirni kozarčki in slamice; piškoti)

Postopek:

- Skupino razdelite v manjše skupine od 2 do 6 oseb.
- Vsaki skupini dajte paket potrebščin, ki ste jih izbrali, in jim naročite, naj iz teh sestavin zgradijo karseda visok stolp.
- Vsaki skupini postavite časovno omejitev (15 minut). Po izteku časa skupine prosite, naj svoje delo pokažejo tudi ostalim.
- Razvijte razpravo s pomočjo vprašanj: Kako ste začeli projekt postavljanja stolpa? Je bilo začetni težje od samega sestavljanja? Ste imeli kak načrt, ali ste vsi preprosto začeli graditi? Je kdo v skupini deloval kot vodja? Če da, kako ste se ob tem počutili? Če ne, si želite, da bi kdo prevzel to vlogo? Bi lahko tak projekt



izvedla ena sama oseba? Kaj so bile prednosti dela v skupini?

Aktivnost 3: Slepo ustvarjanje

Namen: prikazati pomen komunikacije v skupinah, pogovor o vlogah v skupini

Material: pogodben kot pri aktivnosti 2

Postopek:

- Izmed udeležencev izberite prostovoljca. Ostale razdelite v manjše skupine (5–6 oseb).
- Prostovoljec naj nariše sliko, ustvari kip, kompozicijo iz danih materialov. Za to ima na voljo 15 minut.
- Tudi manjšim skupinam dajte plakate z istimi sestavinami, oni pa naj kot skupina posnemajo prostovoljca tako, da sledijo njegovim navodilom. Posameznik, ki riše/kipari, naj gleda skupine, skupine pa naj njega ali njegove stvaritve ne vidijo. Predstavnikom skupin lahko dovolite, da zastavljajo vprašanja.
- Ko vsaka skupina misli, da je uspela kopirati original, naj drug drugemu pokažejo izdelke.
- Odprite razpravo z vprašanji: Je bilo lažje dajati ali prejemati napotke? Zakaj? Bi bilo tako nalogo lažje kot v skupini izpolniti individualno? Zakaj? Kako se je v tej nalogi kazala komunikacija? Zakaj je komunikacija tako pomembna v skupini? Je vsak k projektu prispeval svoj delež, ali je kdo opravil večino dela? Zakaj? Ste bili kdaj v skupini, kjer večino dela opravi le nekaj ljudi? Kako ste se počutili? Kaj lahko storite, da bo skupinsko delo uspešnejše?

Team (tim) je skupina posameznikov, ki morajo delati v odvisnosti eden od drugega, da bi dosegli osebne cilje in cilje organizacije. Da bi dosegli timsko uspešnost, moramo upoštevati naslednje dejavnike:

1. določena pravila in postopki (okolje)
2. jasni cilji, ki si jih delijo vsi člani skupine
3. vloge so jasno definirane, vsi jih sprejemajo in razumejo
4. delovni procesi (komunikacija, načrtovanje, sprejemanje odločitev)
5. odnosi so odprti in vredni zaupanja

Najboljše odločitve, ki jih skupina sprejme, so dosežene s konsenzom. Včasih okoliščine narekujejo drugačne tipe odločitev, kot so: avtoritarna odločitev, odločitev na podlagi povprečja glasov, odločitev vodstva po opravljeni skupinski diskusiji, odločitev večinskega glasovanja.

Uspešni vodje verjamejo in omogočajo doseganje poslanstva in vizije. Nekdo je lahko hkrati vodja in menedžer, vendar mora jasno ločiti med tema različnima vlogama in ravnati skladno z njima. Nekateri so rojeni voditelji, drugim pa so voditeljske sposobnosti pručene.

Konflikti so neizogibni in niso vsi rešljivi, vendar morajo člani skupine vedeti, kako se z njimi spopasti, da ne pride do neproduktivnosti. Ni pomembno, kako dobra je ekipa, saj vedno obstaja prostor za izboljšanje, in sicer prek skupnega dela. •

gradimo družino

BITI RAVNO PRAV ZAGULJEN

Aleš Čerin

9

Vse prihaja od Boga. Tudi vsi darovi, ki jih imava zakonca in omogočajo preživetje najini družini, so od Boga. Morda se nama zdi, še posebej, če gledava s človeškimi očmi, da pri naju Bog ni bil posebej pravičen pri deljenju darov, da nama jih ni dal dovolj. Tako je zapisano v Svetem pismu v priliki o talentih: »Enemu je dal pet talentov, drugemu dva in tretjemu enega« (Mt 25,15a). Nama se lahko zdi, da nama jih je dal premalo.

A Sveto pismo pravi v nadaljevanju: »Vsakemu po njegovi zmožnosti« (Mt 25,15b). Bog kar zahteva, da darove razvijemo – vsak stoodstotno. Tudi midva. Oba. Bog je tule pravičen, zelo trd, celo neusmiljen do tistega, ki je dar zakopal: »Neuporabnega služabnika pa vrzite ven v najzunanjejšo temo. Tam bo jok in škripanje z zobmi« (Mt 25,30).

Vsi smo torej odgovorni, da poiščemo svoje darove in jih razvijamo. Še več: verjamem, da smo odgovorni tudi za razvoj darov bližnjih – predvsem zakonca, otrok, tudi revežev. Nikjer ni zapisano, da Bog revežem ni dal darov. Vsak ima »vsaj enega«.

Bližnjim moramo torej pomagati poiskati darove in jim omogočiti, da jih razvijajo.



Foto: Aleš Čerin



Zaguljen. Zato, da omogoča rast.

Žena mi je pred kratkim rekla, da sem »ravno prav zaguljen, da raste ob meni«. Ženina izjava mi je zvenela kot pohvala. Vseeno sem pogledal v Slovar slovenskega knjižnega jezika, kaj točno pomeni ta beseda. Tako je razloženo: zaguljen – težaven, neprijeten.

Spraševal sem se, kako v vsakdanjem življenju in v praksi biti ravno prav zaguljen do bližnjih, da bodo ob meni rasli in se razvijali. Tako da sem *težaven in neprijeten*, tako da zahtevam, da s tem, kar jim je Bog dal, ravnajo na Božji način.

Eden od darov, ki smo ga zakonci prejeli, je zmožnost *zaslužiti denar za življenje*, drugi pa je dar *upravljanja z denarjem*.

Dve možnosti: *ne morem, pa bi rad, in nočem, pa bi lahko*

Kako naj imava dovolj denarja za življenje družine? Zelo enostaven, vedno veljaven in Bogu všečen odgovor je: tako da zasluživa z delom, vsak od naju po svojih zmožnostih, in s skrbnim upravljanjem denarja, ki nama ga Bog dovoli imeti.

Tu naletimo na dve možnosti: 1) *ne morem delati, pa bi rad*, 2) *nočem delati, pa bi lahko*. V vseh mogočih kombinacijah med nama.

Zelo Božje je, da smo skrajno usmiljeni do tistih, ki *bi radi delali, pa ne morejo* (tako je treba po navadi poiskati, da jim lahko pomagam), in da smo zaguljeni do onih, ki *bi lahko delali, pa nočejo*.

Sveti Pavel je o tem pisal v Drugem pismu Tesaloničanom. Takole pravi: »*Kdor noče delati, naj tudi ne jé. Slišimo namreč, da nekateri med vami živijo neredno, da nič ne delajo, ampak begajo sem ter tja*« (2 Tes 3,10-11). Podčrtujem besedico *noče*. Pavel je tukaj zelo zaguljen (= neprijeten) do tistih, ki *nočejo delati*, in obenem *vabi k razlikovanju* med nezmožnostjo in nepripravljenostjo za delo.

Vprašanje, ki se tu postavlja, je, kako to razlikovanje doseči v praksi. Ni vedno treba, ni vedno mogoče in ni lahko. A vseeno je pripravljenost za delo kdaj treba preizkusiti v praksi in Bogu všečno prakso pošteno nagraditi, tudi z denarjem – prakse, ki ni po Božji volji, pa ne.

Biti »zaguljen«, a vedno iz ljubezni, ter vedno dati človeku svobodo, da se odloči – za delo ali nedelo. To svobodo nam je dal Bog, a dal nam je tudi rezultat – posledice naših odločitev.

Needinost med zakoncema na področju denarja

Zakonca bi si morala pri služenju denarja za življenje družine pomagati in se pri tem spodbujati. A pogosto opažamo, da se zakonca v odnosu do služenja in upravljanja denarja močno razlikujeta. V skrajni situaciji se eden lahko na vse kriplje *trudi*, da omogoča dostojno preživetje družini, drugi pa *noče delati, pa bi*

lahko, obenem pa še zapravlja denar za nepotrebno, odvečno, pogosto škodljivo.

Taka needinost med zakoncema vodi celo družino v revščino, pogosto v ločitev, zato v še večjo revščino in na koncu katastrofo za otroke, ki se v obliki revščine potegne v naslednje generacije.

Tu ne pomaga pomoč v obliki denarja in materialnega, pač pa *pomoč v gradnji odnosov* med možem in ženo.

Upravljanje z denarjem

Še enkrat, vse prihaja od Boga – talenti, čas, materialno, zato je Bog lastnik vsega, mi smo le oskrbniki. Bog zahteva od nas, da smo *dobri oskrbniki*.

V vsako življenje, v vsako družino priteče nekaj denarja, pogosto iz različnih virov. Po navadi je to zaslužek od dela, včasih je dar – dobrih ljudi, dobredelnih organizacij, kot je Karitas, tudi države.

V času skrajnega potrošništva mnogo »krempljev« sega v naše denarnice – tudi v denarnice revežev. Izjemno razvita marketinška industrija nas s psihološkimi prevarami, ki se jim ne moremo izogniti, mnogokrat jih v napuhu tudi podcenjujemo, skoraj prisili, da zapravljamo težko pridobljen denar za stvari, ki niso pomembne, niso potrebne in niso koristne.

Bog pošilja pomoč!

A Bog nam pošilja pomoč. Dal nam je še več darov, ki se jih včasih ne zavedamo dovolj, jih podcenjujemo, za njihov razvoj ne prosimo. To so dar molitve, dar discipline, dar spoznavanja Božje volje s pomočjo Svetega pisma, dar zakramentov (spomnimo se samo darov Svetega Duha pri birmi), dar ljudi, ki so nam pripravljene priskočiti na pomoč – recimo v obliki prostovoljcev Karitas, ki znajo biti ravno prav zaguljeni v ljubezni, da se konkretna družina lahko dvigne iz revščine.

Vabim zakonce – na *tej in na oni strani pomoči*, da se vseh teh Božjih darov poslužimo. Bog obljublja blagoslov. •

starejši med nami

TELOVADBA ZA STAREJŠE

Zbrala: Helena Zevnik Rozman

V Župnijski karitas Preska v župnijskih prostorih že deseto leto organizirajo telovadbo za starejše. Pobudnica telovadbe za starejše je bila voditeljica ŽK Preska ga. Ivanka Šušteršič, ki nam je zaupala, zakaj sem ji zdi pomembno, da v okviru Župnijske karitas organizirajo telovadbo. Marsikdo si namreč ne predstavlja, da je tudi to lahko poslanstvo Karitas.

»V desetih letih se je pokazalo, da smo se odločili prav,« pravi Ivanka Šušteršič. »Sedaj imamo celo



dve skupini, in sicer starejše ženske, za katere imamo popolnoma prilagojen program telovadbe, da ga zmorejo, ter mešano skupino moških in nekoliko mlajših žensk (petdeset in več). Redno se tako tedensko zbira med 40 in 45 oseb.

Večina udeležencev ne bi hodila k telovadbi drugam. Vzrokov za to je kar nekaj. Eden je oddaljenost od drugih centrov, kjer organizirajo telovadbo, drugi je strokovno vodenje in prilagojena telovadba za vse, ne glede na to, koliko zmorejo, tretji spet pripadnost župniji, ki ti daje varnost, sprejetje. Zelo jim je pomemben odnos in tudi čas za druženje, predvsem pa spoštovanje praznikov in podobno. Vsekakor pa je eden izmed pomembnih dejavnikov tudi ta, da je finančno ugodno, saj vsak udeleženec lahko prispeva le svoj prostovoljni dar kolikor zmore. In če ga morda kdaj ni oziroma finančno ne zmore, mu ni treba prispevati.

Kot sodelavka Karitas ugotavljam, da se je v teh letih ustvarila zelo lepa, sproščena skupina, ki nam je že mnogokrat pomagala tudi pri odkrivanju kakšnih večjih stisk v našem kraju. Marsikdaj smo zvedeli za koga, ki je osamljen, in smo lahko pomagali. Prav tako smo veseli, da na telovadbo hodijo tudi neverni, saj smo na tak način odprli vrata tudi drugim in jih vključili v našo skupnost. Lepo je videti verne in neverne skupaj. S tem se gradi pripadnost skupnosti, spoštljiv odnos in podobno. Nekateri pa prihod na telovadbo izkoristijo še za obisk svete maše pred tem.

Vaditeljici sta se odpovedali honorarju, pokrijemo jima le potne stroške. Velikokrat pa se zgodi, da prostovoljni darovi ostajajo za potrebe ljudi v stiski, ki jim pomagamo v naši ŽK.«

Pomen telovadbe pri starejših

»Z redno in načrtno telesno (gibalno) dejavnostjo je mogoče tudi v starosti bistveno izboljšati telesne (gibalne) sposobnosti in s tem pomembno izboljšati kvaliteto življenja.

Že dolgo je znano, da telesna aktivnost preventivno deluje na srčne bolezni, novejši podatki pa kažejo, da lahko tudi podaljša življenjsko dobo, pomaga ohranjati funkcionalno neodvisnost starejših ljudi in s tem kvaliteto življenja. V starosti se telesna aktivnost običajno zelo zmanjša, hkrati pa se okrepijo problemi in bolezni, ki jih je mogoče omiliti ali preprečiti ravno z vadbo. Poveča se jemanje zdravil, ki imajo praviloma negativne stranske učinke. Ustrezno načrtovana vadba pa je eno redkih »zdravil«, ki učinkuje brez stranskih učinkov.

Splošna vadba in vadba za moč ima številne učinke, ki so pomembni za starejše ljudi. Je najučinkovitejša izmed vseh oblik vadbe za boj proti osteoporozi. Hkrati izboljša aktivno gibljivost, ravnotežje, pomaga zmanjšati simptome različnih kroničnih bolezni, kot so artritis, depresija, diabetes tipa 2, bolezni srca, Parkinsonova bolezen in druge degenerativne živčne

bolezni, ter po kapi, zmanjša pa tudi motnje spanja in hranjenja. V povezavi z vadbo ravnotežja zmanjša verjetnost padcev, prispeva pa tudi k večji samozavesti in boljši samopodobi. Pomemben vidik vadbe za moč v starosti je tudi anabolni hormonski odziv, saj je to edina oblika vadbe, kjer pride do njega, čeprav je manjši kot pri mlajših osebah. Zlasti je pomemben odziv ravnega hormona, ki je povezan z rastjo in obnovo različnih tkiv.

Vsaka vadba izboljšuje kvaliteto življenja in ohranja funkcionalno neodvisnost. Z vadbo za starejše tako okrepi tudi kosti in poskrbimo, da se zmanjšajo bolečine v hrbtenici, kolkah in kolenih. Zato se je treba naučiti sprostitve in premagovanja stresa, izboljšati svoj imunski sistem in gibčnost telesa. Pomaga tudi pri okrevanju po poškodbi. Z vadbo preprečujemo prehitro upad mišične mase in s tem zmanjšamo kopičenje maščob ter kostne mase in odložimo ali omilimo osteoporozo.

Najbolje je, da vadeči izvajajo kombinacijo zmerne in intenzivne telesne dejavnosti, enostavne in zmerne telesne dejavnosti. Poleg aerobne športne dejavnosti bi morali starejši vsaj dvakrat tedensko izvajati tudi krepilne vaje za mišično moč velikih mišičnih skupin, vaje ravnotežja in gibljivosti ter tako vzdrževati oziroma povečati mišično moč, izboljšati sposobnost ravnotežja (zmanjšati možnost padcev), gibljivosti in vzdržljivosti.«

Evfemija Storga, strokovna vaditeljica

»Telovadba pri starejši populaciji je pomembna predvsem za ohranjanje gibljivosti in mišične moči. Vedno so vključene vaje za ogrevanje, za moč in gibljivost, vaje za ravnotežje, za zmerno raztegovanje določenih mišičnih skupin in preprečitev osteoporoze, za kar so pomembne ekstenzijske vaje. Starejši torej veliko pridobijo na moči, ravnotežju.

Poleg tega je pomembno druženje in ohranjanje skupine, pripadnosti, ohranjanje reda, da se vsak teden srečujejo v določeni skupini v za to primernem prostoru. Vadba je vsestransko učinkovita, gre za ohranjanje zdravega duha v zdravem telesu.

Vključujejo se predvsem tisti, ki se sicer ne bi vključili drugam. Tudi zaradi finančnega vložka, kajti vadba poteka zastoj oziroma na podlagi prostovoljnih prispevkov za namene Karitas.«

Martina Jurjevec, strokovna vaditeljica

Vtisi udeležencev telovadbe za starejše, ki jo organizira ŽK Preska

»Ta telovadba mi pomeni prijetno sprostitev, krepim moje telo, je druženje z ljudmi vedre narave, kjer se vedno dobro počutim. Hvaležna sem sodelavcem Karitas župnije Preska, ki se vedno potrudijo in nam



omogočijo vodenje te dejavnosti, ki je zelo pomembna za moje telesno počutje in sprostitiv. Na telovadbo zelo rada prihajam zaradi ljudi, ki se tam srečujemo, pogovarjamo o življenjskih stvareh, in domov se vedno vrnem sproščena in polna energije za moje domače obveznosti. Hvala za vse.»

Antonija

»Telovadba mi pomeni možnost za celovito razgibavanje pod odličnim strokovnim vodstvom, prilagojeno naši starosti. Menim, da je odlično, da se Karitas ukvarja tudi s preventivo, in ne le z blaženjem posledic (materialne in socialne stiske).«

»Zelo pozitivno, prispeva k zdravju starejše populacije. Všeč mi je, da ni treba plačati visokega prispevka kot drugod, tukaj lahko prispevaš po svojih zmognostih.«

»Zame je ta telovadba sprostitiv od vsakdana, ohranjanje kondicije in druženje. S skupino ljudi se dobro ujamemo že vrsto let. To, da Karitas organizira telovadbo in da je v pastoralnem domu, je meni zelo super, ker je to najbližje mojemu domu. Pa še prostor se mi zdi ravno pravi.«

»Telovadba mi pomeni prijetno sprostitiv in razgibavanje, ki pripomore k boljšemu počutju. V skupini se počutim zelo prijetno, saj je to druženje s sebi podobnimi (tako starostno kot tudi po mentaliteti). Zelo pohvale vredno je, da se Karitas ukvarja tudi s tovrstnimi aktivnostmi. Da se to dogaja v župniji, pa še toliko bolj.«



mlada karitas

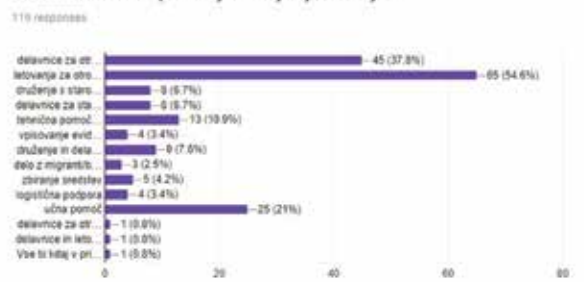
MLADI IN PROSTOVOLJSTVO

Luka Oven

V želji, da bi izvedeli, česa si v prihodnosti želijo mladi prostovoljci, ki že delujejo v programih po Sloveniji, smo na Slovenski karitas pripravili kratek vprašalnik, na katerega je odgovorilo 120 mladih prostovoljcev, predvsem tistih, ki so s Karitas že sodelovali. Povprečna starost prostovoljcev, ki so odgovarjali na vprašanja, je bila 19 let, njihovi odgovori pa ponujajo bogat vir informacij in so lahko dobro vodilo pri pripravi programov za mlade.

Najprej smo mlade prostovoljce povprašali, kje so prvič slišali za možnost prostovoljnega dela. 40 % jih je bilo za sodelovanje nagovorjenih preko svojih prijateljev, naslednjih 40 % pa jih je za to možnost slišalo v župniji (župnik ali župnijske Karitas). 12 % med njimi

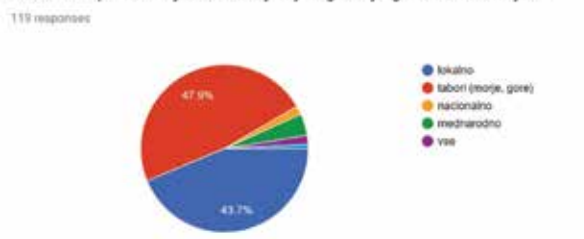
Katera od naštetih področij vas najbolj zanimajo?



Kateri od naštetih pojmov vas pri prostovoljnem delu najbolj nagovarja? (možnih več odgovorov)



Kako vam prostovoljno delo najbolj odgovarja glede na lokacijo?



si jih je prostovoljsko delo poiskalo samih, ostali pa so za prostovoljsko delo izvedeli preko oglasov, šole in v družini.

Seveda nas je zanimalo, s katero skupino ljudi bi med prostovoljskim delom radi bili v stiku in jim pomagali. Pri tem vprašanju je bilo možno izbrati več odgovorov. Na prvem mestu so bili otroci, s katerimi bi



delalo kar 95 % sodelujočih v anketi. Druga večja skupina so starejši – tem bi pomagalo 35 % anketirancev. Sledijo otroci s posebnimi potrebami in družine v stiski, matere v stiski, odvisniki, migranti in begunci.

Področja dela, ki mlade, sodelujoče v anketi, najbolj zanimajo, so letovanja in druge aktivnosti za otroke ter učna pomoč. Z okoli 10 % sledijo tehnična pomoč na koncertih in letovanjih ali taborih, druženja in delavnice za socialno ogrožene skupine, kjer izstopa predvsem delo s starimi. Manj kot 5 % pa jih zanima zbiranje sredstev, vpisovanje evidenc v računalnik, logistična podpora organizaciji ter delo z migranti in begunci.

Ker je zelo pomembno, kdaj imajo prostovoljci čas za prostovoljsko delo, smo mlade povprašali tudi o tem, kdaj jim najbolj odgovarja vključevanje v prostovoljsko delo glede na njihove obveznosti. Večina se je odločila za sezonsko prostovoljsko delo (poleti in pozimi med počitnicami), 32 % pa bi jih prostovoljsko delo opravljalo tudi tedensko in mesečno. Sledi projektno delo, ki bi ga opravljalo 24 % vprašanih, enkrat letno pa 14 %. Glede na lokacijo dela bi 48 % vprašanih najraje opravljalo prostovoljno delo v lokalnem okolju, 43 % na taborih (morje, gore), manjši delež pa na nacionalni in mednarodni ravni.

Eno od vprašanj v anketi je bilo tudi, kaj se prostovoljcem zdi pomembno pri njihovem prostovoljnem delu. Na prvem mestu so izpostavili odnose med prostovoljci in odgovornimi do njih ter zaupanje. Sledila sta možnost ustvarjalnosti pri delu in osebnostni razvoj. Mladim je pomembno tudi druženje z enako mislečimi, predajanje izkušenj ter tudi to, da so lahko s svojim delom vzor drugim.

pričakovanja. Z drugačnim načinom in možnostjo nagovora tudi tistih, ki niso nagovorjeni v smislu dejavnega verskega življenja, ponuja ta koledar priložnost za vključitev v družino dobrote mnogo ljudem, ki so še posebej odprti za dobrodelnost.

V jeseni 2017 smo akcijo ponovno izvedli. Akciji se je v letu 2017 pridružilo 38 ŽK.

The image shows the cover of the Karitas 2018 calendar. At the top, there are columns for the months from January to June. Below this is a large photograph of Pope Francis smiling and waving. To the right of the photo is the Karitas logo, which consists of a stylized green cross with a flame in the center, and the word 'Karitas' written below it. At the bottom of the cover, there are columns for the months from July to December. On the far right, there is a vertical text block that reads '2018' in large green numbers, followed by the Karitas logo and the text 'Dejavna ljubezen pomeni postati bližnji, občutiti usmiljenje ter v svojem srcu sprejeti potrebe in rane drugega. papež Frančišek.' Below this, there is contact information for Karitas Maribor and the website 'www.karitas.si'.

Ijubezen je iznajdljiva

KOLENDAR KARITAS – ZBIranJE PROSTOVOLJNIH PRISPEVKOV

Polona Šporin

Na osnovi večletnih želja mnogih župnijskih Karitas smo se 2011 na Nadškofijski karitas Maribor odločili pripraviti poseben koledar, v okviru katerega predstavimo zainteresirani javnosti bogato karitativno in humanitarno dejavnost ter pomoč Karitas v mariborski nadškofiji. Župnijske karitas ga nato posredujejo zainteresiranim po svojih župnijah in si tako s prostovoljnim – humanitarnim darom za Karitas pomagajo ustvarjati vsaj minimalen finančni temelj za samostojno delovanje župnijske Karitas.

Sodelavci in prostovoljci v mreži Karitas mariborske nadškofije so v pričujoči aktivnosti videli nove izzive. Mnoge župnijske Karitas so z odzivom presegle vsa

na obisku

KARITAS VELENJE SE PREDSTAVI

Milica Kovač

Zaključujemo šestnajstletno delo samostojne Župnijske karitas blaženega Antona Martina Slomška Velenje. Nekoč smo imeli v Velenju sedež Dekanijske karitas Šaleške doline, ki pa se je zadnja leta preselila v Šoštanj.

Danes je pri treh velenjskih župnijah Karitas organizirana le v župniji blaženega Antona Martina Slomška, od 10. aprila 2002 delujemo na Splitski cesti 13. Ne glede na organizacijsko obliko je naše poslanstvo enako: pomagamo tistim, ki pridejo in iščejo pomoč v tej ali drugačni obliki za celotno področje Mestne občine Velenje. Vendar nismo edina humanitarna organizacija, močno je prisoten Rdeči križ in organizaci-



je drugih ver (srbska pravoslavna, islamska ter razne verske sekte).

Po zelo skromnih začetkih, ko smo se z našo dejavnostjo selili po raznih garažah in začasnih prostorih, smo pred 4 leti uspeli na razpisu Mestne občine Velenje pridobiti primerne prostore za humanitarno skladišče. Dobili smo en prostor za živila in higienske potrebščine, drugi za oblačila, obutev in podobno. Prostori so lepi in odgovarjajo standardom, česar smo zelo veseli.

14

Bili pa so res težki časi, ko so se stečajni podjetji kar vrstili (Elkroj, Vegrad ...), kar je pri nas povzročilo vsak mesec daljše vrste za pomoč. V zadnjem času, ko je več možnosti za zaposlitev, se je število prejemnikov pomoči zmanjšalo, a še vedno se številka vrti okrog 200 družin ali posameznikov.

Leto, ki je za nami, je bilo uspešno pri reševanju stisk prebivalstva. Pri tem nam skrbno stoji ob strani Škofijska karitas Celje, tako z dobavo prehranskih artiklov iz evropskega sklada kakor tudi z drugimi živili, higienskimi potrebščinami, zelenjavo (paprika, krompir) ter ostalimi potrebščinami. V manjši meri pa opravimo samostojne nakupe, če se nam ponudi ugodna prilika s posebnimi popusti. Prizadevamo si, da ljudem, ki se obrnejo k nam po pomoč, ponudimo raznovrstno sestavo paketov, in ne le živila iz evropskega sklada.

V trgovinah Mercator imamo skozi vse leto pripravljen nakupovalni voziček, označen s plakatom Karitas, v katerega lahko kupec odda izdelek, ki ga je namenil kot pomoč družinam v stiski.

Prav tako smo imeli dva vikenda posebne nabirke v trgovini Hofer, prvo v pomladnem času, drugo pa v decembru. Včasih sodelavci Karitas pri tem sodelujemo osebno, takrat je nabirka še večja. Vsako stranko ob vstopu v trgovino pozdravimo in nagovorimo, kdo smo in komu dajemo. Deležni smo tudi neprimernih opazk, večkrat pa smo poplačani s pristrčno zahvalo in prijazno besedo, predvsem s strani starejših.

Drugo področje naše dejavnosti so starejši občani, običajno zakonci ali posamezniki z izredno nizkimi dohodki, prejemniki socialne pomoči, osebe z nizko pokojnino. V zadnjem času se oglašajo tudi zaposleni, največ mamice samohranilke, ki s skromno (minimalno) plačo ne morejo ali zelo težko preživijo. Pogosto se starejši zapirajo vase, se ne družijo s sosedi, so osamljeni. Tudi te vabimo na druženje v naše skupine, ki se sestajajo enkrat tedensko. Radi se vključijo v delavnice ročnih del (voščilnice, prtički ...) ali pa se pridružijo samo za razgovor in krajšanje časa.



Občasno obiščemo naše člane v Domu za varstvo odraslih, v tednu Karitas pa vsako leto pripravimo obisk s krajšo kulturno prireditvijo in skromnim obdobjem.

Mnogim pomagamo s plačilom zaostalih položnic za stanovanje. Če bi razpolagali z zadostnimi sredstvi, bi bila seveda ta pomoč še večja. Finančno pomoč praviloma ljudje v stiski dobijo le enkrat letno, izjemne primere (nesreče, požar, deložacije) obravnavamo posebej.

Vsako leto se aktivno vključimo v akcijo Slovenske karitas »Pokloni zvezek«. Mnoge osnovne šole v Velenju sodelujejo in nagovorijo učence k dobrotelčnosti. Zanimive so misli, ki jih učenci zapišejo v darovani zvezek.

Za družine, ki same ne zmorejo nakupa šolskih potrebščin, pripravimo posebne pakete. Otroci se z našo pomočjo udeležijo večdnevnega letovanja na morju ali pa vsaj enodnevnega izleta na morje.

Lani smo pripravili dobrodelni koncert in s tem obeležili 15 let naše prisotnosti v kraju. Z znanimi izvajalci (Ansambel Saše Avsenika) in ob sodelovanju sosednje župnije sv. Martina je bila prireditev zelo odmevna ter je za nas pomenila izdatno finančno pomoč. Zelo dobro je sodelovanje z lokalno skupnostjo, z Mestno občino Velenje, z osnovnimi šolami, Centrom za socialno delo in Rdečim križem.

V naše vrste si želimo privabiti mlajše člane, da bi bili z novimi močmi še bolj dejavni, domiselni in prisotni. Najlepše bi seveda bilo, če Karitas pri nas ne bi bila potrebna, a dokler se ne zgodi ta pravljica, bomo posamezniki dali na razpolago vse svoje moči. •



GREH JE ODPOVEDATI SE SREČANJU Z DRUGIM

papež Frančišek

Iz homilije za svetovni dan migrantov in beguncev 14. januarja 2018

Strahovi in dvomi, ki jih imajo tako lokalne skupnosti kot migranti, so upravičeni. A greh je dopustiti, da ti dvomi in strahovi pogojujejo naše odgovore in izbire ter povzročajo sovraštvo in zavračanje. Ko se odpovemo srečanju z drugim, se namreč odpovemo srečanju z Jezusom.

Sprejeti, spoznati in priznati drugega

Današnja Božja beseda vse vabi, da poglobimo poseben klic, ki ga Gospod namenja vsakemu med nami. Kakor Samuela (glej 1 Sam 3,3b-10.19), tako tudi nas kliče po imenu in nas prosi, naj počastimo to, da smo bili ustvarjeni kakor enkratna in neponovljiva bitja, med seboj vsi različni in z edinstveno vlogo v zgodovini sveta. V evangeliju (glej Jn 1,35-42) dva Janezova učenca vprašata Jezusa: »Kje stanuješ?«, s čimer dajeta slutiti, da je od vprašanja odvisna njuna sodba o učitelju iz Nazareta. Jezusov odgovor: »Pridita in bosta videla,« odpre za osebno srečanje, ki upošteva ustrezen čas za »sprejeti, spoznati in priznati drugega«.

Priložnost za srečanje z Jezusom Kristusom

»Vsak tujec, ki trka na naša vrata, je priložnost za srečanje z Jezusom Kristusom, ki se poistoveti s sprejetim ali zavrženim tujcem v vsaki dobi (glej Mt 25,35.43).« Jezusovo povabilo »Pridita in bosta videla« je danes namenjeno vsakemu med nami, lokalnim skupnostim in prišlekom. »Je povabilo k preseganju naših strahov, da bi lahko šli v srečanje z drugim, ga sprejeli, spoznali in priznali. Je povabilo, ki daje priložnost, da postanemo bližnji drugemu, da bi videli, kje in kako živi.« V današnjem svetu sprejeti, spoznati in priznati za prišleke pomeni »spoštovati zakone, kulturo in tradicije države, v katero so sprejeti«. Prav tako pomeni razumeti njihove strahove in bojzani za prihodnost. Za lokalne skupnosti pa sprejeti, spoznati in priznati pomeni »brez predsodkov se odpreti za bogastvo različnosti, videti potencialne in upanja prišlekov ter tudi njihovo ranljivost in strahove«.

Zaščititi, pospeševati in integrirati

Resnično srečanje z drugim se ne zaustavi pri sprejetju, ampak nas vse usmerja tudi v druga dejanja, ki so nakazana v poslanici za svetovni dan migrantov in beguncev. To so zaščititi, pospeševati in integrirati. »In v resničnem srečanju z drugim – bomo zmožni prepoznati Jezusa Kristusa, ki prosi, da bi bil slišan, zaščiten, podprt in integriran?« Kakor nas uči

evangeljska prilika o sodbi ob koncu časov: Gospod je bil lačen, žejen, nag, bolan, tujec in jetnik in nekateri so mu pomagali, drugi pa niso (glej Mt 25,31-46). »To resnično srečanje s Kristusom je vir zveličanja, ki mora biti oznanjeno in prineseno vsem, kot nam kaže apostol Andrej. Potem ko je bratu Simonu naznanil: 'Našli smo Mesija' (Jn 1,41), ga je pripeljal k Jezusu, da bi tudi on imel enako izkušnjo srečanja.«

Greh je odpovedati se srečanju z drugim, z Gospodom

Ni lahko vstopiti v kulturo drugih, postaviti se na mesto oseb, ki so tako zelo drugačne od nas, razumeti misli in izkušnje. Zato se tudi tako pogosto odpovemo srečanju z drugim ter postavimo ograde, da bi se zavarovali. Lokalne skupnosti se včasih bojijo, da bodo prišleki motili vzpostavljeni mir, ukradli nekaj od tistega, kar je bilo s težavo zgrajeno. Tudi prišleki imajo strahove: bojijo se soočanja, obsodbe, diskriminacije, neuspeha. »Ti strahovi so upravičeni, slonijo na dvomih, ki so s človeškega zornega kota popolnoma razumljivi. Imeti dvome in strahove ni greh. Greh je pustiti, da ti strahovi določajo naše odgovore, pogojujejo naše izbire, ogrožajo spoštovanje in velikodušnost, spodbujajo sovraštvo in zavračanje. Greh je odpovedati se srečanju z drugim, z drugačnim, z bližnjim, ki je privilegirana priložnost za srečanje z Gospodom.«

Vzajemna molitev

Iz tega srečanja z Jezusom, navzočim v revežu, odvrženem, beguncu, prosilcu za azil, naj izvira naša molitev. To je vzajemna molitev: migranti in begunci molijo za lokalne skupnosti in lokalne skupnosti molijo za na novo prispele in za migrante, ki so že dlje časa tukaj, je dejal papež in sklenil: »Po materinski priprošnji presvete Marije izročimo upanja migrantov in beguncev po svetu in želje skupnosti, ki jih sprejemajo, da se bomo v skladu z najvišjo Božjo zapovedjo ljubezni do bližnjega vsi naučili ljubiti drugega, tujca, kakor ljubimo sami sebe.«

Predlog za pogovor v skupini:

V skupini se pogovorite o naslednjih vprašanjih:

1. S kakšnimi strahovi bi se soočali/se soočamo, če potujemo v neznano deželo? Kaj pa, če bi se morali tam naseliti za določen čas/za vedno?
2. Kakšne strahove in predsodke imamo pred begunci? Kakšne strahove in predsodke prinašajo begunci s seboj?

Ob zaključku zmolite molitev zase, da bi zmogli kljub vsem strahovom in dvomom pravilno odgovarjati na potrebe migrantov, ter seveda za migrante, da bi se zmogli odpreti in vključiti v skupnosti, v katere prihajajo.



CARITAS

Branko Maček

V decembru in januarju se razveselim lepih želja za Božič in novo leto. Zelo se me je dotaknilo in razveselilo posebno voščilo prijateljev iz Karitas Aleksinac. Poleg ustaljenega besedila je bilo zapisano: Caritas: – vzgoja – izobraževanje – podpora – solidarnost – dostojanstvo – humanost – poslani ste.

16 V tem sem začutil celotno bogastvo Karitas – vseh, ki smo vključeni v to dogajanje. In tu smo vsi ljudje dobre volje. Tu je in to je bogastvo Človeka in Cerkve ter sveta. Vse to delamo – si za to prizadevamo in upamo, da bo to »malo seme« vzkliko in obrodi- lo bogate sadove.

Bogastvo Cerkve – Karitas ni denar, preštevanje, številke, številke, pisanje poročil ... Smo se uklonili – dali preslepiti Herodu? O ko bi se tako globoko znali prikloniti Gospodu – Karitas – Ljubezni ... Bogastvo smo ljudje s svojimi sposobnostmi in nadarjenostmi. Vsi smo nadarjeni, nihče ni nenadarjen ... Vsi imamo enako dostojanstvo, vsaka nadarjenost oziroma vsak s svojo posebno nadarjenostjo je v prid cerkvenega življenja, družbe, sveta. Karitas ni izmerljiva – se ne da prešteti. Je, ali pa je ni. Saj vemo: kjer sta Dobrota in Ljubezen – tam je Bog.

Za to se trudimo in na poseben način izpopolnjujemo v vsakem obdobju cerkvenega leta. Poklicani smo v skupnost, v mrežo Karitas. Skupaj smo na poti. Jezus ni načrtoval, da bi bilo naše življenje samotna pot. Nasprotno, močnejši smo, kadar nas obdajajo in podpirajo bratje in sestre v veri – ljudje dobre volje. Ko nam svet dopoveduje, naj bomo neodvisni in se zanašamo samo nase, nam Jezus naroča, naj se zanašamo Nanj in na druge ter vračamo podporo. Zato je učence poslal oznanjat v parih. Zavedal se je, da morajo podpirati drug drugega ter si pomagati v trenutkih šibkosti in utrujenosti. Vedel je, da potrebujejo drug drugega, da ne bodo klonili pred skušnjavo napuha ali obupali zaradi nasprotovanja in vseh težav.

Naj nas »puščice« z vseh strani ne odvrčajo od dela in življenja Karitas.

Saj je tudi nam rekel ter pravi vsak dan znova: »Hodi za menoj!« (Mr 2,14). Tako je rekel pri mitnici, ko je zagledal Levija – ki ga poznamo kot Mateja. Ni mu očital: »Slepar! Tat! Velik grešnik si. Opustil si vero in pustil na cedilu svoje ljudstvo. Zelo si me razočaral.«

Ko ga je poklical, je bil to šele prvi korak. Ni mu razkril celotnega načrta zanj. Ne, naročil mu je le, naj naredi korak od starega življenja proti novemu, ki mu ga je ponujal. Tudi nam je ponujeno novo obdobje – leto 2018.

Ko nam ne bo šlo vse tako, kot si želimo, se zazrimo v Jezusa, stopimo pred Najsvetejše – On nam bo gotovo omogočil in pokazal nov začetek.

Vsako obdobje cerkvenega leta me vprašuje: Hodim za Jezusom? Sem sočuten, ljubezniv, solidaren ...?

Praznik svetih treh kraljev pa me na poseben način uči – saj so predstavniki ljudstva –, da moram biti dober opazovalec, da ne čakam na druge in da sem pripravljen – spremeniti se. Vsako leto je pred nas postavljen ta praznik kot podoba človeka, ki išče – sočloveka, ki je njemu enak ali večji od njega. Išče človeka, ki mu bo odkril vrednote resnice, lepote, dobrote, velikodušnosti. Številni hodijo po tej poti, toda ne vsi. Mnogi vidijo le sebe, »svojo resnico in svoj prav«. Med katerimi sem jaz?

In tu je že praznik Gospodovega darovanja, praznik Luči: svečnica. Bodimo in ostanimo LUČ drug drugemu.

Hvala in Bog povrni vsem, ki ste se in se še trudite ter živite KARITAS, saj na voščilu piše:

EdukaCija

ljubAv

podRška

solldarnost

dosTojanstvo

humAnost

poSlanje

»HRANA EU«

Jana Flajs

Slovenska karitas v letu 2018 nadaljuje z razdeljevanjem prehrabnih artiklov za najbolj ogrožene osebe. Med prejemniki pomoči in slovenski javnosti je ukrep poznan kot »hrana EU«, saj Sklad za evropsko pomoč najbolj ogroženim še vedno prispeva 85 %, RS pa 15 % sredstev za nabavo hrane in izvedbo razdeljevanja ter spremljanje ljudi v stiski. Ukrep se izvaja v okviru Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti v okviru Operativnega programa za materialno pomoč najbolj ogroženim za obdobje 2014–2020.

V letu 2018 so ravno tako načrtovane tri dobave »hrane EU«, ki bo dobavljena v šest centralnih skladišč (nad)škofijskih karitas (Ljubljana, Maribor, Celje, Murska Sobota, Novo mesto, Koper) in več kot 300 razdelilnih mest. S strani dobaviteljev bodo prehrabni artikli dobavljeni v centralna skladišča (N)ŠK v naslednjih časovnih terminih:



1. dobava: 15. 1.–15. 2. 2018

2. dobava: 1. 4.–30. 4. 2018

3. dobava: 1. 9.–30. 9. 2018

V tekočem letu bodo zagotovljeni naslednji artikli osnovne hrane: **mleko, olje, moka, testenine, riž in konzervirana zelenjava v skupni teži 1.955 ton.** Vrednost pomoči ostaja enaka, razmerja med posameznimi vrstami artiklov so v letošnjem letu nekoliko spremenjena. Preostalo hrano Karitas zagotovi iz lastnih virov.

Prva in druga dobava bosta v višini vsaka po 30 %, zadnja, tretja dobava bo v višini 40 % celotne hrane za leto 2018.

Vsa hrana bo ob zaključku posameznih dobav v centralna skladišča distribuirana na razdelilna mesta Karitas, kjer bodo sodelavci, prostovoljci Karitas, poskrbeli za obveščeno uporabnikov prejema hrane.

Ob prejemu hrane iz Sklada so prejemniki pomoči deležni tudi spremljevalnih ukrepov. Le-ti se izvajajo v obliki informiranja, svetovanja, izobraževanja in različnega skupinskega dela.

Do pomoči so upravičene družine in posamezniki, ki zaradi nizkih dohodkov nimajo dovolj za vsakdanje preživetje in plačilo stroškov:

* prejemniki DSP,

- * delavci z neredno plačo,
- * zaposleni z minimalno plačo,
- * enostarševske družine,
- * upokojenci z nizkimi pokojninami,
- * brezdomci, begunci, tujci ...
- * posamezniki, ki so se zaradi nesreče ali bolezni znašli v težki situaciji
- * posamezniki in družine, pri katerih Karitas prepoznava stisko •

RADOST IN PONOS V OČEH FANTOV, KI SO ZAKLJUČILI PROGRAM SKUPNOSTI SREČANJE

Zvone Horvat Žnidaršič

Božične praznike smo v Skupnosti Srečanje praznovali s posebnim žarom in veseljem. Že cel adventni čas smo se pripravljali in v ta namen smo strokovni delavci za boljšo osebno duhovno pripravo pripravili okrožnico, ki je imela namen spodbuditi osebno in skupinsko razmišljanje o prihajajočih praznikih. Poudarek je bil predvsem na krščanskem razumevanju samega praznika in v sporočilu, da je Bog tako velik in mogočen, da se je odločil postati majhen, da bi mi postali veliki. Na to temo smo pripravili razmišljanja in pogovore tako s koordinatori v programu kot tudi z duhovnimi voditelji posameznih centrov. Praznično vzdušje in praznična atmosfera se je krepila tudi s tem, ko smo okrasili same centre, izdelovali voščilnice in pripravljali jaslice. Za mnoge člane skupnosti je bila to popolnoma nova izkušnja, za druge pa obuditev spomina na svoje družinsko življenje, ko so se kot otroci veselili in s starši praznovali božične praznike. Ker pa je bil poudarek na družinskem doživljanju praznika, je vsak center sam božič praznoval zase. Po opravljanem blagoslovu prostorov so se vsi skupaj zbrali pri skupni večerji. Posebno vzdušje, veselje, mir, srečo so nam še bolj približale jaslice, ki so nagovarjale s svojim preprostim, pa vendar globokim sporočilom. Po večerji so sledile zadnje priprave za polnočnico.

Fantje iz Čadrga, centra visoko nad Tolminom, so se odpravili na nočno romanje v župnijsko cerkev. S prižganimi baklami so prehodili skoraj devet kilometrov, da so se udeležili polnočnice. To je bil posebno veličasten dogodek tudi za tiste, ki niso verni. Še dolgo so v njihovih ušesih odmevali zvoki pesmi: »Sveta noč, blažena noč ...« Eden od fantov mi je čez kak dan zaupal, da tako lepega praznika še ni doživel in da je bilo že zaradi tega vredno priti v Skupnost Srečanje.

Naslednji dan pa smo se zbrali v Novi Gorici, ki velja za matični center Skupnosti Srečanje. 26. 12. ima v skupnosti poseben pomen, saj je to dan, ko fantje in dekleta uradno



MATERIALNA POMOČ IN SOCIALNO VKLJUČEVANJE
NAJBOLJ OGROŽENIH OSEB



DEJAVNOST SOFINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Sklad za evropsko pomoč najbolj ogroženim



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



18

zaključijo 30-mesečni program. To je velik dogodek ne samo za tiste, ki so uspešno prišli do zaključka, ampak za celotno skupnost. Stopiti na oder in prejeti diplomu »Šole življenja« je posebno priznanje in čast, ki si jo zaslužijo najbolj pogumni, najbolj vztrajni, najbolj zvesti in najbolj odločni ... To pa je tudi spodbuda za vse tiste, ki so še na tej poti. Prav tako pa je to dan veselja in sreče za tiste starše, ki skupaj s sinom končujejo del poti in jo sedaj začenejo skupaj. Prej je vsak zase opravljal program – starši in svojci doma, sin ali hči pa v skupnosti. Sedaj pa je čas preizkušnje, ko morajo skupaj preveriti svoje uspehe.

Prišlo je veliko gostov: starši, prijatelji, ostali svojci, predstavniki lokalne skupnosti in državnih ustanov ..., še celo več, kot se jih je prijavilo. Prav lepo je bilo opazovati nasmejane in srečne obraze. Ali ni to poslanstvo našega programa? Da ljudi zbližuje, da jih ponovno poveže, da so skupaj srečni in najdejo smisel svojega bivanja ...



Na naše povabilo so se odzvali člani glasbene skupine Imperij, ki so pripravili oder in ozvočenje za nastop. Kmalu je komunski zvonec povabil vse goste v dvorano. Fantje, člani posameznih centrov, so pripravili različne točke. S krajšo igro so prikazali reševanje vsakodnevnih nesporazumov v svojem centru. Drugi center je pripravil filmsko predstavitev na temo sprejema novinca. Tretji center je predstavil življenje skozi oči posameznega člana skupnosti in njegovih sposobnosti ter talentov. Vmes so člani Imperija popestrili dogajanje s svojo avtorsko glasbo, ki prisotnih ni nagovarjala le z vsebino, ampak je tudi skrbela za pozitivno vzdušje. Nato je sledil vrhunec dogodka – podelitev diplom ob zaključku Šole življenja, ki jih je letos prejelo šest fantov, ki so opravili celoten program od trideset do šestintrideset mesecev. Po končani podelitvi je mama enega od fantov imela zahvalni govor in se v imenu vseh staršev in svojcev zahvalila za vse dobro, kar so prejeli starši in njihovi otroci.

Z veseljem sem gledal fante na odru. V njihovih očeh je sijala radost in ponos. Po zaključni pesmi pa smo vsi skupaj odšli na dvorišče in nato do posebnege mesta. Tam je postavljen kip Marije. Tako kot se vsako soboto člani skupnosti zberejo pred tem kipom in meditirajo, smo se tudi tokrat vsi skupaj zbrali in opravili kratko premišljevanje ob kipu Marije. Priporočili in izročili smo te fante v Marijino varstvo. Prav tako tudi tiste, ki so ostali v programu, da bi zmogli in našli dovolj poguma in vztrajnosti. Seveda smo se spomnili tudi tistih, ki so še na naših ulicah in iščejo sebe ter svojo rešitev. •

celje

OBISK V VRBJU

Lidija Slemenšek

Na sam božični dan, 25. 12. 2017, smo zakonci iz 1. zakonske skupine Mozirje, šest parov z duhovnim vodjo g. Sandijem Korenom, obiskali brezdomce, ki živijo v Vrbju pri Žalcu in so uporabniki programa Efrem v okviru Škofijske karitas Celje. Trenutno tam živi šest moških. Vsi potrebujejo podporno namestitev s socialnim vključevanjem, saj so težje prilagodljivi in zato težko ohranijo redno najemno razmerje. Znotraj Efrema so vključeni v programe socialne aktivacije, nudijo jim tudi topel obrok na dan, bivanje in nekaj možnosti za druženje. Njihove zgodbe so različne; dva sta ločena oz. v stanju razveze zakona in s svojimi družinami zaradi različnih vzrokov nimata stikov. Eden je starejši, bolan nekdanji sezonski delavec, ki ima otroke v tujini in z njim ne želijo stika; je sam in malo umaknjen v svoj svet. Eden je nekdanji zapornik, spet drugi je

nekdanji brezdomec z ulice, ki se je sedaj pobral, prenehal piti in si skuša urediti življenje.

Božič, praznik Jezusovega rojstva, smo jim skušali polepšati s kosilom, ki smo ga zanje pripravili, in skupaj smo obedovali. Pridružili so se še štirje moški, ki so zunanji uporabniki programa Efrem in prihajajo le za uporabo kopalnice in pralnice.

Vsi smo se razveselili obiska g. škofa Stanislava Lipovška, g. Roka Metličarja, župnika v nadžupniji Laško, in predsednika Škofijske karitas Celje ter dia-





kona Matica Lesjaka, ki je letošnji novomašnik naše škofije. G. škof nas je nagovoril in blagoslovil. Skupaj smo tudi zapeli. Obiskani so prejeli tudi simbolična božična darila, ki so jih bili zelo veseli.

Bil je prijeten popoldan. Upamo, da smo prižgali vsaj malo svetlobe in upanja za življenje. Mi smo se vsekakor prijetno počutili, ker smo lahko nekemu nekaj podarili. Svoj čas in dobro delo. Bogu hvala! •

»Božič, največji družinski praznik, je bil letos pravo presenečenje. Kosilo v prijetni družbi prijaznih ljudi. Obiskal nas je tudi celjski škof msgr. Stanislav Lipovšek, ki je poleg prisotnosti poskrbel tudi za obilico dobre volje. Vsem je dal vedeti, da v nesreči nismo sami. Iskrena hvala Karitas in vsem dobrim ljudem za pozornost, dobro voljo in odlično kosilo. Bog vam povrni.«

Danijel

»Ob povabilu ŠKC na družabno božično kosilo, ki ga je organizirala in pripravila zakonska skupina iz Mozirja, ne bi o hrani, temveč o vzdušju, domačnosti. Prekrasno, z besedami se ne da opisati; molitev, pesem, g. škof – solze sreče. Iskrena hvala vsem Vam, ki še pomislite na nas izgubljene, nas osrečite, nam vlijete upanje na prihodnost.

Bilo je nepozabno. Še enkrat velika hvala.«

Marjan

DREVO KARITAS

Metka Šumej

Kot se za začetek leta spodobi, smo tudi leto 2018 pričeli s klavzuro – s skupinskim strateškim načrtovanjem za novo karitativno leto. Naše delo, naše poslanstvo, cilji in želje? Prepletanje misli o delu v preteklem obdobju, za boljše delo v prihodnje ... Poglobljeno in praktično smo se ob pomoči skupinske dinamike dela lotili ob usmerjanju generalnega tajnika Mateja Pirnata.

Pred sabo smo imeli velik plakat, na katerem je bilo narisano drevo s koreninami, deblom in vejami. Najprej smo se posvetili koreninam in nanje zapisovali tisto, kar za naše delovanje pomeni temelj, od koder črpamo, iz česar rastemo. Nato smo se osredotočili na deblo. Nanj smo zapisali besede, ki nam predstavljajo trdnost, oporo, obliko našemu delu. Vse tisto, kar je naša moč, čvrstost in naša obramba.

V krošnji drevesa smo najprej veje popisali z mislimi, kam vse segamo, se raztezamo, katera so področja našega dela, kaj so za nas žive, sočne veje, naši nežni poganjki. Nismo pozabili tudi na suhe veje, ki so že tudi odpadle. Na veje smo nato pritrdili liste, ki predstavljajo tisto, kar dihamo, okolje, v kakršnem

živimo, kaj nas povezuje, s kom sodelujemo, kdo so naš zrak, naša hrana, kdo nas maje, kaj pada z nas v okolico. V krošnji drevesa so tudi cvetovi in sadeži. V taki prisposodbi smo zapisovali in nato prilepili vse, na kar smo ponosni, kar je prijetnega,okusnega, kar puščamo in dajemo ljudem okrog sebe, kar so naši prijetni vonji.



Na drevesih se pojavljajo tudi škodljivci, Zato smo iz papirja izrezali drobne črve in nanje napisali vse tisto, kar nam škodi, nas ovira, kar nas ogroža in pomeni nevarnost za naše delo, česar se moramo bati, kar nas najeda in slabi našo moč in obrambo.

Tik pred koncem smo dodali še dežne kaplje, ki dajejo našemu drevesu krepčilo, da ne usahnemo, da se ne osušimo. Zapisali smo tudi kaj si želimo in kaj bi radi prejeli. Torej vse tisto, s čimer bi zalivali naše drevo.

Na koncu smo na drevo narisali še vsak po eno živalco in se nanjo podpisali.

Takšna oblika dela je drugačna od običajne, vsakodnevnne, predvsem je učinkovita in družabna. Je simpatičen način dela, ki ti dopušča svobodo, prostor ob določeni temi. Zapišeš ideje, misli, ki se ti porajajo. Drevo, ki smo ga skupaj oblikovali, ima močno simboliko za okvir, v katerem delujemo. V letošnjem letu bomo skupaj z vsemi sodelavci Karitas v celjski škofiji ob tem našem drevesu razmišljali o pravičnosti in rodovitnosti našega dela. •



koper

POSEBEN ČAS VESELJA ZA OTROKE

Tatjana Rupnik

Decembrski čas v programu Popoldan na Cesti

Tudi v našem programu se je decembru marsikaj dogajalo. Mesec december smo pričeli z adventnimi delavnicami v Kamnjah, na Slapu in v Vrhpolju. Odziv je iz leta v leto večji, a tudi venčki so iz leta v leto lepši. Kmalu je bil tu dobri mož sv. Miklavž, ki je naše otroke in prostovoljce obdaril. Veselje v otroških očeh je bilo v teh dneh nepopisno. Pred Božičem so naše otroke razveselili tudi skriti darovalci pri projektu »Božiček za en dan«. Skrbno pripravljenih daril so se otroci zelo razveselili. Hvala vsem organizatorjem te akcije.

Ker se je zelo hitro bližal božični čas, smo morali biti v Vrhpolju kar pridni, saj tradicionalno že četrto leto pripravljamo Božično zgodbo. Vaje so potekale dvakrat tedensko in otroci so komaj čakali, da se pokažejo staršem v vlogi igralcev. Ko je prišel sveti večer, je bilo v zraku čutiti malce nervoze, predvsem pa veliko veselja, da se bo v hlevčku ponovno rodil Jezus. Dvorana v Vrhpolju je bil v hipu polna, počakali smo še našega župnika Janeza in zgodba se je lahko začela. Na začetku smo prikazali, kako je angel prišel oznanit Mariji, da bo spočela sina, nato, kako sta Marija in Jožef iskala prenočišče, potem so prišli na vrsto pastirji, ki so se po oznanilu angela odpravili n pot. Ko so prišli pred hlevček, je vsak izmed pastirjev nekaj podaril novorojenemu Božjemu otroku. Zgodba se je zaključila z voščilom in vsi skupaj smo se ob petju ljudskih božičnih pesmi preselili v cerkev, ker smo imeli sveto mašo. Jožef in Marija sta Jezusa položila v jasli, pastirčki in angeli pa so se postavili okrog cerkvenih jaslic. Vesela sem, da je bila cerkev polna otrok. Na koncu smo si vsi voščili blagoslovljene praznike in odšli blagoslovit še vsak svoj dom. Po Božiču smo v Vrhpolju imeli božično-novoletno delavnico, kjer smo pekli piškote. G. Janez nam je z veseljem

odstopil kuhinjo in verjamem, da je vonj po sveže pečenih piškotih ostal v hiši še kar nekaj časa.

Tudi v programu na Slapu in v Šempetru so izvajali počitniške aktivnosti za otroke. December je minil, kot bi mignil, mi pa pridno nadaljujemo s svojimi aktivnostmi.



»Pridne otroke že od nekdaj rad obdaruje sveti Miklavž. Nekaj najbolj pridnih se ob ponedeljkih in sredah srečuje v Pivki, kjer se marljivo učijo in ustvarjajo čudovite stvari. Na njegov god, v sredo, 6. Decembra, smo se zbrali v učilnici in med pisanjem domače naloge in učenjem vsak šum pripisali njegovim stopinjam. Prostovoljke so otroci, verjetno v strahu, da bi naleteli na Miklavževo peklenko spremstvo, poprosili, naj gredo preverit, da ni kje pred vrati. Pa ga ni bilo. A smo skupaj nekajkrat zaklicali njegovo ime, pa je prišel. Lepo nas je pozdravil, nam povedal, da je prejel naša pisma, in nas celo pohvalil za lep opis in izraženo skromnost. Kljub svoji starosti si je natančno zapomnil, kaj vse smo si zaželeli. A pojasnil nam je, zakaj nekaterih zelenih izdelkov ni v vreči z darili. Vse skupaj nas je namreč opomnil, da se materialne stvari lahko pokvarijo, da hitro tudi zastarijo. Poleg vreče s sladkarijami in šolskimi pripomočki, ki jo je pripravil za vsakega od nas, nam je tako podaril nekaj, kar veliko bolj potrebujemo. Naročil nam je, naj, ko pridemo domov, močno objamemo svoje starše in jim povemo, da jih imamo radi. Na ta način bomo z ljubeznijo zapolnili svoje in njihovo srce, to pa je najlepše darilo. Ko je vsakemu posebej stisnil roko, izročil darilo in namenil nekaj lepih besed, se je moral navaditi tudi na to, da smo se na njegov prihod pripravili. Otroci so namreč tudi za svetega Miklavža pripravili darila. Na pot proti domu se je tako odpravil z novo vrečo, polno risbic, zapisanih lepih želja in celo kipcem Jezuščka.

A tudi v Trnovem v Ilirski Bistrici nismo od muh! Sveti Miklavž ve, da smo ravno tako pridni, zato je tudi tam otroke in prostovoljce obdaril s pripravljenimi da-





rili. Mi pa smo se odločili, da razveselimo stanovalce Doma starejših občanov Ilirska Bistrica, zato smo se odzvali povabilu in sodelovali na decembrskem medgeneracijskem srečanju. Potem ko smo se z g. župnikom Stankom Fajdigo pogovarjali o adventnem času, ki je čas pričakovanja in hrepenenja, smo skupaj s stanovalci in ostalimi prostovoljci Karitas izdelovali lese- snežene može. Opremljeni s klobučkom in šalom bodo sneženi možje kljubovali tudi toplim sončnim žarkom in odjugi, zato nas bodo še dolgo spominjali na lep popoldan, ki smo ga ob ubranem petju in skupnih aktivnostih preživeli z zavedanjem, da vsakdo od nas potrebuje tople stiske roke in lepo besedo.«

prostovoljka Mihaela Kukolj •

PRAZNIČNO VZDUŠJE

David, uporabnik programa Vrtnica, TS Truške

Prazniki v terapevtski stanovanjski skupnosti programa Vrtnica v Truškah

Življenje je podobno blisku, oba namreč hitro mineta. Zato ne preseneča dejstvo, da imajo ljudje že od nekdaj še posebej v čisljih prazničnih dneh. Slednji so bolj sproščeni od običajnih, delovnih dni, namenjeni počitku in zabavi ter regeneraciji telesa in duha pred izživljenimi, ki jih pred nas vedno znova postavlja življenje.

Tudi v programu Vrtnica, ki omogoča socialno rehabilitacijo osebam s težavami zaradi zasvojenosti z alkoholom in deluje v okviru Zavoda Karitas Samaritan, se je v iztekajočem se decembru leta 2017 čutil praznični utrip. Da se nepreklicno bliža praznični konec leta, so nas uporabnike že na začetku lanskega decembra prijazno spomnili strokovna vodja programa in laična terapevta. S praktičnimi darili in spodbudnimi mislimi so nas namreč razveselili že ob prihodu prvega od treh decembrskih dobrih mož – sv. Miklavža.

V nadaljevanju meseca decembra smo v naši skupnosti v Truškah ob vsakodnevnih obveznostih, ki jih za uspešno rehabilitacijo nalaga program, našli čas tudi za dejavnosti, ki jim je adventni čas oz. skriv-

nostno obdobje pričakovanja tudi namenjeno. Med drugim smo izdelovali praznične čestitke, oblikovali priložnostna darila ter celotni skupnosti nadeli praznično podobo. Tako je zasijala v soju prižganih sveč na adventnih venčkih, kasneje pa v barvitosti božičnih drevesc in simboliki postavljanja jaslic. Dišalo je tudi po prazničnih dobrotah, ki smo jih pripravili.

Dogajanje v nas in okrog nas je v teh dneh minevalo tudi v dialogu s samim seboj. Razmišljali smo o življenju in našem mestu v njem, poglobljali odnose z drugimi ljudmi, se spravili sami s seboj in roko prijateljstva ponudili tudi drugim. Praznično vzdušje je prevevalo tudi spoštovanje preteklosti in ohranjanje starih navad, ki so nam jih kot neprecenljivo dediščino zapustili prejšnji rodovi.

Božično praznovanje smo tako zaokrožili na sveti večer, ko smo odšli k polnočnici v bližnjo cerkev.

Že dan prej pa smo lahko uživali tudi v prazničnem zborovskem petju. V cerkvi sv. Kancijana in tovarišev mučencev je namreč Mešani pevski zbor Obala Koper pripravil božično-novoletni koncert. Pevsko-glasbena poslastica, poimenovana Tiha zemlja, je dodobra ogrela dlani nas obiskovalcev, na obraze nastopajočih, ki so izvedli zlahten praznični program, pa privabila zadovoljstvo. Tako smo se še enkrat lahko prepričali, da petje in glasba ljudi ne le združujeta, pač pa tudi neizmerno bogatita.

Uporabniki programa Vrtnica smo bili združeni tudi ob vstopu v leto, v katerega smo že krepko zakorakali. Ob srčnem stisku roke in izrečenih dobrih željah smo v novo leto praznično vstopili s prijetnimi pričakovanji. Prepletli smo jih z brezčasnimi in trajnimi vrednotami – ljubeznijo, dobroto, sočutjem in skrbjo za sočloveka –, ki naj jih bo tudi v prihodnje deležen vsakdo, ki nam ga življenje pripelje naproti. •

Ijubljana

HVALEŽNI ZA NOVA ZNANJA IN SPOZNAVANJA

Berta Stražišar in Tatjana Lužar

Izobraževalno srečanje sodelavcev župnijskih Karitas v Antonovem domu

Škofijska karitas Ljubljana je v soboto, 13. januarja 2018, organizirala izobraževalno srečanje za tajnike in sodelavce župnijskih Karitas, ki je potekalo v Antonovem domu v župniji Ljubljana Vič. Do zadnjega kotička napolnjeno dvorano vestnih, dobrosrčnih, prijaznih, mlajših ter starejših prostovoljcev župnijskih Karitas je pozdravil in nagovoril naš predsednik g. Marko Čizman. Poudaril je, da uporabnikom naših storitev lahko





pomagamo in svetujemo le, če smo sami sproščeni, umirjeni, poučeni, empatični, neobremenjeni ter dobrega in toplega srca.

S prisrčnim nastopom so nam začetek našega dela polepšali otroci iz folklorne skupine KUD Židan parazol. Sledilo je predavanje dr. Andreje Poljanec z naslovom: *Ločevanje med lastno in tujo odgovornostjo* (kako čim bolj kvalitetno živeti z ljudmi z osebnostno motnjo in ob tem ohraniti čustveno ravnovesje).

Da bi lažje razumeli neprimerno vedenje nekaterih naših uporabnikov, nam je predavateljica predstavila in nas seznanila z značilnostmi osebnostnih motenj. To so motnje, pri katerih se kažejo spremembe razpoloženja, mišljenja ali vedenja. Nastanek osebnostnih motenj je lahko biološki, kot so stres, odnosi ... Duševne bolezni pa so kombinacija fizičnega in psihičnega delovanja.

Osebnostne motnje so skrajno poudarjene nesprejemljive osebnostne poteze neprilagodljivih ljudi, zaradi katerih mišljenje, čustvovanje in vedenje povzroča težave v odnosih z ljudmi na vseh nivojih. Gre za trajni vzorec razmišljanja, sporazumevanja in dojemanja sebe, drugih in okolice, ki se kaže v različnih socialnih in medosebnih situacijah.

Najpogostejše osebnostne motnje so: tesnobne motnje, motnje razpoloženja, odvisnost, motnje hranjenja, motnje spanja, psihične motnje (velikokrat se te medsebojno prepletajo), motnje razpoloženja (depresija, bipolarna motnja ...), tesnobna motnja (panična motnja, socialna fobija, stresna motnja ...).

Osebnostne motnje se pojavijo ob seštevku več vzrokov: genetske predispozicije, vpliv okolja in medsebojni odnosi. Lahko so posledica poškodbe možganov ali bolezni. Slika normalno delujočih možganov se močno razlikuje od slike možganov ljudi z osebnostno motnjo. Lepo in razumljivo je bilo na projekciji predstavljeno, da nekateri deli možganov preprosto ne delujejo in nimajo energije.

Osebnostne motnje delimo na več skupin. Prva skupina so tako imenovane čudaške – ekscentrične motnje. Paranoidna osebnostna motnja se kaže v pretirani sumničavosti, nenadzorovani jezi, sovraštvu, hudobnih naklepih, nezaupanju. Za shizoidno motnjo je značilen umik iz socialnega okolja, omejeno čustvovanje. V drugo skupino sodijo dramatične motnje, kot so: antisocialna, za katero je značilno nespoštovanje; narcistična, ki se kaže v kršitvi pravic drugih, samopoveličevanju, pretirani potrebi po občudovanju; histričnična motnja se kaže v pretirani čustvenosti oziroma v iskanju pozornosti; mejna osebnostna motnja je zelo pogosta v kombinaciji s katero od duševnih motenj, kaže pa se v nestabilnih odnosih, afektih, slabi kontroli impulzov, nestabilni samopodobi.



V tretjo skupino spadajo tesnobne motnje: izogibajoča motnja, za katero je značilna socialna zavrtost, preobčutljivost za negativno oceno drugih; obsesivno-kompulzivna motnja se izraža v pretirani skrbi za red, popolnost, premalo prožnosti in učinkovitosti; odvisnostna motnja pa se kaže v pretiranem strahu pred ločitvijo, pretirano oklepajočem vedenju.

Na delavnicah, ki so sledile, smo se pogovarjali o pogledih na naše »težavne« uporabnike. Skupno nam je bilo spoznanje, da take uporabnike pozorno poslušamo, smo z njimi previdno prijazni, se ne spustimo v prepir, da njihovih izpadov, negodovanja, celo zlobnosti ne jemljemo osebno. Zavedati se moramo, da mi v dani situaciji nismo naredili ničesar narobe in je njihovo obnašanje posledica bolezni, za katero trpijo. Jasno jim moramo postaviti meje.

Hvaležni smo za nova znanja in spoznanja, ki nam bodo pri delu z uporabniki in v osebnem življenju še



Osebnostne motnje

- **Čustvene:**
- Paranoidna:** miselnost, sumničavost, izredno občutljivost za kritiko
- Shizoidna:** umik iz socialnega okolja, omejeno čustvovanje
- Shizofrenična:** visoka občutljivost, popadki, čustveno vrtenje
- **Dramatične:**
- Antisocialna:** brezskrbnost, krivice pravih drugih
- Narcistična:** samozveličevanje, potreba po občudovanju, odvisnost od pozornosti
- Histričnična:** pretirna čustvenost, izkorenjeni posebnosti
- Mejna:** nestabilni odnosi, samozloba, občutki, slaba kontrola impulzov
- **Stresne:**
- Izogibajoča:** strah, zavrtost, preobčutljivost za neg. oceno drugih
- Obsesivno-kompulzivna:** pretrana potreba za red, popolnost, premalo prožnosti in učinkovitosti
- Odvisnostna:** pretirna občutljivost, oklepajoče vedenje



kako prav prišla. Zaradi razkritja in pogovorov o osebnostnih motnjah bomo gotovo lažje prepoznali uporabnike s takimi in podobnimi težavami. Lažje jih bomo razumeli, sprejemali in jih obravnavali kot bolnike.

Vtisi udeležencev izobraževanja:

Predavanje in delavnica sta vsekakor dosegla svoj cilj. Sodelavci Karitas smo spoznali, da določeni tipi osebnosti potrebujejo različne poglede oz. obravnavo. Vsak udeleženec je lahko v značilnostih spoznal tudi delček sebe, seveda ne v bolezenski obliki.

Iva Debenec

V delavnici smo zelo natančno opisali nekatere izkušnje, ki jih imamo z uporabniki, za katere menimo, da imajo mejno osebnostno motnjo.

Opozorili pa so tudi na to, da pripovedi težav uporabnikov lahko nas prostovoljce zelo obremenijo, da o njihovih težavah razmišljamo tudi doma. Ugotovili smo, da se je treba držati pravila, da problem tam, kjer je bil izrečen, tudi ostane. Vsekakor pa si moramo vedno določiti meje, da zaščitimo sebe, in to velja za vse uporabnike, pri tistih z mejno osebnostno motnjo pa še posebej. Pomembna je tudi molitev za razbremenitev bremena, ki si ga nehote naložimo. Vedno pa je treba tudi delati na sebi. K temu vsekakor pripomorejo tovrstna predavanja in delavnice.

Tomaž Marolt

Predavanje je preseglo moja pričakovanja. Izjemno uporabno, ne le za področje osebnostnih motenj, temveč za vse redne in povsem običajne težave, s katerimi se pri našem delu vsakodnevno srečujemo. Verjamem, da bremenijo vsakogar (prej ali slej).

Všeč mi je bilo tudi delo v skupini. Govorile smo o svojih občutkih ob zanimivi vaji v parih, ko smo ob opisovanju našega doživljanja dneva morale izpuščati besede IN in KO. Kar malo stresno, haha ... Naša voditeljica Alenka nas je potem razdelila v manjše skupine, kjer smo si izmenjale izkušnje komunikacije z našimi uporabniki, pri katerih smo prepoznale znake osebnostne motnje. Kljub temu da smo iz predavanja potegnile nekaj novih pogledov in razumevanja do ljudi z mejno osebnostno motnjo, pa smo zaključile, da v bodoče v komunikaciji z njimi ne bi ravnale bistveno drugače kot doslej in da so nas izkušnje nekako vodile v pravo smer delovanja oziroma ravnanja.

Olga Kopitar

Zanimivo, izredno plastično prikazano predavanje dr. Andreje Poljanec me je ves čas spodbujalo k razmišljanju.

Delavnice so posebna zgodba. Delo v parih, delo v malo večjih skupinah, izpolnjevanje vprašalnika, razmišljanje, kaj obkrožiti, se ali se ne strinjam z določenimi trditvami ...

V parih prvi ni smel uporabljati besede IN, drugi ne besede KO. Kljub vsej pozornosti, da ne bi uporabljala besede IN, se ji nikakor nisem uspela izmuzniti. Olga je moje »spodrsaljaje« vestno beležila. Po končani vaji sem se zamislila in se spraševala, kako poslušam naše prosilce in kaj slišim, predvsem pa, kako govorim z njimi.

Naši prosilci (tudi ljudje z mejno osebnostno motnjo) znajo biti prav posebni. V skupini smo posebej izpostavili narcisoidnost, alkoholizem in izsiljevanje pri dodeljevanju pomoči. Kako se počutimo pri našem delu? Včasih smo nemočne, jezne in izigrane, kljub vsem našim naporom pomagati ljudem v stiski.

Špela Čuček •

maribor

POMOČ IN OSKRBA STAREJŠIH, BOLNIH IN INVALIDOV V DOMAČEM OKOLJU

Polona Šporin

V Nadškofijski karitas Maribor smo jeseni nadaljevali z usmerjenimi in bolj poglobljenimi izobraževanji. Na treh lokacijah, v Slovenj Gradcu, Mariboru in na Hajdini, smo v času od oktobra 2017 do januarja 2018 pripravili izobraževanje z naslovom Pomoč in oskrba starejših, bolnih in invalidov v domačem okolju.

V tretjem življenjskem obdobju je posameznik še posebej občutljiv za njemu primerno ravnotežje med tem, da je neodvisen in samostojen, ter tem, da je sprejet pri svojcih, drugih ljudeh in ustanovah. To ravnotežje se hitro zamaje, če star človek zboli, se poškoduje ali se mora preseliti iz svojega okolja.

Sodelavce ŽK smo želeli opolnomočiti za nadaljnje kakovostno delo pri Karitas, jih opremiti z znanji in veščinami ter uporabnimi informacijami in izkušnjami,





24

kako nuditi konkretno pomoč starejšim, bolnim in invalidom v domačem okolju, da bi z redno organizirano pomočjo v domačem okolju starejšemu, bolnemu ali invalidnemu posamezniku pomagali ohraniti zadovoljivo duševno in telesno počutje ter samostojnost, da tudi v času bolezni, ko potrebuje drugačno oskrbo in nego, ostane (čim dlje) v svojem domačem okolju. Tako lahko pomagajo tudi obremenjenim, zaskrbljenim svojim.

Predavanja, ki se jih je udeležilo 94 sodelavcev ŽK, je vodila prizadevna prostovoljka v ŽK Negova Suzana Divjak, mag. zdr. nege. •

DOMSKI PEVSKI ZBOR DOMA SV. LENARTA

Žan Jerenko

Zaposleni v domu se zelo trudimo za aktivno preživljanje prostega časa stanovalcev. Skrbimo za razvedrilo in koristna dela in s tem zapolnujemo njihov čas. Stanovalci v našem domu zelo pozdravljajo vsako noviteto, pa naj bo ta razvedrilna, poučna, terapevtska ali motivacijska. Tako so stanovalci topló pozdravili tudi idejo o ustanovitvi domačega pevskega zbora, ki je z vajami pričel jeseni leta 2016. Prvi javni nastop je bilo petje pri polnočnici 2016, ko smo s petjem slovesno obogatili bogoslužje in marsikateremu prisotnemu obudili spomine na domače prazno-



vanje. Čez nekaj dni smo nastopili v našem dnevnem centru, kmalu zatem pa še v Veliki Polani, kjer smo v Domu Danijela Halasa pripravili koledniški nastop. V februarju smo prešerno nastopili na proslavi za kulturni praznik, sredi meseca pa še pri sveti maši ob obletnici blagoslovitve Doma. Marca smo se v mariborski stolnici predstavili na plenumu Nadškofijske karitas Maribor. Ob materinskem dnevu smo nastopili v Domu kulture Lenart. Aprila smo zapeli na odprtju likovne razstave. V juniju smo se predstavili poslušalcem na tradicionalnem domskem pikniku. Za čas počitnic smo zaključili s pevsкими vajami. Na predvečer Marijinega vnebovzvetja so se nekateri pevci udeležili romanja na Ptujsko Goro. V septembru smo ponovno pričeli z vajami in pripravami na nastopa, ki sta se že hitro bližala. S petjem smo obogatili program ob odprtju razstave Umetniki za Karitas, 3. oktobra smo zapeli na literarnem srečanju. Zapeli smo na polnočnici in blagoslovitvi jasic v avli. Tako pestro smo preživljali prvo leto našega zavzetega dela, vaj in nastopov.

Prepevamo cerkvene, ljudske in narodnozabavne pesmi. Pevske vaje imamo v kapeli doma, večinoma v večernih urah. Naš pevski zbor s petjem popestri mnoge prireditve, razstave in proslave v domu, izven doma ter v cerkvah. Zelo smo veseli, da se ob naših pevskih nastopih zbere toliko stanovalcev ter ostalih udeležencev, ki jim petje nekaj pomeni! Osebnostno se zahvaljujem vsem za tako točno in številčno udeležbo na pevskih vajah. Posebno zahvalo in priznanje pa vsi pevci našega zbora izrekamo vodji zbora Žanu. Hvala za potrpljenje in ves trud. Bog nam vsem daj še veliko zdravja in dobrega glasu.

Anica

Člani se zelo radi udeležujemo pevskih vaj, po katerih ne manjka tudi nastopov. Teh smo imeli že kar nekaj, tudi izven doma. Ob večjih cerkvenih praznikih pojemo tudi v kapeli. Upamo, da nam bo uspelo še veliko lepih nastopov. Volja je in seveda tudi želja. Želim si, da bi bil naš vodja še naprej tako požrtvovalen.

Mirko

Jaz, ki ne vidim, sem še malo v težji situaciji od drugih. Največja težava je v tem, da ne vidim besedila pesmi. Srečo imam, da veliko pesmi znam, in to mi omogoča, da vztrajam pri zboru. Mene osebnostno spremlja pesem od otroštva naprej. Moj ata so imeli radi mlade ljudi, in ko so se ti zbrali pri nas doma, smo vedno prepevali. Res je lepo prepevati, to čutimo tudi vsi v zboru. Ko odhajamo s pevske vaje, se boljše počutimo. Petje nam ogreje telo in srce. Naše ljudske pesmi nam še posebej odprejo srca, saj se iz njih čuti večnost našega naroda.

Antonija •



PRAZNOVANJE OSEBNIH PRAZNIKOV

Polona Šporin

V Domu sv. Lenarta dajemo praznikom posebno mesto, praznujemo osebne praznike in praznike skupnosti.

Poleg državnih in cerkvenih praznikov, šeg in običajev redno enkrat mesečno za stanovalce pripravimo praznovanje rojstnih dni. Slavlence postrežemo s torto, vinom in kavo. Da je praznovanje bolj slovesno, jim tudi zapojemo. Praznovanja se udeležijo tudi zaposleni iz strokovnih služb in direktor, ki jim izreče voščilo. Takrat je čas za sproščen klepet, veselje in smeh. Tako, kot se za praznike spodobi.

Januarja 2018 je bilo praznovanje prav posebno, saj je bila med slavljenkami tudi 103-letna ga. Marija Arih, ki se za svoja leta prav dobro drži. Ko sva jo na njen praznik obiskali z vodjo zdravstvene nege, sva jo našli ob srebanju kavice in branju časnika Večer. Bistra in dobro razpoložena nama je povedala, da bi še želela nekaj časa živeti, da bi videla, kako rastejo in se razvijajo njeni pravnuki in kako se ta svet vrti. •

»VSI RAZLIČNI, VSI ENAKI«

Karmen Fridrih

V mesecu decembru smo v VDS Čebela skupaj z nekaj zaposlenimi iz podjetja GKN Driveline Zreče na njihovo pobudo izvedli socialni projekt, ki je potekal pod geslom »Če hočeš videti, moraš gledati s srcem – vsi drugačni, vsi enaki«.

Zaposleni na različnih delovnih mestih so se skupaj z varovanci udeležili delavnice. Imeli so možnost dopoldan preživeti v naši sredini, spoznati »drugačne« ljudi, začutiti utrip življenja v naši skupnosti in nazadnje spoznati, kaj vse v življenju jemljemo kot pomembno, pa ni. Dostikrat šteje le to, da se usedemo in si vzamemo čas za sočloveka, ker namreč živimo v času, ko vsi samo drvimo en mimo drugega.

Skupaj z varovanci so zaposleni delali odtise rok na papir in jih potem združili na skupnem plakatu. Dokončan plakat je bil odraz tega, da smo vsi enaki. Varovanci in zaposleni iz podjetja GKN Driveline so pri delavnici zelo uživali. Nekateri so se nasploh prvič srečali s takšnim delom in »drugačnimi« ljudmi. Nekateri zaposleni so izrazili željo in pomagali pri hranjenju varovancev.

Kot presenečenje pa je za naše varovance pripravil predstavo čarodej Andrej. Ob njegovih trikih smo se vsi prisrčno nasmejali, obenem pa se spraševali, kako mu to uspe. Za varovance je bilo najlepše darilo, ko jim je ob zaključku naredil živalce, rože, sablje ... iz balonov.

Ob preživetem dnevu lahko rečem le to, da popolnoma drži, da če hočemo videti, moramo gledati s srcem. Dostikrat naredimo več, kot je od nas zahtevano, pa drugi tega ne opazijo. A na koncu šteje le to, kaj ob narejenem čutimo v sebi. Največje plačilo za nas pa so seveda zadovoljni obrazi varovancev. •





murska sobota

ČETRTO LAZARJEVO KOSILO

Jožef Kociper

Lazarjev dom, za katerega je Škofija Murska Sobota pred štirimi leti odstopila prostore v pritličju, nudi streho nad glavo spletu socialnovarstvenih in humanitarnih programov. Ob Ljudski kuhinji so tam zdravnik pro bono, odvetnica pro bono, svetovalnica za odvisnike, pralnica, tuširnica, svetovalnica za žrtve nasilja, pomoč brezdomcem, socialno vključevanje, izvajanje družbeno koristnega dela, terapevtsko-logopedska pomoč, nenazadnje pa tudi stičišče dveh materinskih domov.

Da lahko vsem tem ljudem v stiski lahko odpremo Lazarjeva vrata, pa se moramo zahvaliti mnogoterim inštitucijam. Na vsakoletnem Lazarjevem kosilu se želimo srečati z ljudmi, ki nam zaupajo in nas tudi materialno ali finančno podprejo, predvsem pa s strokovnjaki pro bono, prostovoljci v Lazarjevem domu in zaposlenimi na Škofijski karitas Murska Sobota.



Hvaležni smo, da so se tudi tokrat na naše povabilo odzvali najodgovornejši za socialno na Mestni občini Murska Sobota, Centru za socialno delo Murska Sobota, predstavniki velikih donacij za najšibkejše ter deset prostovoljcev iz Župnijske karitas Murska Sobota z g. župnikom na čelu.

Na začetku je vseh 36 udeležencev slikovito predstavil in pozdravil predsednik Škofijske karitas Murska Sobota Jože Hozjan. Gospod škof msgr. dr. Peter Štumpf je z izbrano molitvijo duhovno nagovoril tudi ljudi druge vere in neverujoče z ljubeznijo pripravljenim jedem dodal še Božji blagoslov. V svojem nagovoru pa nam je sporočil, da le s ponižnostjo lahko vidimo in slišimo sočloveka v stiski. Prav zato se naj vsakodnevno urimo v tej veščini.

Po kosilu so sledili pozdravi gostov. Prvi pozdrav je pripadel novemu generalnemu tajniku Slovenske karitas mag. Cvetu Uršiču, nato odgovornima za socialo na Mestni občini Murska Sobota mag. Rofini Bernjak in mag. Darji Kadiš, direktorici Centra za socialno delo Murska Sobota mag. Nataši Meolic in njihovi st-

rokovni delavki Andreji Vrbančič Čeh. Še posebej pa smo bili veseli pozdravov naše odvetnice pro bono ge. Simone Horvat, prav tako predstavnikov donatorjev Elektra Maribor Boštjana Rousa in Proconija, d. o. o., Staša Sukiča.

V imenu prostovoljcev je gostitelje pozdravil stolni župnik Goran Kuhar, ki je bil tudi na samem odprtju Lazarjevega doma ter med pionirji pri vsakodnevni pomoči v Ljudski kuhinji. Za zaposlene je zahtevno delo v Prvem pomurskem materinskem domu predstavila vodja Vlasta Glavač. Zakaj je hrana v Ljudski kuhinji tako dobra in okusna, pa nam je obrazložila s. Martina Golavšek, direktorica Miklavževega zavoda. »Pri nas v kuhinji jo kuharice pripravljajo z ljubeznijo, predvsem pa se kuharice veliko smejejo in se zelo dobro razumejo med seboj, ko jo kuhajo.«

Skupni imenovalec oziroma misel vseh udeležencev na četrtem Lazarjevem kosilu bi lahko bila: »Lepo mi je pri srcu, da sem lahko z vami na Lazarjevem kosilu v tem prečudovitem Lazarjevem domu. Ko stopim čez prag v Lazarjev dom, občutim neko posebno toplino, telo se mi pomiri, nepotrebne skrbi me zapustijo. Počitim se ponosnega, da sem skupaj z vami, predvsem takrat, ko ste tako ponižni do teh ljudi v velikih stiskah.«

Spoštovani prijatelji Lazarjevega doma, hvala vam za vašo nesebično pomoč, podporo in vsakodnevno toplo misel, ki jo namenite nam in našim obiskovalcem v domu.

Veselimo se že vašega snidenja na petem Lazarjevem kosilu v drugem tednu leta 2019. •

ново mesto

KRALJA, KI PRIHAJA, PRIDITE, MOLIMO!

Ana Pavlakovič

Adventna duhovna obnova za sodelavce Karitas

Sodelavci župnijskih Karitas smo se v lepem številu zbrali v župnijskem domu v Šentjerneju na adventni duhovni obnovi, ki jo je organizirala ŠK Novo mesto.

Po uvodnem pozdravu in nagovoru predsednika ŠKNM Cirila Murna je duhovno obnovo vodil župnik iz Cerkelj ob Krki g. mag. Janez Žakelj. Za umiritev in sprostitve ter zbranost naših misli nam je najprej prebral molitev, nato smo skupaj zapeli adventno pesem, poslušali odlomek iz Svetega pisma in zmolili očenaš.

Nato nas je nagovoril g. Janez z besedami: »Tisti, ki veliko delate dobra dela, tako kot delate vi prostovoljci Karitas, ste roke Cerkve. Po svojem delu dosegate tolažbo. To delo je delo Božje volje in Bog od vas to delo pričakuje. V Božjih očeh je to veliko delo.«



V nadaljevanju se je g. Janez naslonil na stavke iz Svetega pisma, ki govorijo o soli in imajo globok pomen. **»Vsakdo bo namreč z ognjem osoljen« (Mr 9,49).** Nekateri to imenujejo tudi vzgojno kazen ali preizkušnja. Preizkušnja zahteva višjo stopnjo kake človekove pozitivne lastnosti ali sposobnosti. Ob vsaki preizkušnji postanemo bogatejši, močnejši, osebnostno rastemo. Tudi mnogi sodelavci Karitas imamo za seboj preizkušnje, ki plemenitijo naša dejanja in odpirajo srca za dobroto in usmiljenje. **Sol je dobra, sol daje okus stvarjem.** V Stari zavezi je sol pomenila ohranitev zaveze. Sol daje okus hrani, hrana je postrežena pri obedih, kjer potekajo dogovori in se sklepa prijateljstvo. Od tod tudi izraz sol zaveze. Solna zaveza je trajna, kakor je trajen okus soli. V Novi zavezi se sol nanaša na očiščevanje. Bog je poslal svojega Sina, ki ima očiščevalno moč. Jezus se je ponižal in se približal človeku, da bi ga bolje spoznal. Jezusu prinašamo svoje nezaceljene rane, svoje padce, svoje slabosti. On nam pri spovedi in kesanju odpusti grehe, očisti madeže na naši duši. Daje nam moč, ljubezen in upanje. V Božjih očeh ni nihče odrinjen na rob. Ko se je Jezus umaknil na samotni kraj, je rekel svojim učencem: **»Vi ste sol zemlje in luč sveta.«** Tudi sodelavci Karitas smo sol zemlje in luč sveta. Poklicani smo, da delamo dobro. Dobro pa delamo, dokler delamo z odgovornostjo, kajti z odgovornostjo ohranjamo v sebi upanje. Bog ima za nas vedno izbrano najboljšo pot, le zaupati moramo in marsikatero dejanje ali preizkušnja prepustiti v njegove roke. **»Imejte sol v sebi in živite v miru med seboj,«** nadaljuje Jezus.

Pomembno je, da sodelavci Karitas živimo v miru med seboj. Včasih kdo ima v sebi gorečnost, ki pa ni gorečnost za delo, za prijateljstvo. Varovati moramo dobro ime drug drugega in dobro ime Karitas. Zavezani smo k molčečnosti, kar pomeni, da varujemo zaupane nam težave naših prosilcev in o tem ne go-

vorimo okoli. Pomembni so tudi naši odnosi do prosilcev pomoči. Pomislimo, ali jim damo tudi kaj Boga, ali jim samo porinemo paket. Ali smo dovolj prijazni, ali znamo prisluhniti, jim na pravi način pomagati? V nasprotnem primeru se tudi sami oddaljujemo od Boga.

V zaključnem delu je predavatelj razložil besedo SOL, ki je sestavljena iz treh črk: S – svoboda, O – odgovornost, L – ljubezen. Te tri vrline je razložil s trinožnim stolčkom, ki stoji, dokler ima tri noge. Če mu eno odvezemo, se zruši. Tako je tudi s temi vrlinami. Ena razlaga drugo, če eno odvezemo, drugi dve oslabimo. V Stari zavezi svobodo opisuje izhod Izraelcev iz egiptovskega suženjstva. Bog je dal Izraelcem moralno svobodo, ko jim je na gori Sinaj dal deset zapovedi. To so pravila, po katerih naj bi se ravnalo človeštvo, da bi živelo v sožitju. V Novi zavezi prihaja Jezus, ki nas osvobaja greha, in nismo več služabniki. Postali smo Božji otroci, s tem pa tudi Božji dediči. Svoboden človek pripada Bogu. Ko ne živimo po Božjih zapovedih, ko opuščamo dobro, nismo več svobodni. Svoboda je naša odločitev za dobro.

Odgovornosti je več. Je **odgovornost** do sebe, do sočloveka, otroka, starša, prijatelja, do skupnosti, do lastne kulture, do svojih razmišljanj. Odgovornosti se skozi življenje učimo. Pri tem pa moramo delovati v dobro sebe in soljudi, ki nas obkrožajo, kajti tisto, kar bomo vložili v medosebne odnose, bomo v enaki meri dobili nazaj. Pomembno je, da otroke že v zgodnjem otroštvu učimo odgovornosti za njihova dejanja

Ljubezen in zaljubljenost nista eno in isto. Zaljubljenost ni odraz našega hotenja. Prava ljubezen pa izvira iz našega hotenja, in ne iz izkušenj. Za sodelavce Karitas je pomembno, da si rečemo: »Hočem imeti rad.« Hočem imeti brezpogojno rad sodelavca, prosilca, človeka. Ljubiti nekoga pomeni dati mu svobodo, če nekoga ljubimo, ne smemo biti odvisni od njega in se zajedati v njegovo življenje. Dva se resnično ljubita, če sta sposobna za določen čas živeti tudi drug brez drugega.

Adventno duhovno obnovo smo zaključili z molitvijo, pesmijo in zahvalo gostitelju, šentjernejskemu župniku Antonu Trpinu, in njegovi ekipi. •





»Ne pozabi na naše žive, sočne veje, ki predstavljajo področja našega dela ...!«
Zaposleni na Škofijski karitas Celje so v novo leto vstopili s skupinskim strateškim načrtovanjem.



Mala Lavra je popestrila prepletanje umetnosti z dobrodelnostjo v Kulturnem centru Lojze Bratuž, kjer so odprli razstavo likovnih del Umetniki za Karitas.



V Skupnosti Srečanje so se konec decembra veselili podelitve diplom ob zaključku Šole življenja. Diplome je letos prejelo šest fantov, ki so opravili celoten program. Iz njihovih oči sta sijala radost in ponos.



Koledniki so obiskali tudi Ljudsko kuhinjo Betlehem v Mariboru, kjer se dnevno zbira na kosilu preko 70 brezdomcev, ter prinesli sporočilo miru.

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

