

žarek dobrote

4/XIX
april
2021

glasilo slovenske karitas



Karitas



Karitas

30 let

glas revnih v družbi

TEMA MESECA

3 • • • Pomagajmo preživeti in živeti

VARUJMO ŽIVLJENJE

3 • • • Pomagajmo preživeti in živeti

STISKE SODOBNE DRUŽBE

4 • • • Podpora bližnjemu, ki se sooča z duševno stisko

TO MORAMO VEDETI

5 • • • V družbi moramo doseči ničelno toleranco do vseh vrst nasilja

6 • • • Biti usmiljen Samarijan v sodobni družbi ravnodušnosti

KARITAS MLADIH

7 • • • Recept za kifeljčke

NA OBISKU

8 • • • Župnijska karitas Libeliče

9 • • • Sestra smrt

10 • • • Brez Svetega Duha ni ljubezni in veselja, ampak le navada in žalost

11 • • • Vzpostavimo srčne vezi

11 • • • Življenje v Skupnostih MOST

KOPER

13 • • • Korona nas je naučila iznajdljivosti

LJUBLJANA

15 • • • Beseda v slovo

MARIBOR

16 • • • Vsi smo bratje

NOVO MESTO

16 • • • Župnijska karitas Črnomelj prejela odličje svetega Jožefa

POROČILA MREŽE KARITAS

18 • • • Celje: Mreža Karitas v škofiji Celje

18 • • • Koper: Tri mize

20 • • • Ljubljana: Opravljeno delo v letu 2020 v številkah

22 • • • Novo mesto: Spoznali smo naše dobre lastnosti

23 • • • Razvedrilo

• FOTO NASLOVNA in
ZADNJA STRAN Helena Zevnik Rozman •

IZDAJA:  **Karitas** Kristanova 1 • SI-1000 Ljubljana
• info@karitas.si • www.karitas.si • TELEFON: 00386 1 300 59 60 •
ODGOVARJA: Peter Tomažič, generalni tajnik Slovenske karitas •
UREDNIŠKI ODBOR: Darko Bračun, Polona Miklič, Jožica Ličen, Marjan Dvornik, Barbara Godler, Peter Perše, Karlo Smodiš, Helena Zevnik Rozman • UREDNICA: Helena Zevnik Rozman • LEKTORIRANJE: Alenka Mirkac • OBLIKOVANJE & GRAFIČNA PRIPRAVA: Andrej Šauperl •
ZALOŽILO: Ognjišče, d.o.o. • TISK: Grafično podjetje SCHWARZ d.o.o., Ljubljana • Poštnina plačana pri pošti • ISSN 1581-5528 • Vsebine v prispevkih izražajo mnenja avtorjev in ne predstavljajo uradnega stališča Slovenske karitas. •



Izdajanje informativnega glasila Žarek dobrote omogoča FIHO - Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij, sofinancer programov Karitas

Voščilo

»Na svetu imate stisko, toda bodite pogumni: jaz sem svet premagal« (Jn 16,33)

Objeti Jezusov križ pomeni najti pogum, da objamemo vse neprilike sedanjega časa ... da odpremo prostor, kjer se bodo vsi lahko čutili poklicani, in omogočimo nove oblike gostoljubja, bratstva in solidarnosti.

Objeti Gospoda, da bi objeli upanje: to je moč vere, ki osvobaja od strahu in daje upanje.

(papež Frančišek, 27. 3. 2020)

Letošnja Velika noč bo še vedno nekoliko drugačna v načinu praznovanja. A bistvo ostaja enako. Življenje je premagalo smrt, dobro je zmagalo nad slabim.

V velikonočnih praznikih vam želimo Božje bližine in upanja!

Lučka v vaših srcih naj ne ugaša, ampak naj sveti v dobroti, ljubezni, upanju in zaupanju!

Blagoslovljene velikonočne praznike voščijo sodelavci Slovenske karitas.



tema meseca

Varujmo življenje

POMAGAJMO PREŽIVETI
IN ŽIVETI

Peter Tomažič

Leto 2020 se je izkazalo kot leto številnih preizkušenj za mnoge posameznike, starejše in družine. Epidemija in z njo povezani ukrepi so imeli posledice v izgubi dela, nezmožnosti pokrivanja stroškov kljub izrednim pomočem iz interventne zakonodaje. Nekateri se preživljajo in dopolnjujejo svoje prihodke z občasnim delom, ki pa v času epidemije skorajda ni dostopno. Kljub temu da se število naših uporabnikov ni bistveno spremenilo, so se poglobile stiske, tako da je bilo potrebne več celovite pomoči. Zamenjala se je tudi sestava prejemnikov pomoči. Več kot 5 % je novih uporabnikov, predvsem mlajših med 35 in 45 leti, še posebej tistih, ki so izgubili ali zelo omejili delo v storitvenih dejavnostih, ki zahtevajo neposreden stik s strankami.

V prvih mesecih letošnjega leta se pričakovano povečujejo prošnje za pomoč, saj z določenim zamikom na Karitas po pomoč prihajajo tisti, ki so že nekaj časa na Zavodu za zaposlovanje ali so v lanskem letu na novo ali prvič začeli prejemati denarno socialno pomoč. Število nezaposlenih na Zavodu se je lani povečalo za več kot 10 %, temu sledijo tudi novi upravičenci do denarne socialne pomoči. Materialna pomoč bo v letu 2021 zaradi posledic epidemije, ki se postopno kaže tudi v poslabšanem duševnem zdravju kritičnih skupin, še toliko bolj pomembna in potrebna. Za naše prosilce pa je poleg materialne pomoči nujno potrebno tudi usmerjanje v primeru kompleksnejših stisk ter preprost razbremenitveni pogovor, ki lahko olajša breme in da novih moči za premagovanje težav.

Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana,
TRR: SI56 0214 0001 5556 761,
namen: Pomagajmo preživeti in živeti, sklic: SI00 930



Foto: Tatjana Splichal

BIVANJSKA PRAZNOTA

Nadaljevanje iz prejšnje številke. Odlomek iz knjige Viktorja Frankla z naslovom *Volja do smisla* (Celjska Mohorjeva družba).

Ko govorimo o smislu, moramo vedeti, da je ta relativen.

Da je bivanje negotovo, če ni »močne ideje«, kot je pravil Freud, lepo opiše tudi naslednja misel Alberta Einsteina: »Človek, ki ima svoje življenje za nesmiselno, ni samo nesrečen, ampak je komaj sposoben za življenje.« Preseganje samega sebe je bistvo bivanja. Biti človek pomeni biti usmerjen k nečemu drugemu kakor samemu sebi. Toda biti človek pomeni imeti pred sabo smisel, ki ga je treba izpolniti, in vrednote, ki jih je treba uresničiti. Pomeni živeti na polarnem polju napetosti med resničnostjo in ideali, ki se morajo uresničiti. Človek, ki živi po idealih in vrednotah. Človeško gibanje ni pristno, če človek ne presega samega sebe.

Ko govorimo o smislu, moramo vedeti, da je ta relativen. Lahko bi rekli, da se smisel spreminja; prvič od osebe do osebe in drugič iz dneva v dan, še več, iz ure v uro. V življenju lahko najdeš smisel, če ustvariš delo ali opravljaš dejanja ali izkušaš dobroto, resnico in lepoto, izkušaš naravo in kulturo ali, ne nazadnje, če srečaš kakšno drugo edinstveno bitje prav v edinstvenosti tega človeškega bitja – drugače povedano, če ga ljubiš. Toda najplemenitejše vrednotenje smisla je pridržano tistim, ki so za vse naštetu prikrajšani, ki se v težavnem položaju lahko vzdignejo in prerastejo sami sebe. Pomembno je stališče, na katero se postavijo – stališče, ki omogoča, da se njihov težavni položaj spremeni v dosežek, zmagooslavje in junaštvo.

Vedno več pacientov se pritožuje nad tistim, čemur pravijo notranja praznina, zato sem to stanje imenoval bivanjska praznota, ki se zdi, da je posledica naslednjih dejstev: v nasprotju z živaljo nagon človeku ne pove, kaj mora delati, in v nasprotju s preteklimi časi tradicije in vrednote ne povejo, kaj bi moral delati. Pogosto še tega ne vemo, kaj si sami želimo delati. Namesto tega si želimo delati, kar delajo drugi ljudje, ali pa delamo tisto, kar od nas pričakujejo. To se pravi, da postanemo plen konformizma ali totalitarizma – prvi je značilen za Zahod, drugi pa za Vzhod. Bivanjska praznota je pojav, ki narašča in se širi; kar 40 odstotkov avstrijskih, zahodnonemških in švicarskih študentov pozna bivanjsko prazno, in to iz lastne izkušnje, med ameriški študenti pa je takšnih kar 81 odstotkov.



Ko vas glasba prevzame ... ali tudi takrat dvomite o smislu svojega življenja?

Nekoč se je z nekim pacientom, ki se mu je pogosto življenje zdelo povsem brez smisla, rad pa je poslušal glasbo, razvil naslednji pogovor: Vprašal sem ga: »Ko vas glasba prevzame do globine vaše biti in vas gane do solz – kar se v nekaterih trenutkih gotovo dogaja –, ali tudi takrat dvomite o smislu svojega življenja, ali pa se v tistih trenutkih sploh nič ne vprašujete o njem?« Odgovoril je: »Takrat mi to vprašanje sploh ne pride na misel.« Izzval sem ga z naslednjo mislijo: »Ampak mar ni pričakovati, da ravno takih trenutkih, ko ste v neposrednem stiku z dokončno lepoto, najdete smisel življenja, ga najdete na čustvenih temeljih, ne da bi ga iskali na razumskih?« V takih trenutkih se ne vprašujemo, ali je življenje smiselno ali ne; ampak če bi se, bi iz globin svojega obstoja lahko samo zmagoslavno zavpili bivanju DA. Čutili bi, da bi bilo življenje vredno življenja, pa čeprav bi živeli samo za to edinstveno doživetje.

Kot učinkovito orodje za brezpogojno vero v brezpogojen smisel bi priporočil spomin na preteklost. V preteklosti ni nič nepreklicno izgubljenega, ampak je vse nepreklicno spravljeno. Ljudje vidijo samo strnišče minljivosti, spregledajo pa polne kašče preteklosti, v katere so dajali in shranjevali, v katere so spravili svojo žetev.

stiske sodobne družbe

PODPORA BLIŽNJEMU, KI SE SOOČA Z DUŠEVNO STISKO

Kaja Strniša

Velikokrat se na nas obrnejo prijatelji ali družinski člani oseb, ki se soočajo s težavami v duševnem zdravju. Nemalokdaj si namreč močno želijo pomagati svojemu bližnjemu, a se ob tem počutijo nemočno in brezupno.

Družinski člani in prijatelji težko sprejmejo in razumejo, da nekdo, ki je bil prej poln življenja, enostavno ni več tak. Niti ne more biti. Lahko se celo zgodi, da kljub dobrim namenom bližnji s svojimi besedami in ravnanji naredijo več škode kot koristi.

Kaj torej lahko naredimo takrat, ko se nekdo sooča s katero izmed duševnih stisk?

Pomembno je, da ne obsojamo počutja osebe in skušamo čim bolje razumeti njeno stanje. Obenem se moramo zavedati, da ni univerzalnega recepta. Kar pomaga nekemu, ni nujno ustrezno tudi za drugega. Kljub temu obstaja nekaj pristopov, ki dokazano delujejo bolje od drugih.

ODPRAVIMO ŠKODLJIVE MITE O DUŠEVNIH MOTNJAH

Dobro je, da se pozanimamo in izobrazimo o posamezni duševni motnji, s katero se sooča kdo od naših bližnjih. Še vedno obstaja kar nekaj predsodkov o depresiji, anksioznih motnjah in drugih duševnih stiskah. Ljudje velikokrat napačno predpostavljajo, da je duševna motnja znak šibkosti, da je neozdravljiva ali da se je posameznik lahko »znebi« že samo z močjo volje.

Prepričanja, da je mentalna bolezen znak slabe vzgoje, kemičnega neravnovesja, genov ali nepravilnega prehranjevanja, naredijo več škode kot koristi. Takšni pogledi včasih povzročijo, da se ljudje začnejo izogibati bližnjemu, ki se bori s katero izmed duševnih motenj. To pa stigmatizacijo in stiske posameznika samo še poglobi.

Najmanj, kar lahko naredimo, je, da se dobro izobrazimo o določeni duševni motnji ter razbijemo mite, ki se je dotikajo. Tako lažje razumemo, s čim se človek sooča, in smo bolj pripravljeni na načine, kako mu lahko pomagamo. Posameznik je že sam obremenjen z različnimi miti in predsodki. Občuti sram in strah, da bi ga drugi obsojali ter da bi izpadel šibek ali »nor«. Dobro je, da mu zagotovimo, da njegovo stanje ni znak šibkosti, pomanjkljivosti ali norosti ter da zaradi svojega stanja ni slabša oseba, prijatelj, mama, oče ali sodelavec.

Kako lahko to naredimo? Lahko preberemo kakšno strokovno literaturo, si ogledamo TEDx Talk, dokumentarni film, obiščemo terapevta in ga prosimo, da nam razloži tisto, kar nas zanima, ali pa se pogovorimo z nekom, ki je imel izkušnjo z določeno duševno motnjo.

NE MOREMO POPRAVITI SITUACIJE, LAHKO PA OSEBI STOJIMO OB STRANI

Bližnjim stisko povzroča predvsem velik občutek odgovornosti za posameznika, ki se sooča z določeno duševno motnjo. Velikokrat imajo občutek, da lahko njihova dejanja »odpravijo« določeno stanje. Na žalost temu ni tako. Družinski člani in prijatelji nemalokrat delajo zaključke in postavljajo diagnoze, ki niso nujno primerne in dolgoročno lahko naredijo več škode kot koristi.

Kaj lahko storimo?

Človeku stojmo ob strani in mu skušajmo pomagati najti primerne strokovnjake, ki se dobro spozna na tovrstne težave in ga lahko popelje na pot do ozdravitve in boljšega počutja.

Če zavrača profesionalno podporo, lahko sami obiščemo terapevta, ki nam bo pomagal najti najboljši način podpore in nam povedal, kako lahko sami sebe zaščitimo pred občutki stiske in obupa.

**to moramo vedeti****V DRUŽBI MORAMO DOSEČI
NIČELNO TOLERANCO
DO VSEH VRST NASILJA**

Alenka Petek

Zaradi težkega obdobja koronavirusa so se stiske naših proslincev poglobile. Mnogo družin je zabredlo v finančno stisko zaradi izgube službe. Določenim družinam so se poglobile težave s telesnim in duševnim zdravjem. Zaradi omejenih stikov je bilo veliko oseb socialno izključenih – predvsem starostnikov in ljudi, ki živijo sami. Vse prevečkrat pa smo se v tem obdobju srečali tudi z nasiljem v družinah. V zelo kratkem času sem bila priča zgodb dveh mlajših žensk, ki sta živeli v partnerskem odnosu z nasilnim moškim.

Sonja je študentka, ki je ob študiju tudi delala. V lanskem letu pa študentskega dela ni bilo veliko. Pove, da sta morala s fantom zelo skromno živeti, da sta plačevala redne stroške. Ko sta postala par, je bil on zelo radodaren z darili, obsipal jo je z drobnimi pozornostmi in v njegovi družbi ji nikoli ni bilo dolgčas. Čez čas pa je postal oblasten, prepovedoval ji je stike z drugimi, ji pregledoval telefon, z moškimi sploh ni smela govoriti. Če mu je ugovarjala, jo je ozmerjal in oklofotal. Potem mu je bilo žal in ji je obljubil, da je bilo zadnjič, da tega ne bo več počel. Da jo ima preveč rad, da sta si usojena, da brez nje ne more živeti. Vse te besede so ji godile in jim je verjela. Fizično in verbalno nasilje, ki ga je doživljala doma, je skrivala tako pred domačimi kot pred prijatelji.

Toda modrice in podplutbe so bile vedno pogostejše. To je nekoč na obisku opazila tudi mama. Sonja se ji je zlagala, da je zaradi nepredvidnosti padla po stopnicah. Ker je bil partner takrat doma, je seveda tudi on pritrdil tej razlagi. Vendar ji mama ni verjela. Nekega dne, ko je bilo vsega preveč, je Sonja mami priznala, da je žrtev nasilja. Mama je iskala možne oblike pomoči, in tako smo se s tem primerom srečali tudi mi. Pa ni bilo enostavno. Hčerka je prvi trenutek želela pomoč, potem pa se je premislila in se vrnila k partnerju. To je ponovila dvakrat, dokler je ni tako pretepel, da je zaradi kompliciranega zloma noge morala na operacijo v bolnišnico. Po operaciji je odšla k mami. Vendar ji partner tudi tam ni dal miru. Potrebovala je veliko podpore, svetovanja in opogumljanja, da se mu je uspela upreti in se ni vrnila k njemu, ampak je zaživela življenje brez njega. Vsaj zaenkrat.

Tudi Majina zgodba je presunljiva. Maja je bil vzgojena v predstavah, da je moškemu dovoljena uporaba nasilja. Njena mama je bila večkrat žrtev nasilja. Zato je bila Maja prilagodljiva, podredljiva, razumevajoča,

sposobna odpuščati in se žrtvovati za odnos. Takoj po srednji šoli sta s partnerjem začela živeti skupaj. Skupaj sta sedem let in imata štiri otroke. Na začetku sta bila zaljubljena in srečna. Bil je dober in priazen. Všeč ji je bilo, ker je bil zelo zaščitniški. Imela ga je za skrbnega. Potem pa so se stvari počasi začele spreminjati. Postal je druga oseba – hladen, oblasten, nasilen. Pogosto jo je preklinjal, zmerjal in poniževal. Ničesar ni več naredila prav. Postal je ljubosumen, zaklepal jo je v stanovanje in ji prepovedoval izhode. Če mu je oporekala, je bila tepena. Vsakič, ko je nasilje postalo preveč očitno za okolico, sta se odselila. Bila je krhkega zdravja, zato ni iskala zaposlitve. Pa tudi štirje majhni otroci so zahtevali veliko dela. Ker ni imela lastnega denarja, je bila odvisna od njegovega dohodka. Če je imel slab dan, ji ni dal denarja za hrano. Velikokrat je odšla ponjo k mami, da otroci niso bili lačni. Tako je mama tudi posumila, da se pri njih doma dogajajo hude stvari.

Vendar je hčerka o nasilju doma še vedno molčala. Tudi bratje in sestre niso o tem nič vedeli. V letošnjem letu pa je nasilje postajalo vedno hujše. Vse pogostejše jo je zmerjal, kričal nanjo, zatrjeval, da otrok, ki ga pričakuje, ni njegov. Dokler je ni nekega dne tako pretepel in zbrcal, da je hudo poškodovana poiskala pomoč v bolnišnici. V zadnjem pretepanju jo je zvelkel iz stanovanja in jo zaklenil na hodnik. Tam so jo našli sosede in poklicali reševalce. V dogajanje sta vstopila policija in Center za socialno delo. Vendar Maja o partnerjevem nasilju še vedno molči. Mama ne ve, kaj storiti. Otroci ji pravijo, naj se ne vmešava in naj bo tiho. Svetujemo ji, naj se opogumi in spregovori o tem, kar ve, čeprav ji je Maja zabrusila, da bo z njo pretrgala vse stike, če to stori. Mama je bila v precepu in morali smo jo opogumiti, da je spregovorila. Pomagali smo ji tudi napisati izjavo, kjer je spregovorila o nasilju, ki ga doživlja njena hči.

Najnevarnejši prostor za ženske je običajno njihov dom. Nasilje ostane najdlje skrito v zasebnih odnosih, saj se žrtev zaradi tesnih osebnih vezi s povzročiteljem težko odloči, da bo nasilni odnos zapustila ali ga prijavila. Dodatno težavo pri odhodu pogosto predstavlja tudi neodobravanje okolice, kadar se ženska odloči zapustiti povzročitelja ali proti njemu sprožiti postopke.

Za nasilje ni opravičila. Povzročitelji nasilja nasilje največkrat zanikajo, minimalizirajo ali opravičujejo. Vendar za nasilje ni opravičila. Ne glede na to, kaj žrtev reče ali stori, nima nihče pravice, da je do nje nasilen.

Nasilje nad ženskami se dogaja v vseh družbenih slojih. Odvisno je tudi od tega, kako družba nanj reagira. Lahko ga sankcionira in obsodi ter ga s tem ustavlja in zmanjšuje, ali pa ga tolerira, spregleda ali



minimalizira. Nasilje je družbeni, in ne samo individualni problem posameznice, ki ga doživlja.

Veliko razlogov je, zakaj ženske ne zapustijo partnerja, ki povzroča nasilje. Lahko jih je sram spregovoriti o nasilju, se počutijo soodgovorne ali preveč finančno odvisne, da bi zmogle živeti same. Morda pa se bojijo pritiskov in obsojanja okolice.

Ženske odgovornost za doživljanje nasilja pogosto pripisujejo sebi. Tudi povzročitelji nasilja odgovornost pogosto prelagajo na žrtev, češ da je izzivala, kričala nanj itd. To pri žrtvi vzbudi še dodatne občutke krivde. Pomembno je, da vemo, da je vsaka oseba odgovorna za svoje ravnanje in vedenje, tudi za povzročeno nasilje. Ne glede na to, kaj druga oseba reče ali stori, je odgovornost za nasilje vedno na strani povzročitelja.

V družbi moramo doseči ničelno toleranco do vseh vrst nasilja. To lahko dosežemo z ozaveščanjem ter prepoznavanjem nasilja kot nedopustnega obnašanja in ravnanja, ki se ga sankcionira. Zato je nujno ozaveščanje javnosti o problematiki nasilja ter ozaveščanje o nesprejemljivosti nasilja in nasilnih načinov reševanja konfliktov.

BITI USMILJENI SAMARIJANI V SODOBNI DRUŽBI RAVNODUŠNOSTI

Roman Globokar

Kriza, ki jo je povzročila pandemija covida-19, je razkrila številne negativne procese v sodobni družbi: neravnovesje med bogatimi in revnimi državami, pretirano izkoriščanje naravnega okolja, nekritično zaupanje v zakonitosti svobodnega trga na področju gospodarstva, vzpon nacionalističnih in populističnih politik, zanemarjanje obrobni skupin (starejši, bolni, invalidi) v družbi. Papež Frančišek je trenutek krize izkoristil za temeljito refleksijo sedanjega stanja človeštva z željo, da bi sprožil oblikovanje globalne vizije za čas po pandemiji. Osnovna ideja njegove vizije je vzpostavitev *vesoljnega bratstva* na našem planetu, ki v duhu evangelija spodbuja ljubezen do vsakega človeka, ne glede na njegov izvor, kraj bivanja, narodnost, raso ali religijo. Na praznik sv. Frančiška Asiškega lani je papež Frančišek izdal novo socialno okrožnico z naslovom *Fratelli tutti* – Vsi smo bratje, ki vse ljudi dobre volje vabi, da prebudijo v sebi hrepenenje po vesoljnem bratstvu in si prizadevajo za izgradnjo ene človeške družine. »Sanjamo kot eno človeštvo, kot popotniki, zgneteni iz istega človeškega mesa, kakor sinovi te iste zemlje, ki gosti vse nas, vsakega z bogastvom njegove vere ali njegovih prepričanj, vsakega z lastnim glasom, vse brate!« (*Fratelli tutti* – FT 8)

Papež je kritičen do neoliberalnega gospodarskega sistema, ki je doslej usmerjal proces globalizacije in je za glavno gonilo razvoja postavil zaslužek. Sedanja kriza je pokazala, da ni mogoče vsega rešiti zgolj z načeli svobodnega trga in da ima tudi odgovorna politika svojo nenadomestljivo vlogo. Papež močno izpostavlja, da bi morali v središče družbenega življenja zopet postaviti spoštovanje dostojanstva vsake človeške osebe in skrb za skupno dobro. Po eni strani sicer podpira svobodno iniciativo posameznikov, govori o podjetništvu kot žlahtnem poklicu in spodbuja osebno ustvarjalnost, po drugi strani pa opozarja na pomen solidarnosti, globalne pravičnosti ter posebne skrbi za uboge in obrobne. Večkrat v okrožnici nas papež spomni, da smo vsi v istem čolnu, da se nihče ne more rešiti sam, ampak da se lahko rešimo le vsi skupaj.

V drugem poglavju okrožnice najdemo poglobljeno razmišljanje o evangelijski priliki o usmiljenem Samarijanu. Gre za konkretno spodbudo vsem kristjanom in tudi ostalim ljudem dobre volje, da temeljito premislimo svoj odnos do trpečih in pomoči potrebnih ljudi. Besedilo evangelijske prilike nam je domače, zato se mogoče niti ne zavedamo radikalnosti njegovega sporočila. Sploh sodelavci Karitas se zelo hitro poistovetimo z usmiljenim Samarijanom, ki priskoči na pomoč ranjenemu človeku. In pri tem ne gledamo na izvor in poreklo ljudi v stiski. Papež Frančišek izpostavi, kako je Jezusovo sporočilo spodbudilo prve krščanske skupnosti, da so širile svoj krog ljubezni do vseh ljudi, tudi do tujcev. K temu jih je spodbujala prav prilika o usmiljenem Samarijanu, katere vrednost papež povzema v naslednjem stavku: »*Za ljubezen ni pomembno, od kod pride ranjeni brat*« (FT 62).

Samarijan se je ustavil ob ranjenem, posvetil se mu je, ga sam oskrbel in iz lastnega žepa plačal nadaljnjo oskrbo. Papež izpostavi Samarijanovo sposobnost, da se je ustavil ob človeku v stiski in mu posvetil svoj čas. »*Predvsem pa mu je dal nekaj, s čimer v naših hitrih časih močno skoparimo – posvetil mu je svoj čas. Gotovo je imel za tisti dan svoje načrte, potrebe, obveznosti in želje. Pa je bil ob ranjencu pripravljen na vse to pozabiti in neznancu podariti svoj čas.*« (FT 63) Te misli lahko spodbujajo vsakega izmed nas, da si v hitrem tempu življenja vzamemo čas za ljudi v stiski. Predvsem je pomembno, da ne obrnemo pogleda stran od potreb ljudi, da nismo ravnodušni do trpečih in pomoči potrebnih. Papež ugotavlja, da smo »*vsi zelo zagledani v svoje potrebe*«, zato »*nas pogled na človeka, ki trpi, vznemirja, moti, saj nismo pripravljeni tratiti časa s težavami drugih ljudi*« (FT 65). Po njegovem prepričanju so to znamenja bolne družbe, ki se ne zmore soočiti z bolečino in trpljenjem. Usmiljeni Samarijan pa nas spodbuja, da si ne zatiskamo oči pred bedo in bolečino, ampak se odpremo za dejavno



sodelovanje pri spodbujanju življenja in odgovorni skrbi za vse ljudi. »Spričo tolike bridkosti in tolikerih ran je edini možni izhod, da smo podobni usmiljenemu Samarijanu. Vsaka druga izbira vodi ali v družbo razbojnikov ali tistih, ki hodijo mimo, ne da bi čutili usmiljenje do ranjenega in trpečega človeka na cesti.« (FT 67) Bistvena značilnost človeškega življenja je, da smo ustvarjeni za odnos ljubezni in da lahko uresničimo svoje življenje samo, če je ljubezen navzoča v vseh naših odnosih. Zato ne smemo živeti neprizadeto ob bolečini drugega, ampak moramo najti pot, da ljudem v stiskah in trpljenju izrazimo svojo bližino in jim damo vedeti, da so za nas vredni.

Na še en pomemben vidik opozarja prilika o usmiljenem Samarijanu. Samarijan si je pri oskrbi poiskal pomoč v gostilničarju. Zavedal se je, da se ne more sam soočiti z bolečino ranjenega človeka, da mu sam ne more v zadostni meri pomagati. Papež zapiše: »Tako smo tudi mi pozvani, da se med seboj povežemo v 'mi', ki bo močnejši kot zbir slabotnih posameznikov.« (FT 78) Pomembno je torej sodelovanje z drugimi in zmožnost, da se obrnemo na organizirano pomoč takrat, ko sami ne bi zmogli pomagati ljudem v stiski.

Naj zaključim s papeževim povabilom, da nam vsak dan ponuja novo priložnost, da postajamo podobni usmiljenemu Samarijanu. Poudarja, da ne smemo vseh rešitev pričakovati samo od tistih, ki nam vladajo, ampak da sami prevzamemo svoj del odgovornosti za bolj človeško družbo. »Biti moramo dejaven del rehabilitacije in podpore ranjeni družbi.« (FT 77) Tudi za slovensko družbo si želim, da bi v duhu okrožnice Vsi smo bratje iskali poti za srečanje, dialog in spravo, ter predvsem, da bi se v stiskah in trpljenju znali približati vsem ljudem brez razlike.

karitas mladih

RECEPT ZA KIFELJČKE

Lara Pezdir



V tokratni rubriki Kuhajmo skupaj vam predstavljamo recept za kifeljčke babice Danice. Piškoti so hrustljavi, mehki, še posebej pa sladki. Da se boste lahko tudi sami sladkali z njimi kifeljčki, vam zaupamo recept. ☺

SESTAVINE:

- 160 g masla
- 80 g sladkorja
- 80 g mletih mandljev
- ščepec soli
- malo vaniljevega ekstrakta
- 200 g moko
- sladkor v prahu (za posip)
- ščepec dobre volje :)

POSTOPEK:

Zmehčano maslo narežemo na kocke in ga dodamo sladkorju. Sestavini zmešamo. Nato dodamo še ostale sestavine (mandlje, sol, vaniljev ekstrakt in moko). Vse sestavine dobro zgnetemo v testo. Iz testa oblikujemo male rogljičke. Položimo jih na pekač, ki je obložen s peki papirjem. Pekač položimo v segreto pečico na 180 °C in rogljičke pečemo 10 minut. Ko so ohlajeni, jih po vrhu potresemo še s sladkorjem v prahu.



Recept je razkrit! Zdaj pa v trgovino brž odhitite, vse sestavine pokupite, v testo še ščepec ljubezni dodajte in se s kifeljčki posladkajte.

Da se nam bodo ob vaših mojstrovinah cedile sline, vas vabimo, da nam **pošljete kakšen foto utrinek z vašega kuhanja**. Če imate kak poseben recept, ki bi ga morali poznati prav vsi bralci revije, pa bomo zelo vesele, če nam **recept pošljete**. Objavljen bo v eni od prihodnjih števil Žarka dobrote. Slike in recepte iz vašega skupnega kuhanja zbiramo na naslovu: kuhajmo.skupaj@karitas.si. Vsem, ki boste poslali slike ali recepte, bomo poslale lepo nagrado. Največja nagrada je pa tako ali tako ta, da ste skupaj in se zabavate med pripravo okusnih receptov, kajne?

Do aprila vam pošiljamo lep kuharski pozdrav in se veselimo vaših slik in receptov!



**EVROPSKA
SOLIDARNOSTNA
ENOTA**

Pozor, nagradna igra!

V sklopu projekta Kuhamo supaj iščemo na najboljšo kuharske ekipe in na najbolj slastne recepte v Sloveniji!

Za zmago potrebujete 4 ključne sestavine:

- kuharsko ekipo, ki jo sestavlja vsaj:
 - 1 babica ali dedek
 - 1 vnuk ali vnukinja
- slasten, zanimiv recept,
- veliko dobre volje,
- in nekaj sreče! :)

Vaša naloga:

Skupaj skuhajte nekaj slastnega. Pošljite nam recept in fotografijo narejeno med kuhanjem in končnega izdelka. Vsi, ki boste sodelovali boste prejeli praktično darilo in vstopnico v finalni izbor za naziv "Najboljša kuharska ekipa" in glavno nagrado darilni bon v vrednosti 40 € za eno od živilskih trgovin.

Nagradna igra poteka do 15. 5. 2021! :)

Podrobnejša navodila za sodelovanje najdete na spletni strani youngCaritas in v opisu objave.



MLADI se PREDSTAVIJO

Sem Kristijan Bišof, zaposlen v IMP Armaturah, kjer delam kot komercialist. Pri Karitas sem s prostovoljstvom pičel daljnega leta 2011 kot animator na Počitnicah Biserov, sicer pa sem sodeloval tudi pri zagonu youngCaritas Slovenija, kjer sem aktiven še danes. Pomagam predvsem pri fotografiranju in snemanju aktivnosti pa tudi pri Klicu dobrote in raznih krajših aktivnostih.

Prostovoljstvo: Poleg youngCaritas sem bil tudi animator na oratoriju v domačem kraju in v Krajevni skupnosti Veliki Gaber. Sem tudi prostovoljni gasilec, kjer sem v PGD-ju zadolžen za dihalne naprave.

Hobiji: Avtomobili, fotografija, video, šport – predvsem tek in nogomet.

Najljubša hrana: Zagotovo makaroni. Na pici pa ne sme manjkati načó ☺

Najljubši kraj za izlet v Sloveniji: Portorož. Po vseh letih prostovoljstva na Biserih ga animatorji verjetno dojemamo drugače kot večina mladih in imamo nanj veliko lepih spominov. Je tako domač, pa morje, plaža ... skratka, drug način življenja.

Najljubši kotiček, kjer se sprostiš: Zagotovo domača pisarna, kjer velikokrat ustvarjamo tudi za youngCaritas.

Najljubša pesem: AC/DC – Thunderstruck

Najljubša slovenska beseda: Dvojina ☺



DOGAJA se

V teh mesecih so naši napori med drugim usmerjeni v dogodek, ki bo potekal konec aprila 2021. Gre za dobrodelno kolesarjenje okoli Slovenije. Dogodek je še v pripravi, o možnostih sodelovanja pa si lahko preberete na www.youngCaritas.si.

na obisku

ŽUPNIJSKA KARITAS LIBELIČE

Libeliče so majhna obmejna vasica, v osrčju katere stoji cerkev sv. Martina s kostnico, edino v Sloveniji, ki še hrani prave kosti. Ob tej priložnosti vas vabimo na ogled le-te in ostalih muzejskih zbirk, ki hranijo veliko zanimivih zgodovinskih in kulturnih spominov o kraju.

Župnijska karitas Libeliče je mlada karitas. Dobrih 15 let jo je vodila ga. Elizabeta Pšeničnik, ki je pred tremi leti vajeti predala mlajšim sodelavkam. V veliko pomoč in podporo nam je tudi naš domači župnik g. Franček Kraner. Sodelavci se srečujemo enkrat mesečno (razen med epidemijo), po potrebi tudi večkrat. Naš zgled je naš zavetnik sv. Martin, ki je razpolovil svoj plašč in ga delil z beračem. Tudi mi želimo pomagati tistim, ki potrebujejo pomoč. Za

zdaj, hvala Bogu, nimamo krajanov, ki bi potrebovali stalno pomoč, nekajkrat na leto pa vseeno pomagamo, npr. s plačilom položnic, ozimnice ... Decembra naš sv. Miklavž obdari otroke, lani smo zaradi razmer na domu obdarili samo družine z več otroki. V zadnjih letih smo ob dnevu žena in materinskem dnevu v cerkvi čestitali vsem ženskam in jih obdarili z rožicami, letos pa smo jim šopke dostavili na dom. Prav tako se vsako leto posebej spomnimo starejših, ki jih z malenkostmi obdarimo za Božič in Veliko noč.



Sodelavke ŽK Libeliče in g. župnik Franc Kraner na srečanju.



V adventu smo imeli navado izdelovati adventne vence, ki so jih lahko krajani dobili v cerkvi, letos pa smo se morali zaradi epidemije znajti drugače. Rodila se je ideja o brezstični stojnici. Sodelavke in sodelavci Župnijske karitas in drugi prostovoljci smo izdelali oz. prispevali različne izdelke, ki smo jih razstavili na stojnici pred vaško trgovino. Odziv je bil zelo dober, zato smo se odločili, da stojnico ponovno postavimo pred Veliko nočjo.

Pri naših dejavnostih nam priskočijo na pomoč tudi mladi, zato nas veseli, da se je v lanskem letu v bazo Mlade Karitas – youngCaritas vpisalo pet naših mladih prostovoljcev.

Skupaj se bomo še naprej trudili biti pozorni na stiske ljudi in jim pomagati, hkrati pa načrtujemo tudi druge dejavnosti, ki našo Karitas in župnijo ohranjajo živo ter povezano.



Brezstična stojnica v Tednu karitas v Libeličah.



Mrtvaški ples je freska v Cerkvi svete Trojice v Hrastovljah, ki jo je naslikal Janez iz Kastva. Delo je bilo končano leta 1490.

SESTRA SMRT

Hozjan Jože

*»Hvaljen, moj Gospod, v naši sestri smrti,
ki ji nihče v življenju ne uide.
Gorje njim, ki umrjejo v smrtnem grehu,
a blagor njim, ki počivajo v tvoji najsvetejši volji,
zakaj druga smrt jim ne bo mogla storiti žalega.«*

sv. Frančišek Asiški v svoji Hvalnici stvarstvu

Smrt je dejstvo, ki mu nihče ne more uiti. Zato je pomenljiva freska Mrtvaški ples v hrastoveljski cerkvi, kjer smrt za roko vodi ljudi vseh stanov. Sliko je naslikal Janez iz Kastva in je dolga 7 metrov. Prikazuje sprevod, v katerem se proti pravkar izkopanemu grobu pomikajo predstavniki najrazličnejših slojev tedanje družbe in vseh starosti, od papeža, kralja, kraljice, preko redovnika in meščana do berača in otroka, vsakič pa v paru s koščeno spremljevalko, ki ne pozna šale in ne jemlje podkupnine in pred katero so vsi ljudje enaki. Neizprosna je in vsem se enako reži v obraz. Vsi stopajo z njo proti istemu cilju, proti grobu, ki je njeno kraljestvo. Freska je najbrž nastala pod vtisom srednjeveških epidemij kuge (kakšna podobnost sedanjemu času!).

Kristjani gledamo na smrt v povezavi z vstajenjem, kakor gledamo veliki petek v povezavi z veliko nočjo. Zadnja postaja človekovega življenja namreč ni smrt in grob, ampak večno življenje ali večno pogubljenje.

Smrt in umiranje sta v naši družbi velik tabu in ju naša zahodna družba odriva na rob družbenega dogajanja. Tako v Sloveniji samo okrog 30 % ljudi umre doma. Marsikateri starši tudi ne vodijo svojih otrok na pogreb, čeprav umrje kdo od domačih.

Misel na smrt pa nam pomaga najti smisel življenja, da vemo, zakaj živimo. Za miren odhod v večnost sta pomembna odpuščanje – sprava in iskrena vera. Tisti, ki že prej uredijo svoje medsebojne odnose in odnos z Bogom, doživljajo svoje zadnje dni kot darilo. Tisti, ki imajo urejene odnose z ljudmi in Bogom, umirajo v miru, umirajo srečno. Včasih, ko kdo hitro umre, brez bolečin, ljudje pravijo, da je imel lepo smrt. Vendar je to napačno govorjenje. Lepo smrt v kristjanovi luči ima tisti, ki je umrl spravljen z ljudmi in Bogom.

V našem času se zaradi covida-19 srečujemo z mnogimi umirajočimi. Perfekt vatikanske Kongregacije za bogoslužje, afriški kardinal Robert Sarah, v korona-krizi vidi priložnost za Cerkev, da se znova osredini na vero kot svojo osrednjo nalogo. »Svet od Cerkve priča-kuje besedo vere, ki mu omogoča, da premaga travmo smrti, ki jo trenutno doživlja.« Kardinal nadaljuje, da je kriza pokazala, da »naše družbe trpijo za duhovnim zlom. Ne vedo, kako bi lahko osmislile trpljenje, končnost, smrt.« Epidemija je zahodne družbe prizadela na njihovi najranljivejši točki, nadaljuje kardinal. Urejene so tako, da smrt zanikajo, prikrivajo in je ne upoštevajo. Država, ločena od Cerkve, se je odločila, da ne bo upoštevala upanja in da bo religijo pregnala iz javnega življenja ter jo obsodila na molk. Iz obličja v obličje pa ni človekovega odgovora, ki bi lahko opravičil smrt. »Premaga jo le upanje na večno življenje.«

Tudi nam naj bo kakor Frančišku Asiškemu smrt »sestra«, blizu v življenju, da bomo resno krščansko živeli, delali dobra dela, vedno spravljeni z ljudmi in Bogom, in da bomo delali za večno življenje.



BREZ SVETEGA DUHA NI LJUBEZNI IN VESELJA, AMPAK LE NAVADA IN ŽALOST

papež Frančišek

prevod: Andreja Červek, vir: Vatican news

10

»Če me ljubite, se boste držali mojih zapovedi; jaz pa bom prosil Očeta in dal vam bo drugega Tolažnika, da bo ostal pri vas vekomaj: Duha resnice, ki ga svet ne more prejeti, ker ga ne vidi in ne pozna. Vi ga poznate, ker ostaja pri vas in bo v vas. [...] To sem vam povedal med tem, ko še ostajam pri vas. Tolažnik pa, Sveti Duh, ki ga bo Oče poslal v mojem imenu, on vas bo učil vsega in spomnil vsega, kar sem vam povedal.« (Jn 14,15-17.25-26)

Prvi dar vsakega krščanskega življenja je Sveti Duh. Ni eden od mnogih darov, temveč je temeljni Dar. Duh je dar, ki nam ga je obljubil Jezus. Brez Duha ni odnosa s Kristusom in ne z Očetom. Kajti Duh odpre naše srce za Božjo navzočnost in ga pritegne v tisti »vrtinec« ljubezni, ki je samo srce Boga. Mi nismo samo gostje in romarji v skrivnosti Trojice. Smo kot Abraham, ki je nekega dne sprejel v svoj šotor tri popotnike in tako srečal Boga. Če lahko v resnici kliče-mo Boga in ga imenujemo »Aba – Očka«, je to zato, ker v nas prebiva Sveti Duh; On je, ki nas spreminja v globini in nam daje izkusiti ganljivo veselje, da smo od Boga ljubljene kot pravi otroci. Vse duhovno delo v nas, usmerjeno k Bogu, opravlja Sveti Duh. Deluje v nas, da bi naše krščansko življenje vodil proti Očetu, z Jezusom.

Katekizem o tem pravi: »Vsakokrat, ko začnemo moliti k Jezusu, nas na pot molitve pritegne Sveti Duh s svojo preHITEVAJOČO milostjo. Ker nas uči moliti tako, da nam kliče v spomin Kristusa, kako bi torej ne molili k njemu samemu? Zato nas Cerkev vabi, naj vsak dan goreče prosimo Svetega Duha, posebno v začetku in ob koncu vsakega pomembnega dejanja« (KKC 2670). To je torej delo Duha v nas. On nas »spominja« na Jezusa in ga dela navzočega v nas – lahko rečemo, da je naš trinitarni spomin, je spomin Boga v nas – in naredi navzočega Jezusa, da ne bi postal osebnost iz preteklosti. Duh naredi, da je Jezus navzoč sedaj v naši zavesti. Če bi bil Jezus zgolj daleč v času, bi mi bili sami in izgubljeni na svetu. Spominjali bi se Jezusa tam daleč, a Duh ga prinaša danes, zdaj, ta trenutek, v naše srce. A v Duhu je vse poživljajoče: kristjanom vsakega časa in kraja je odprta možnost za srečanje Kristusa. Odprta je možnost za srečanje s Kristusom, ne samo kot z zgodovinsko osebo. Duh priteguje Kristusa v naša srca in nas srečuje s Kristusom. On ni oddaljen, Duh je z nami: Jezus še vedno



vzgaja svoje učence in spreminja njihova srca, kakor je to storil s Petrom, s Pavlom, z Marijo iz Magdale, z vsemi apostoli.

To je izkušnja, ki so jo živeli mnogi molivci: moški in ženske, ki jih je Sveti Duh oblikoval po Kristusovem »merilu« v usmiljenju, služenju, molitvi, katehezi ... Milost je srečati takšne osebe: zavemo se, da v njih utripa drugačno življenje, njihov pogled vidi »onkraj«. Ne mislimo samo na menihe, puščavnike; najdejo se tudi med običajnimi ljudmi, ljudmi, ki so živeli dolgo zgodbo pogovora z Bogom, včasih notranjega boja, ki očisti vero. Te ponižne priče so iskale Boga v evangeliju, v prejeti in čašчени evharistiji, na obrazu brata v težavah, in varujejo njegovo navzočnost kot skriti ogenj.

Prva naloga kristjanov je ravno ohranjati živ ta ogenj, ki ga je Jezus prinesel na zemljo (prim. Lk 12,49), torej ljubezen Boga, Svetega Duha. **Brez ognja Duha prerokbe ugasnejo, žalost spodrine veselje, navada nadomesti ljubezen, služenje se spremeni v zaslužjenost.** Na misel mi prihaja podoba prižgane svetilke ob tabernaklju, kjer se hrani evharistija. Tudi kadar se cerkev izprazni in se zvečeri, tudi ko je cerkev zaprta, tista svetilka ostane prižgana, še naprej gori: nihče je ne vidi, pa vendar gori pred Gospodom. Duh v našem srcu je vedno navzoč kakor ta svetilka.

V Katekizmu najdemo zapisano: »Sveti Duh, čigar maziljenje prepaja vse naše bitje, je notranji učitelj krščanske molitve. On je tvorec živega izročila molitve. Seveda je toliko potovanj v molitvi, kolikor je molivcev; toda isti Duh deluje v vseh in z vsemi. V občestvu Svetega Duha je krščanska molitev molitev v Cerkvi« (KKC 2672). Velikokrat se zgodi, da ne molimo, nimamo volje za molitev ali pa molimo kot papagaji z usti, srce pa je daleč. To je trenutek, da rečemo Duhu: »Pridi, pridi, Sveti Duh, ogrej moje srce. Pridi in me nauči moliti, nauči me gledati Očeta, gledati Sina. Na-



uči me pot vere. Nauči me, kako ljubiti. In predvsem me nauči imeti držo upanja.» Gre za to, da neprestano kličemo Duha, naj je navzoč v našem življenju.

Duh je torej ta, ki piše zgodovino Cerkve in sveta. Mi smo odprte strani, pripravljeni sprejeti njegovo pisanje. In v vsakem med nami Duh sestavlja izvirna dela, saj noben kristjan ni nikoli popolnoma enak drugemu. Na brezmejnem polju svetosti edini Bog, Trojica Ljubezni, daje cveteti raznolikost prič: vsi enaki

po dostojanstvu, a tudi edinstveni v lepoti, za katero je Duh hotel, da se razbohoti v vsakem od tistih, ki jih je usmiljenje Boga naredilo za njegove otroke. Ne pozabimo, Duh je navzoč, navzoč je v nas. Poslušajmo Duha, kličimo Duha – je dar, Božji poklon – in recimo: »*Sveti Duh, ne poznam tvojega obraza, a vem, da si moč, da si luč, da mi lahko pomagaš iti naprej in me naučiš moliti. Pridi, Sveti Duh.*« Lepa je ta molitev: »*Pridi, Sveti Duh.*«



VZPOSTAVIMO SRČNE VEZI

Zbrala: Nina Stenko Primožič

Spletno izobraževanje za prostovoljce projekta VAU, 11. marec 2021

Svoje izkušnje in poglede na prostovoljstvo, kako vzpostaviti zaupen odnos z otroki, mladostniki in starejšimi v aktivnostih projekta VAU. – Vključeni. Aktivni. Uresničeni., kaj je tisto, kar v teh časih epidemije ostaja, kaj si lahko podarimo prostovoljci/sodelavci in uporabniki ter kako doživlja lastne omejitve, je z nami delila Kristina Martelanc, psihosocialna svetovalka, socialna delavka na tržaški Karitas in pisateljica.

Že v mladih letih sem pričela delati z otroki, ki so izhajali iz težkih okolij, in ugotovila, da mnogokrat ne morem dosti pomagati, eno stvar pa lahko storim. Vedno in povsod. **Ko se vzpostavijo srčne vezi, se odprejo vsa vrata.** Otrokom, mladostnikom – tem »mojim razgrajčem, izgubljenčkom« – sem dejala: »*Preizkušajte me. Vedite pa, da vas imam zares rada. Ne bom vam težila, če boste hrupni, saj bom znižala jakost aparata, videla tudi ne bom vseh vaših neumnosti ... Eno pa vas prosim, izkoristimo, da se dobro razumemo. Če vas kar koli moti ali če bo mene kaj motilo, si to povejmo. In poskusimo zadeve sproti razčistiti.*« Potem so videli, da sem del njih. Da sem ena izmed njih.

Ko se z nekom srečamo, je najpomembneje ustvariti prostor, kjer tako eden kot drugi začutimo, da je varno in da si lahko zaupamo. Vsak ima svojo tehniko in kolikor je ljudi, toliko je kombinacij. Koliko različnih ljudi prihaja v stiski, koliko različnih dni, kajti dnevi niso enaki ...

Ne gre za tehniko, ampak za to, da si najprej dovolimo mi, prostovoljci in sodelavci, biti to, kar smo: s svojimi napakami, s svojimi omejitvami, s svojimi slabimi dnevi. Saj je logično, kajne? Lažje povem o stiski nekemu, za kogar vem, da ve, kaj je sti-

ska, ker jo je izkusil. Takoj me bo razumel. Najpomembnejše je, da smo to, kar smo. Kajti to je najbolj normalna stvar. Tako zelo normalna in logična, da ljudje nanjo pozabljamo. Mislimo, da moramo biti ne vem kaj ... Sama sem skoraj slepa in brez slušnega aparata skoraj gluha – a ta moja nesreča je v bistvu moja sreča. V odnosu vedno takoj izpostavim svoji šibki točki. **To, da se izpostavim v svojih pomanjkljivostih, me približa ljudem.** Tudi mi moramo prositi za pomoč, ko jo potrebujemo. Ta vzajemnost je pomembna, kajti pomoč drugemu ne more biti enostranska. Meni so otroci, s katerimi sem začela svojo svetovalno pot, čeprav je minilo že 30 let, še vedno v srcu.

Mi si prvi dovolimo biti to, kar smo. Ko se sprejememo taki, kot smo, in se drugemu približamo, se nam bo tudi on približal.

To je pomembno še posebno v današnjem času epidemije, ko se veliko dela preko telefonov in spletnih kamer, kot delate tudi vi, ko je še težje vzpostaviti stik. Toda vsaka težava je priložnost, da najdemo nov način, da se človeku kljub vsemu približamo – sebi in drugemu. Če delamo preko telefona, z ekrani, manjka ta pristen človeški kontakt. Za nekaj časa bo to manjkalo, bomo pa to veliko bolj cenili, ko se bo vse skupaj povrnilo v normalo, ker prej ali slej se bo. Med tem časom gremo naprej in smo vedno na razpolago drugemu, s tem, da smo to, kar smo. Saj ni treba razlagati veliko stvari o sebi, začutimo, dovolimo si zavedanje, da je prva, glavna in osrednja ter zadnja pomembna stvar to, da si dovolimo začutiti človeka, ki je nasproti nam, in mu rečemo (lahko z besedami ali v tišini): »*Glej, tukaj sem, v dvoje ali več kot nas je, lažje si bomo pomagali.*«

Ko delamo z otroki in mladimi, je na prvem mestu, da damo mladi osebi vedeti: »*Poslušam te, in dokler ni drugačnih dokazov, ti verjamem.*« Karkoli nam pove, je pomembno. Tudi če oseba ne govori resnice, je za tem nek razlog. Moja naloga bo, da razumem, zakaj govori neresnico. Če imamo v sebi to držo, da je logično, da smo, kar smo, in da je v redu tako. Kar pa



v nas ni v redu, lahko popravljamo. Če imamo to zavedanje in vero, zaupanje, da v sebi verjamem pripovedovanju otroka, mladega, odraslega, starejšega, tej osebi dajem srčno in duhovno sporočilo, dajem doživljajsko sporočilo brez besed, z besedami sočloveku: »Verjamem ti.« Že Jung je pravil, da v končni fazi ni pomembna absolutna resnica, ki je niti ne poznamo. Pomembno v odnosu do sočloveka, ki ga poslušamo in smo mu blizu, pa je, da prisluhnemo njegovi resnici, tako kot jo on/ona doživlja, se o njej izraža.

Ko prihajajo k meni ljudje različne starosti in mi povedo svojo verzijo resnice, jim verjamem. In če je zanje določeno trpljenje, stiska velika, jo tako sprejem. Meni bi se lahko zdela stiska majhna, celo nepomembna. Mogoče je zame res to neka neumnost, ampak zanj je pomembna. **Zato je treba verjeti stiski in čustvom, stanju, ki ga človek (ne glede na starost) nosi v sebi. Osebi v stiski sporočam: »Skupaj sva, blizu sem ti, žal mi je, če ti je hudo.«**

Izražam tudi svoja čustva ob tem. Če je nekomu hudo, ne rečemo: »Saj ni hudega!«, ampak rečemo: »Žal mi je...« Pustimo človeku, da pove, se zjoče, ne zapirajmo čustev stiske in strahov. Pogosto se dogaja, da spontano hočemo zmanjšati stisko, v kateri je človek. Absurdno. Stiska se bo namreč zmanjšala, ko bo oseba v stiski našla pot iz nje. Skupaj z nami! Ampak mi ne moremo omejevati človeku njegovih čustev: »Naj te ne bo tako strah, ne jezi se toliko, saj ni tako hudo ...« Tako blokiramo stisko osebe, saj ne dopustimo, da govori o njej.

Naj povem s primerom: Ko čistimo hišo, moramo najprej videti in počistiti smeti, ne pa jih pomesti pod preprogo in reči, da ni tako hudo ... Naj bo hudo ali ne, najprej se osebi dovoljuje, da pove o stiski. Z osebo v stiski ustvarjamo varen prostor na ta način, da drugi ve, da lahko pove, če ga nekaj muči, in mi mu dajemo prostor ter pri tem ne gledamo na uro. Če se le da, se omejitvam v času izogibajmo. Ko se oseba izpoveduje, se nam odpira, ne glejmo na uro. Mi prostovoljci, sodelavci Karitas, imamo to prednost, da nam ni treba (kot strokovnjakom, kjer seanse tečejo v točno določenem časovnem okviru) gledati na uro – ker je pomemben čas osebe. **Podarjamo si čas (mi svojega, oni svojega) in v svoji drži damo prednost človeku.**

Najpomembnejši so začetni pogovori, ko se komaj spoznavamo. Pri prvem stiku z otroki, mladimi, tudi starejšimi najbolj začutimo drug drugega in dobro je, da se pri prvem stiku ustavimo dlje časa. Drugi koristen napotek je: ne silimo – gre za obratni ekstrem pri navezovanju odnosa. Eno je, da človeku dopustimo, da čustvuje, se izpoveduje, da si vzame svoj čas, da nam zaupa, ker mu mi zaupamo. Drugo je, da ne silimo: »Daj, povej, kaj te muči, saj te bom razumel/a.« Ne silimo, ker ne vemo, kakšna bo reakcija, kaj se

skriva v tem človeku. Naj ponazorim: Kadar se sprehajam s prijateljem, ni prijetno, da grem pred ali za njim, lepo je, če hodiva drug ob drugem. Če to velja za navaden sprehod, koliko bolj potem velja za srčne in duhovne pogovore.

Pridejo tudi slabi dnevi – tudi mi prostovoljci, sodelavci Karitas, imamo slab dan, nismo perfektni. Grozljivo je, da čutimo, da moramo biti popolni, kajne?! Sploh ne! Pri svojem delu, ne glede na to, ali delam s skupino ali eno osebo, ko imam slab dan, rečem: »Ojoj, danes je pa drek! Danes pa prosim, da mi vi pomagate.« In to je resnica. Veste, zakaj se ne splača pretvarjati, da je vse v redu, češ, da sem dobro in naj kar oni povedo, kaj je z njimi narobe, kako se oni počutijo? **Oseba, ki je v takšni ali drugačni stiski, ima »antene«, s katerimi točno čuti in zaznava, kako se mi počutimo. Če zagotavljam, da sem v redu, oni pa čutijo, da to ni res, spet izgubim tisti košček mozaika, ki se ustvarja pri vzajemnem zaupanju.**



ŽIVLJENJE V SKUPNOSTIH MOST

Zasvojenost je rodbinska bolezen, zato se zazdravljene osebe pogosto ne morejo vrniti v svojo družino ali gospodinjstvo, v katerem so živeli v času svoje zasvojenosti. Če želijo ohraniti trajno abstinenco, si morajo ustvariti povsem novo – trezno socialno mrežo, poiskati primerno zaposlitev in se utrditi v novem zdravem načinu življenja.

Program Skupnosti MOST je namenjen reintegraciji oseb, ki so zaključile osnovno socialno urejanje zasvojenosti, z namenom, da bi preprečili ponovitve zasvojenosti in potrebo po ponovnem bolnišničnem



zdravljenju ali socialni rehabilitaciji. Zazdravljene osebe na takšen način dobijo podporo oseb s podobno izkušnjo zasvojenosti, podporo strokovnega delavca, ki jih spremlja, in možnost živeti v podpirajočem okolju.

Do lani smo bili ena redkih držav, ki ni predvidevala tovrstnih nastanitv. Iz izkušenj držav, v katerih so tovrstne skupnosti stalnica (npr. sober living houses v ZDA), je zaznati, da potreba po nastanitvi v takšni enoti traja več let. Pozitivni učinki takega pristopa so: manj težav, povezanih z recidivi in zasvojenostjo, manj stroškov za zdravljenje in socialno urejanje ter za najbolj socialno izključene tudi preprečitev brezdomstva.

Projektni partnerji smo v februarju in marcu 2021 aktivno sodelovali pri preventivni akciji 40 dni brez alkohola. Naši uporabniki so v okviru te akcije kot pričevalci sodelovali v več medijskih izjavah in sporočilih za javnost. Veseli smo bili tudi odmevov na naš dan odprtih vrat, predvsem ponudb novih kapacitet za bivanje skupnosti.

Z novimi člani, ki bodo v kratkem ustanovili novi skupnosti na Koprskem in v Zasavju, potekajo intenzivne priprave in pogovori. Eden od njih je v tem času dobil zaposlitev. Lotili smo se vmesne evalvacije projekta, hkrati pa že načrtujemo strokovno konferenco, ki jo bomo predvidoma izvedli septembra v Ljubljani.

Iz življenja Skupnosti MOST v februarju lahko povemo, da je pri uporabnikih zaznati stisko zaradi dolgotrajnih protikoronskih ukrepov in posledičnih omejitev pri obiskih ter v družabnem življenju. Osebnostne stiske so nekoliko večje. Občutijo tudi težave, povezane s trenutno manjšimi potrebami po zaposlovanju novih kadrov. Skupnosti se sicer pripravljajo na spomladanska opravila. Športno rekreativne aktivnosti spet potekajo redno tedensko. Uporabniki skupnosti so hvaležni za šahovske komplete, ki so jih prejeli v dar.

#Skupnosti MOST



koper

KORONA NAS JE NAUČILA IZNAJDLJIVOSTI

Marjana Plesničar Jezeršek in Tatjana Rupnik

**Podpora družinam, staršem, otrokom in sodelavkam
Karitas na daljavo od sredine marca 2020 do ...**

Prva polovica leta 2020 nam je življenje obrnila na glavo. V trenutku smo morali zapirati šole, gospodarstvo, morali smo se zapreti v svoja stanovanja in omejiti socialne stike. Za marsikoga je bil to čas preizkušenj in velikih stisk. Tudi programu **Popoldan na Cesti** smo bili primorani pričeti izvajati na daljavo. Osebni stiki niso bili dovoljeni, a kmalu smo ugotovili, da nas tako otroci kot starši potrebujejo. Hitro smo morali prilagoditi delo na način, da smo lahko nudili pomoč tako staršem pri računalniškem opismenjevanju kot tudi otrokom pri šolskem delu. Pred korono smo si želeli več sodelovanja z osnovnimi šolami, v času med korono pa je bilo sodelovanje z nekaterimi šolami zelo močno. Lahko rečem, da so bili stiki skoraj vsakodnevni. Nekateri šole so se hitro prilagodile razmeram, druge so imele s tem veliko težav, in prav slednjim smo bili kot program velika opora. Večino časa smo izvajali učno pomoč oziroma smo otrokom pomagali pri šolskem delu. Tam, kjer je bila možnost, po Zoomu, drugje po telefonu.





Velik problem so bili računalniki. Hvala Občini Ajdovščina, da je takrat podarila računalnike, ki smo jih predali staršem, ki si jih niso mogli privoščiti. Včasih smo bili tudi poštarji, saj smo snov, ki so jo otroci dobili preko elektronske pošte, natisnili in otrokom odnesli v poštne nabiralnike. Ja, dela je bilo veliko, saj smo od sredine marca do sredine maja pomagali preko 120 otrokom v Goriški in Notranjsko-kraški regiji. Nato se je stanje izboljšalo. Toliko, da smo pripravili zanimiv počitniški program, ki smo ga izvajali na različnih krajih, kjer se program Popoldan na Cesti izvaja tudi v živo. V upanju na vse dobro smo pričeli novo šolsko leto, a žal ne za dolgo, tudi tokrat smo morali presedlati v elektronsko obliko. Le da smo tokrat poleg učenja otrokom ponudili tudi popoldanske aktivnosti po Zoomu. In bile so lepo obiskane, saj je bila to možnost, da so se otroci videli, med seboj pogovorili, se nasmejali, včasih razjezili, tudi jokali ... in prav je tako. Vedno smo se učili, da so vsa čustva zdrava in da jih je treba uporabljati. Na koncu smo se zmeraj poslovlili nasmejeni in polni dobre volje.

Prišel je mesec december, ko smo na programu vedno zelo aktivni, a tokrat smo morali poiskati nove ideje, kako otrokom pripraviti lepo božično praznovanje. Veliko smo se pogovarjali o skrivnosti božiča, rojstvu Jezusa, po Zoomu nas je obiskal Miklavž

in veliko znanih Slovencev, ki so otrokom popestrili kratke dneve in dolge večere. Tudi v novo leto smo vstopili polni novih idej. S pričetkom šole so morali nekateri starši vrniti v šolo izposojene računalnike, takrat smo staršem ponovno priskočili na pomoč z donacijo prenosnih računalnikov. Ob tem naj se zahvalim Lions Clubu Zemono za donacijo. Upamo, da situacija ostane vsaj taka, kot je, če že ne boljše. Otroci naj pridno hodijo v šolo, mi pa bomo njim in njihovim staršem vedno stali ob strani, ko se bo kaj zalomilo.

Prav zato je bilo zelo dobrodošlo, da smo v mesecu oktobru začeli tudi s Šolo za starše. Od sodelavk, ki delijo pomoč v Centrih karitas ter preko drugih virov, so do nas prihajale stiske staršev in otrok zaradi šolanja na daljavo in situacije, ki porajajo veliko vprašanj, a premalo odgovorov. Začutili smo, da moramo na te stiske odgovoriti, pa čeprav na daljavo. Organizirali smo Zoom srečanja, ki so bila namenjena temu, da staršem olajšajo njihovo soočanje z epidemijo in njenimi posledicami. Na prvem srečanju smo spregovorili o duševnih stiskah, nato o obvladovanju jeze, o odnosih v naših družinah, o doživljanju praznikov v času epidemije, o dobrih in slabih straneh šolanja na daljavo in vračanju v šolske klopi, o postnem času in o nekemičnih odvisnostih, ki so v času epidemije še bolj v porastu; čisto na koncu, na 10. srečanju, pa o



tistem, kar je marsikateremu otroku zmanjkalo v času epidemije – o motivaciji za učenje in druge obveznosti. Vsa srečanja so vodili strokovnjaki iz posameznih področij, ki so teorijo podkrepili s konkretnimi primeri in bili vedno pripravljeni odgovoriti na vprašanja, ki so se pojavila med samim srečanjem ali že prej. Odziv je z vsakim novim srečanjem večji, po čemer lahko sklepamo, da se je novica o dobrem prijela in med starši zaživela. Komentarji po koncu srečanj so bili vsakič zelo pozitivni in nam dajejo potrdilo, da izbiramo prave teme in prave strokovnjake, takšne, ki jih v tem času starši potrebujejo in želijo slišati. Kot zelo pozitivno ocenjujemo tudi dejstvo, da se Zoom srečanj lahko udeležijo starši od kjerkoli. Redno se tako srečujemo s starši iz celotne koprške škofije, od gora do Obale, na zadnjih srečanjih pa smo imeli tudi nekaj udeležencev iz drugih krajev Slovenije.

V sklopu Centra Bogdana Žorža poleg Šole za starše izvajamo tudi **Usposabljanje v piramidi svetovanja**, namenjeno našim sodelavkam, ki se v Centrih karitas in v župnijskih karitas srečujejo z raznoraznimi tiskami in poskušajo nanje odgovarjati. O tem usposabljanju, ki nam ga je uspelo konec leta 2020 tudi verificirati pri Socialni zbornici, lahko povemo, da smo ga zaradi epidemije tako spomladi kot jeseni prekinili, predvsem zaradi mnenja nekaterih udeleženk, da ne bodo zmogle preko računalnika. Toda po novem letu smo si rekli, pa poskusimo še to na daljavo, mogoče bo pa šlo. In res se je zadnjih 4 srečanj, ki so potekala po Zoomu, udeležila večina udeleženk usposabljanja, tiste, ki niso uspele ali so imele težave s povezavo, pa so dobile posnetek, ki so si ga lahko v miru pogledale. In presenetljivo je tudi njihov odziv kljub začetnim dvomom precej pozitiven. Vsekakor so si enotne, da če že ne gre drugače, je tudi preko računalnika bolje kot nič. Od začetka usposabljanja smo se tako srečale že 14-krat in obravnavale raznovrstne teme, ki so jih predstavili strokovnjaki s posameznih področij. Po besedah udeleženk jim pridobljeno znanje in predane izkušnje dobro služijo tako pri prostovoljskem delu na Karitas kot tudi v zasebnem življenju, zato so vesele, zadovoljne in hvaležne, da smo jim to omogočili.

Korona nas je naučila, da lahko drug drugemu pomagamo, skupaj iščemo rešitve in se izobražujemo tudi na daljavo. Naučila nas je iznajdljivosti, sodelovanja in iskanja novih možnosti. In četudi smo se že dokaj sprijaznili z omejitvami, ki nam jih je naložila epidemija, vsi čakamo dan, ko bo teh omejitev konec. Kajti nič ne more nadomestiti iskrenega stiska roke in toplenga objema.



pač ni topel, ni mehak
in ne diha z nami.

Ljubljana

BESEDA V SLOVO

Hieronim Kavčič

Dragi Pavle!

V četrtek zjutraj nas je razžalostila novica, da si prestopil v svet večnosti. V 64. letu se je po težki bolezni tvoja življenjska pot končala.

Ravno sedaj, ko bi se lahko življenje nekako umirilo, ko so si otroci uredili družine, ti pa si si lahko z vnuki krajšal čas, je prišel ta čas, ko je Bog pripravil prostor zate.

Bil si eden tistih, ki so pred 27 leti urezali brazde ustanovitvi Župnijske karitas Rovte. Bil si optimist in si začel s potrebnimi aktivnostmi. Redno si se udeleževal sestankov, sej, akcij. Vzel si si čas za mnoge potrebne stvari. V pomoč si bil pri pripravi romanj bolnih in ostarelih na Brezje, srečanj ostarelih v župnijski cerkvi, organizaciji dobrodelnih koncertov ter zbiranju poljskih pridelkov. Veliko skrb si posvečal opremljanju bolnikov, vodil si izposojno bolniških postelj, invalidskih vozičkov in drugih bolniških pripomočkov. Zelo rad si se udeleževal raznih srečanj in izobraževanj v okviru Župnijske in Škofijske karitas.



Mirko Rupnik in Pavel Lukan ob prevzemu nove bolniške postelje

Ob obiskih ostarelih za rojstne dneve si jih razveselil s svojo vedrino. V posebno veselje ti je bilo, ko smo razkladali in delili hrano iz zaloga Evropske unije.

V veliko pomoč si bil s tem, da si poznal številne ljudi ter v mnogih opazil njihove stiske in potrebe. Nobenega dela, ki ti je bilo naloženo, ti ni bilo težko opraviti. Lahko smo se zanesli nate.

Tvoje oči so vedno videle, kaj vse je treba še postoriti, in na to si vedno opozarjal.

Župnija in Župnijska karitas Rovte sta ob tvojem odhodu izgubili marljivega sodelavca, ki ga bomo zelo pogrešali.

Pavle, boglonaj! Bog naj ti bo bogat plačnik.



maribor

VSI SMO
BRATJE

Darko Bračun

**Plenum
Nadškofijske
karitas
Maribor 2021**

V petek, 12. 3. 2021, popoldan so se sodelavci in prostovoljci Karitas mariborske nadškofije srečali v spletnem okolju na plenumskem srečanju pod geslom: **»Vsi smo bratje«**.

Leto, ki je za nami, je prineslo mnoge nepričakovane spremembe za naše življenje, tudi kar se tiče dela in pomoči v okviru Karitas. Najbolj boli dejstvo, da človeka v stiski ne moremo sprejeti, ga obiskati, se z njim pogovoriti, mu ob predani konkretni materialni ali psihosocialni pomoči preprosto v osebnem stiku nameniti nekaj dragocenih trenutkov bližine.

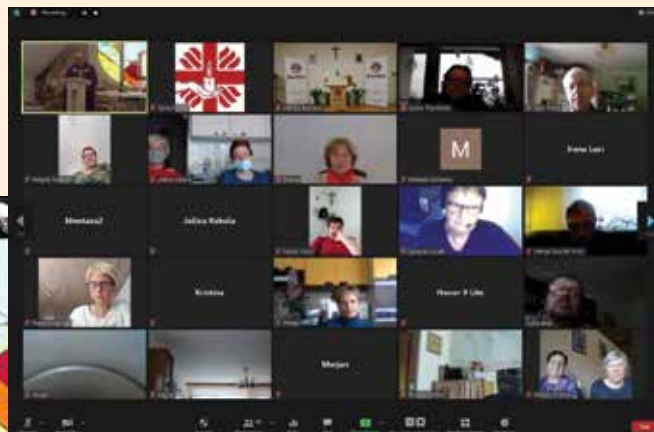
Omejitve in priporočila ob epidemiji covida-19 so globoko zarezali v naše ustaljene poti nudenja pomoči. Veseli pa nas, da smo sodelavci in prostovoljci Karitas po prvih korakih negotovosti vendarle našli poti do človeka v stiski ter nudili ustrezno pomoč mnogim, ki so jo potrebovali, jo potrebujejo in je bodo v naslednjih mesecih še bolj potrebni.

Upamo, da lahko skupaj s sv. Frančiškom Asiškim rečemo, da smo sodelavci in prostovoljci Karitas tudi v času epidemije udeleženi življenju po »evangeljskem okusu«: ljubiti bližnjega, tudi ko si daleč od njega, kakor da bi bil ob njem. Sv. Frančišek Asiški, ki se je čutil brata v soncu, morju in vetru, je seveda bil zelo tesno povezan s človekom. Povsod je sejal mir in hodil z ubogimi, zapuščenimi, bolnimi, zavrženimi ...

Obvezna razdalja, ki se je uveljavila zaradi preprečevanja širjenja virusa, naj po merilih evangelija postaja vedno bolj duhovna bližina, s katero želimo sodelavci in prostovoljci Karitas doseči vse ljudi, ki so v kakršnikoli stiski.

Kljub dejstvu, da se letos nismo mogli srečati v živo, ostajamo povezani. V okviru možnosti (preko spleta) smo predstavili opravljeno delo ter skupaj z nadškofom metropolitom Alojzijem načrtovali delo v prihodnje.

V mreži mariborske Karitas je tako v letu 2020 sodelovalo več kot 1.300 sodelavcev in prostovoljcev, ki so opravili preko 67.000 ur prostovoljnega dela ter pomagali več kot 17.000 ljudem v stiski. Poročila so



pripravili predstavniki ŽK po naddekanatih ter diakon Simon za YoungCaritas Maribor.

Ob bogatem kulturnem programu učencev Glasbene in baletne šole Antona Martina Slomška ter voščilu vsem materam in ženam se je spletno plenumsko srečanje zaključilo v upanju, da se kmalu srečamo iz oči v oči, brez omejitev in razdalje.

novo mesto

**ŽUPNIJSKA KARITAS
ČRNOMELJ PREJELA
ODLIČJE SVETEGA JOŽEFA**

Simon Dvornik

Odličje svetega Jožefa je najvišje priznanje Škofije Novo mesto. Iz roke novomeškega škofa Andreja Glavana ga je 19. 3. 2021 prejela Župnijska karitas Črnomelj za 30-letno požrtvovalno delo na področju dobrotelčnosti in pomoči ljudem v stiki.

Župnijska karitas Črnomelj je bila uradno ustanovljena 17. 2. 1991. Že v samem začetku je bila pod vodstvom ge. Tončke Stepan soočena s posledicami vojne na področju nekdanje Jugoslavije in begunskim valom ljudi iz Hrvaške in Bosne, ki je temu sledil. Begunskim družinam in posameznikom so v sodelovanju s Škofijsko karitas ter donatorji iz tujine nudili osnovno materialno pomoč in pomoč v obliki začasnih nastanitev.



S podporo župnika g. Vinka Podbevška in g. Staneta Kerina iz ŠK Ljubljana je Župnijska karitas Črnomelj kmalu po ustanovitvi dobila lastne prostore za izvajanje osnovnih humanitarnih storitev. Sčasoma je ŽK pričela s širitvijo dejavnosti. Tako je v drugem desetletju svoje delovanje razširila na srečanja, delavnice, predavanja za otroke, mladino in starejše.



Leta 2008 je vodenje prevzela nova tajnica ga. Ana Pavlakovič, ki je s tedanjim župnikom g. Petrom Kokotcem prinesla svež veter v delovanje organizacije. Med drugim so začeli izvajati program Učimo se skupaj, ki poteka še danes. V njem študentje in dijaki ter upokojeni učitelji nudijo učno pomoč otrokom iz širšega območja Bele krajine. Nudijo tudi subencioniranje in štipendiranje dijakov in študentov. Na področju izboljšanja kvalitete življenja starejših je zaživela skupina Breze, pod strokovnim vodstvom in konceptom dela Inštituta Antona Trstenjaka.



Na področju kulture in povezovanja s širšim spektrom družbenega življenja ter prepoznavnosti ŽK Črnomelj redno pripravlja dobrodelne koncerte. Ob takšnih atraktivnih projektih skupaj z učno pomočjo, delovnimi akcijami in animatorstvom Župnijska karitas predstavlja privlačno okolje tudi za mlade prostovoljce. Kvaliteta sožitja generacij med prostovoljci različnih starosti se v Črnomlju kaže v najlepši



luči, ki spodbuja in postavlja ogledalo drugim Župnijskim karitas.

Župnijska karitas zelo tesno sodeluje z Domom starejših občanov Črnomelj. Preko individualnih obiskov, sodelovanja pri svetih mašah in izrednem deljenju obhajila, vsakoletnega obdarovanja s programom ter omogočanja brezplačne izposoje ortopedskih in medicinskih pripomočkov prostovoljci močno popestrijo življenje starejših v njihovem okolju.

Leta 2018 se je na področju Župnijske karitas Črnomelj pripetila naravna katastrofa, kjer je toča za seboj pustila veliko materialne škode. Z zbiralno akcijo pomoči v sodelovanju s Škofijsko karitas Novo mesto in Slovensko karitas so z darovi iz cele Slovenije zbrali 233.810,00 evra, ki so jih razdelili med 238 družin oz. posameznikov.

V sodelovanju s Slovensko karitas in Škofijsko karitas Novo mesto se vključujejo tudi v akcije letovanja družin, otrok in starejših, zbiranja šolskih potrebščin ter pomoči pri nakupu kurjave. Poseben izziv predstavlja delo z Romi, ki so redni obiskovalci in prejemniki pomoči.

Župnijska karitas Črnomelj stremi h konstantnemu plemenitenju vsebine, storitev, dogodkov in pomoči. V letu 2020 je vlogo tajnice prevzela Julita Matkovič, ki nadaljuje dobro delo svojih predhodnikov in k že tako bogati vsebini dodaja svoje strokovno znanje, izkušnje in projekte. S pogledom v prihodnost si želijo razvijati program premagovanja osamljenosti pri starejših ter izvedbo medgeneracijskega dnevnega centra za starejše.

Ob tej lepi priložnosti sodelavci iz celotne Škofijske karitas Novo mesto čestitamo našim prijateljem za priznanje. Hkrati pa se jim tudi zahvaljujemo za njihov neprestani trud pri zaznavanju potreb ljudi v stiski.



celje

MREŽA KARITAS
V ŠKOFIJI CELJE

Temelj delovanja Karitas v Škofiji Celje je mrežno delovanje. Mreža Karitas je sestavljena iz samostojnih ŽK, ki se kot organizirane in trajne dobrodelne cerkvene ustanove ukvarjajo z dobrodelnostjo in družbeno solidarnostjo, glede olajšav, pomoči in drugih spodbujevalnih ukrepov pa so izenačene z drugimi podobnimi dobrodelnimi organizacijami v lokalnih skupnostih, v katerih delujejo.

Cerkvenopravno je posamezna župnijska Karitas dobrodelno združenje vernikov Katoliške cerkve na območju posamezne župnije, ustanovljenao z namenom, da v okviru trojnega poslanstva Cerkve, poleg oznanjevanja in bogoslužja, organizirano udejanja zapoved ljubezni do bližnjega.

Organizacijsko pa je vsaka posamezna ŽK del mreže Škofijske karitas Celje. Vsi evidentirani sodelavci ŽK so prostovoljci Škofijske karitas Celje in poznajo ter sprejemajo etična načela in vrednote Karitas, varujejo dostojanstvo vsakega človeka in skrbijo za varstvo osebnih podatkov uporabnikov, sodelavcev in darovalcev. Prostovoljci ŽK se udeležujejo usposabljanj za sodelavce Karitas, njihovo delovanje pa je prednostno namenjeno blaženju stisk družin, otrok in bolnih ter starejših občanov. Ker gre za organizacijsko povezano mrežo in ker je velik del pomoči Karitas v Škofiji Celje realiziran preko mreže ŽK, v nadaljevanju podajamo strnjeno poročilo, ki je seštevek poročila Škofijske karitas Celje in vseh 76 ŽK, ki delujejo pod našim okriljem.

Naj vse dobro, lepo in plemenito, kar smo zasadili, potaknili in posejali v letu 2020, požene in obrodi sad. Včasih drevo naše dobrodelnosti ne bo mogočna in veličastna cedra, morda bo samo kruljav in od vetrov prebičan vihar. A dokler ne pozabimo, da smo poklicani in poslani, da v zavetju naših vej najdemo zavetje in počitek vsakovrstne ptice, bo vse v redu.

Vsi ljudje smo ustvarjeni po Božji podobi, zato sodelavci Karitas pomagamo vsem, ne glede na spol, etnično pripadnost, narodnost, vero, nazorsko ali politično pripadnost, jezik, gmotno stanje, rojstvo, izobrazbo, družbeni položaj, invalidnost ali katero koli drugo osebno okoliščino.

Upošteujemo in spoštujemo versko tradicijo, kulturo in vrednote vsakega posameznika.

vsi prejemniki 24.190 prejemnikov različnih oblik pomoči.	prostovoljstvo 1.496 prostovoljcev je skupaj opravilo 61.276 ur prostovoljnega dela.	darovalci in donatorji Zaupalo nam je 1.238 rednih darovalcev in 170 donatorjev.
zbrana sredstva V letu 2020 smo skupaj zbrali 1.269.633,67 €.	neposredna pomoč Za neposredno pomoč ljudem v stiski smo namenili 981.615,25 € oz. 89,49 % odhodkov.	stroški delovanja Za delovanje smo namenili 115.191,37 € oz. 10,51 % odhodkov.
pogovori, svetovanja Zabeležili smo 35.788 pogovorov in svetovanj in vključili 4.115 oseb.	lajšanje osamljenosti 4.843 starejšim, osamljenim ali bolnim smo na dom ali v DSO poslali praznična voščila in osebna pisma.	pomoč pri plačilu položnic 2.387 osebam smo pomagali pri plačilu položnic v skupni vrednosti 78.201,51 €.
materialna pomoč Z različnimi oblikami materialne pomoči smo pomagali 17.836 osebam v stiski.	razdeljena živila Razdelili smo 434.516 kg hrane in živil ter zabeležili 12.703 osebe, ki so prejemale pomoč v hrani.	zbrana materialna pomoč Z donacijami smo zbrali 141.772 kg humanitarne pomoči v skupni vrednosti 226.574,20 €.
pomoč na domu Izvedli smo 1.855 storitev pomoči na domu ali pri osebni negi. Vključenih je bilo 64 starejših.	šolske potrebščine Razdelili smo 1.754 paketov šolskih potrebščin in 214 otrokom nudili obšolske dejavnosti.	pomoč v večjih nesrečah 303 osebam smo pomagali v večjih nesrečah in stiskah.
nežna vejica Nasmeh, lepa beseda, dobro delo. Že čisto malo je dovolj, da potaknemo vejico upanja. #nismoSami	mogočno drevo Moč in mogočnost merimo po sposobnosti sobivanja, sprave, sodelovanja. #skupajZmoremo	vsakovrstne ptice Nihče ni tako ubog, drugačen ali oddaljen, da v njem ne bi mogli prepoznati človeka. #zazvenimoSkupaj

koper

TRI SVETE MIZE ...
OBČNI ZBOR KARITAS
V KOPRSKI ŠKOFIJI

Jožica Ličen

V soboto, 20. marca je bil Občni zbor Škofijske karitas Koper v virtualni izvedbi. Če smo se navadno zbrali v ŠG v Vipavi, smo bili letos po celotni škofiji. Uvodno bogoslužje je daroval generalni vikar gospod Slavko. Z močno besedo nas je nagovoril tudi škof Jurij. Vsem smo ob začetku poslali razglednico Koprské škofije in krajev, pomembnih za Karitas. V sliki in besedi sta poročila za leto 2021 predstavili Tatjana in



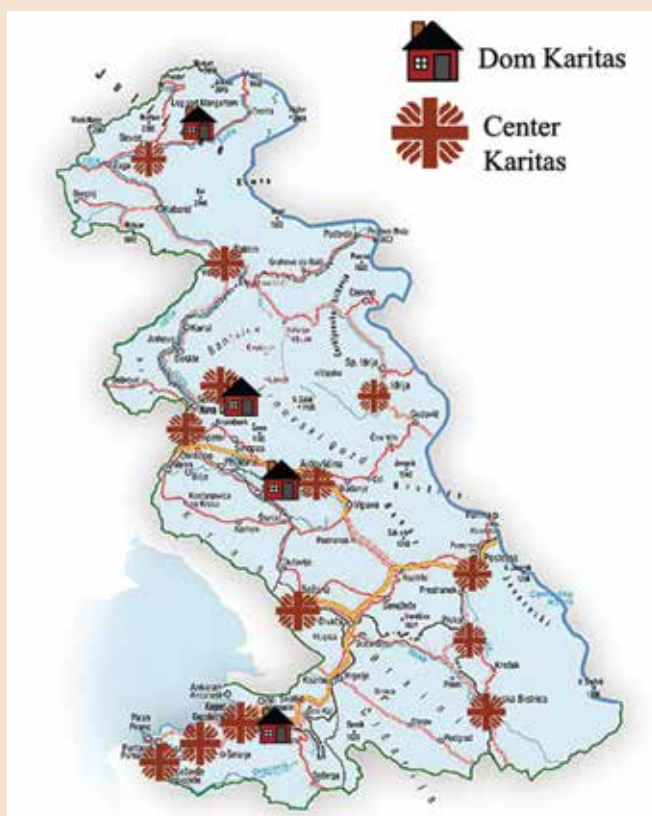
Marjana, v zoom so se oglašile tudi voditeljice OK, DK in odgovorni v Centrih karitas, ki so predstavili način dela v korona času. Program dela za 2021 je predstavila ravnateljica Jožica. Sledil je motivacijski del, kjer so sestre Kobal zapele in skupaj z gospodom Slavkom razmišljale o dobrodelnosti mladih.

Zbornik 2021, ki je bil na Občnem zboru Škofijske karitas Koper obravnavan in v Zoom izvedbi sprejet 20. marca 2021, na kar 122 straneh predstavlja splošne in specifične programe, ki so bili namenjeni ljudem v stiski. Nekaj podatkov:

Mreža Karitas: V času od svoje ustanovitve se je ŠK razvila v mrežo 97 Župnijskih karitas, ki se povezujejo v 3 Območne (Tolminska, Goriška, Istrska) in 5 Dekanijskih karitas (Idrija-Cerkno, Postojnska, Kraška, Ilirskobistriška in Vipavska). Organizirano in z urnikom deluje 13 Centrov Karitas. V celotni mreži je v letu 2020 delovalo 1926 prostovoljcev, dva zaposlena preko javnih del ter 8 zaposlenih strokovnih sodelavk in 1 sodelavec, ki izvajajo različne karitativne in humanitarne dejavnosti na območju Koprške škofije, ki jo pokriva ŠK. Zgovoren je podatek, da so prostovoljci v lanskem letu opravili 88.210 ur prostovoljnega dela.

Koronavirus in z njim povezani ukrepi so se v ŠK odražali v vsej polnosti. Na eni strani je bilo spoštovanje ukrepov, na drugi strani pa dodatne stiske družin, otrok, posameznikov, starejših, brezdomnih. Veliko dela in komunikacije se je preselilo na splet, materialna pomoč pa je tekla v živo skozi vse leto. Po terenu je hitro steklo sodelovanje z občinami, Civilno zaščito, šolami, domovi za ostarele, zdravstvenimi domovi, kakor tudi preko Slovenske karitas na nacionalnem nivoju. Med našimi prostovoljci je veliko takih, za katere se je sleherni dan govorilo, da spadajo v rizično skupino, in se jim odsvetovalo javno delovanje. Toda »Korajža velja!« je veljalo za skoraj vse. Zaupanje v Božjo pomoč, pa maska, razkužilo in varnostna razdalja – da ljudi v stiski nismo pustili na cedilu. Poročila in tabele lahko delaš na daljavo, hrano, higienski material in **šolske potrebščine** pa je treba dati v živo. Velik boglonaj vsem.

Materialna pomoč družinam in posameznikom se izvaja v Centrih karitas: Bovec, Tolmin, Nova Gorica, Grgar, Idrija, Ajdovščina, Postojna, Pivka, Ilirska Bistrica, Sežana, Koper, Portorož in Izola. Pomoč v hrani je prejelo 1.486 družin in 824 posameznikov, pripravljenih je bilo 15.309 paketov. Skupna teža razdeljene hrane je bila 320 ton. Ob materialni pomoči je bilo z družinami in posamezniki opravljenih 9.992 pogovorov in laičnih svetovanj in 1708 individualnih svetovanj. V celotni mreži Karitas je finančno pomoč za plačilo nujnih računov prejelo 341 družin in posameznikov. Poleg hrane je v Centrih karitas prejelo oblačila, obutev in druge osebne predmete več kot 2.000 družin in posameznikov.



Pomoč otrokom: 1.343 šolarjem smo pomagali pri nakupu šolskih potrebščin. Dodano vrednost k pomoči predstavlja še Posvojitev na razdaljo, v katero je vključenih 114 otrok.

Pomoč ostarelim, bolnim, osamljenim se je v glavnem dogajala na **ŽK in je po zbranih podatkih dosegla 6.468 starejših in bolnih.**

V ŠK Koper se izvajajo tudi drugi specifični programi:

Popoldan na Cesti se izvaja na 10 lokacijah (Cesta, Ajdovščina, Vrhpolje, Kamnje, Slap, Vipava, Šempeter pri Gorici, Postojna, Pivka, Ilirska Bistrica): **učna pomoč, organizirano preživljanje prostega časa in tabori, vključenih je bilo 251 otrok in 80 prostovoljcev – Mlada Karitas.** Sem lahko štejemo tudi podporo otrokom in staršem v Centru Bogdana Žorža ter pri Letovanju in Šolo za starše, ki se je v teh kritičnih dneh izkazala za zelo potrebno.

Pomoč brezdomcem na dveh lokacijah: dnevni sklop pomoči v Bertokih, kjer je 694 oseb prejelo pomoč v osebni higieni, hrani in strokovno podporo ter namestitve v Hiša Malorca v Ajdovščini, kjer je povprečno nastanjenih 10 brezdomcev.

O posameznih programih smo in še bomo pisali skozi vse leto, zato le prva stran zbornika:

TRI SVETE MIZE

(škof dr. Jurij Bizjak)

Običajno je rečeno, da imamo v cerkvi dve mizi: Mizo Božje besede in mizo evharistije. Ker pa se pri najsvetejši daritvi uresničujejo vse tri dejavnosti Cerkve, to so oznanjevanje, bogoslužje in dobrodelnost, ne bi smelo biti narobe, če bi mizama oznanje-



vanja in bogoslužja dodali še tretjo – mizo dobrodelnosti v podobi nabiralnika.

Imamo namreč dva vrstna reda treh omenjenih cerkvenih dejavnosti, to je pastoralni in teološki vrstni red: v teološkem vrstnem redu je najbolj imenitna dejavnost seveda bogoslužje, v pastoralnem vrstnem redu pa je najbolj imenitna dejavnost vsekakor dobrodelnost, ker je tudi bogoslužje usmerjeno vanjo in se opravlja tudi zaradi dobrodelnosti: »Tako naj sveti vaša luč pred ljudmi, da bodo videli vaša dobra dela in slavili vašega Očeta, ki je v nebesih!« (Mt 5,16). »Pokaži mi svojo vero brez del, in jaz ti iz svojih del pokažem vero!« (Jk 2,18).

Če je takšna razlaga sprejemljiva, potem lahko rečemo, da imamo pri sveti daritvi dostop do treh miz: do ambona za oznanjevanje, do oltarja za bogoslužje, do nabiralnika za dobrodelnost! Ambon je šola naše vere, nabiralnik je delavnica našega upanja, oltar je dom naše ljubezni.

Modri Sirah piše: »Včasih ti, kar podariš, nič ne koristi, včasih se ti, kar podariš, dvojno povrne!« (Sir 20,10). Dra-

gi dobrotniki in darovalci, dragi prostovoljci in samarijani, naj se vam vaše človekoljubje vedno dvojno povrne!

PET JEČMENOVIH HLEBOV IN DVE RIBI NA KARITATIVNI SVETI MIZI

(ravnateljica Jožica Marija Ličen)

Gospod škof Jurij nas tako izvirno nagovarja, da nam ne preostane drugega, kot da na tretjo sveto mizo dobrodelnosti, v simboličnem pomenu, postavimo pet ječmenovih hlebov in dve ribi ter verjamemo, da jih bo Gospod pomnožil in blagoslovil.

Tudi v tem zborniku, kjer je v človeški pisavi zapisano, da je Gospod velikodušno pomnožil vse, kar smo prejeli, in nam zaupal, da razdelimo množici pomoči potrebnih.

Še več, okrog te mize je Gospod zbral nas, drage sodelavke in sodelavci Karitas, da kot ena družina darujemo svoj čas in pred ljudmi svetimo kakor luč, da se vidijo naša dobra dela in tudi zato slavijo Očeta, ki je v nebesih.

Bog lonaj vsem in vsakemu posebej!

Ljubljana

OPRAVLJENO DELO V LETU 2020 V ŠTEVILKAH

Andreja Ošlaj, Polona Miklič

Delo Škofijske karitas Ljubljana in župnijskih Karitas ljubljanske nadškofije v preteklem letu

Svetovalna dejavnost

svetovanje
(Župnijske karitas)

- 20.025 obravnav
- 7.725 družinskih članov

svetovanje
(ŠKL)

- 1.715 obravnav
- 434 družin

Materialna pomoč ŠKL



- hrana za standardne prehranske pakete	169.029,41 €
- podarjena hrana	186.400,00 €
- hrana EU	475.772,13 €, skupaj 634.761,00 kg
- ozimnica	4.020,85 €; 5.175 kg jabolk in 6.480 kg krompirja



- plačilo položnic: 55.272,81 €, 394 družin z 996 družinskimi člani iz 51 ŽK in ŽU
- namenska pomoč v večjih stiskah za 9 družin 36.998,85 €
- pomoč 3 družinam ob neurju 3.000,00 €
- nakup kurjave, plačilo ogrevanja: 40.110,00 € za 230 družin in posameznikov
- nakup šolskih potrebščin za 1.737 osnovnošolcev in srednješolcev iz 746 družin
v skupni vrednosti 100.710,00 €

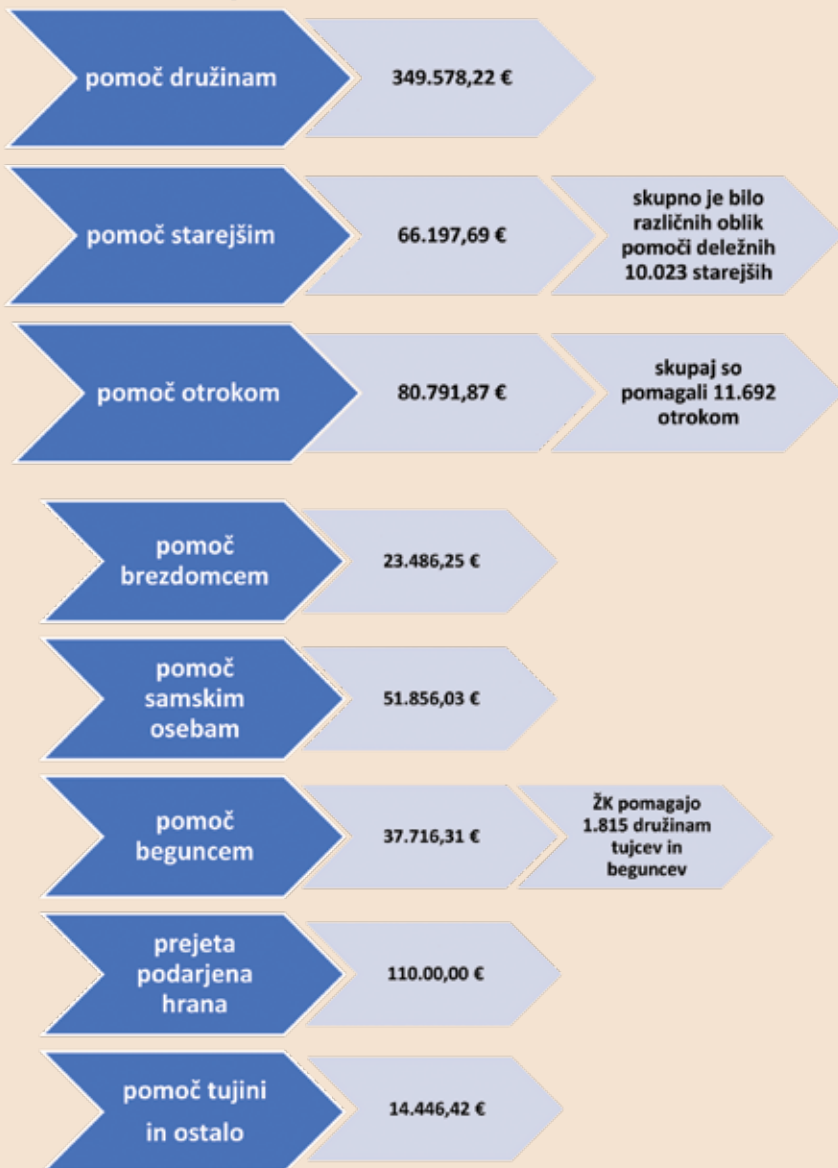


Počitnice, tabori

- letovanje otrok
- letovanje družin
- strokovno vodene počitnice
- zimski tabor slepih

46 otrok in mladostnikov
17 družin, 80 družinskih članov
14 prostovoljcev ŽK in ŠKL
25 udeležencev

Materialna pomoč ŽK



Izobraževanja v okviru ŠKL

21

predavanje zakonske in družinske terapevtke dr. Tatjane Rožič na temo *V ljubezni osvobojeni krivde in sramu*

izobraževanje *Smernice dobre higienske prakse – HACCP za nevladne organizacije* v izvedbi univ. dipl. inž. Tatjane Kruder

predavanje zakonske in družinske terapevtke dr. Tatjane Rožič na temo *V ljubezni osvobojeni krivde in sramu*

izobraževanje *Smernice dobre higienske prakse – HACCP za nevladne organizacije* v izvedbi univ. dipl. inž. Tatjane Kruder

Prostovoljci



Vse natančne podatke po programih pomoči boste med drugimi prispevki našli tudi v poročilu, ki je objavljeno v letošnjem zborniku Škofijske karitas Ljubljana.



ново mesto

SPOZNALI SMO NAŠE DOBRE LASTNOSTI

Simon Dvornik

Leto 2020 je bilo posebno leto. Prihod epidemije nas je usmeril k prilagoditvi programa in delovanja na vseh nivojih organizacije. Spoznali smo naše dobre lastnosti in lastnosti, pri katerih imamo še prostor za rast.

Osnovni namen Škofijske karitas Novo mesto je delovanje na karitativnem, dobrodelnem, humanitarnem in socialnem področju na območju Škofije Novo mesto, v posameznih župnijah, kjer je vključenih 600 rednih in občasnih prostovoljcev. Pri izvajanju programov sodelujejo strokovni sodelavci, vodje in svetovalci.

Nematerialna pomoč

Čeprav je materialna pomoč tista, ki reši trenutne stiske, vezane na dostojno bivanje, PA nematerialna pomoč naredi večje premike pri posameznikih in posledično v družbi nasploh. Na področju Škofije Novo mesto tako prostovoljci po župnijah nudijo pomoč v obliki laičnih razbremenilnih pogovorov, delavnic, skupin, svetovanja, usmerjanja in nujenja opore ob težkih trenutkih posameznikov.

V letu 2020 smo zaznali veliko potrebo po povečanju števila mladih prostovoljcev v družini Karitas. Zaradi epidemije je bilo mnogo prostovoljcev primoranih ostati doma. Povprečna starost prostovoljca kaže na to, da je bila večina našega kadra razvrščena v rizično skupino. Zato smo s pomočjo Mlade Karitas začeli aktivno nagovarjanje mladih k delu v prostovoljstvu. Postavljeni smo v unikaten položaj, kjer imamo možnost ustvariti sožitje in sodelovanje generacij, ki lahko rodi dobre sadove.

Na ŠK Novo mesto izvajamo program strokovno vodene psihosocialne pomoči. Naši strokovni sodelavci v varnem in toplem okolju spremljajo osebe, ki doživljajo različne oblike stisk. Z namenom lažjega sporazumevanja in bolj učinkovitega nujenja pomoči enkrat do dvakrat tedensko, v času dopoldanskih uradnih ur, poteka tudi svetovanje v albanskem jeziku.

Dnevna soba Škofijske karitas Novo mesto

Z letom 2020 smo uvedli program Dneve sobe. Zaradi epidemije koronavirusa so bili naši načrti opolnomočenja in socializacije uporabnikov močno okrnjeni. Dejavnosti smo tako prenesli na splet in preko izobraževanja v obliki člankov, revij in medijske pojavnosti. Kljub vsemu smo z izgradnjo vsebin nadaljevali in zasnovali bogat program, ki bo ob boljšem epidemiološkem stanju lepo zacvetel. V poletju in začetku jeseni smo ob omilitvi omejitev organizirali tudi lepo

število dogodkov in delavnic. Imeli smo tudi skupino za samopomoč, skupino za pare, dve skupini za ženske in skupine anonimnega zaprtega tipa.

Letovanja

V Portorožu smo na letovanju gostovali dve skupini – družine (5 družin) in otroke (13 otrok). Na nivoju Slovenske karitas smo se odločili, da v skladu s priporočili NIJZ letovanje starejših v letu 2020 odpovemo.

Finančne pomoči

V letu 2020 je smo na ŠK Novo mesto obravnavali 469 vlog za finančno pomoč. V obliki bonov smo nudili pomoč pri nakupu šolskih potrebščin ter s plačilom šolske prehrane, vrtca in dijaških domov; poleg bonov smo nudili tudi pomoč z doniranimi šolskimi zvezki (preko 3000 zvezkov), pisali in torbami, glede na potrebe posamezne družine. Večina prošenj se je tudi letos nanašala na pomoč pri plačilu najnujnejših položnic. V drugi polovici leta pa smo mnogim pomagali pri nakupu oz. plačilu kurjave.

Materialna pomoč

Zaradi razglašene epidemije je pomoč v obliki hrane in oblačil potekala po drugačnem sistemu. Potrebe pri ljudeh so se povečale in prostovoljci Karitas so jim srčno prisluhnili. Razdeli smo 205 ton hrane več kot 7000 osebam.

Pomoč v obliki brezplačne izposoje medicinskih pripomočkov je prejelo 97 bolnikov, izposojenih pa je bilo 134 artiklov.

Ob koncu leta smo v sodelovanju s podjetjem 3 TAV, d. o. o., izvedli dobrodelno spodbudo Dva novčiča, namenjeno pomoči osebam pri ponovnem vstopu na trg dela. Izredno veliko hvaležnost čutimo do vseh





posameznikov, cerkvene skupnosti in podjetij, ki so svoje zaupanje Karitas izkazali bodisi z nakazanimi donacijami bodisi z materialom in življenjskimi potrebščinami.

Prostovoljci so v sklopu svojih aktivnosti v letu 2020 zabeležili prek 22.500 ur prostovoljskega dela ter več kot 20.000 prevoženih kilometrov. Skupaj smo s številnimi dobroteljnimi akcijami in prireditvami ter v sodelovanju z župnijskimi skupinami in javnimi ustanovami dosegli stiske več kot 10.000 uporabnikov vseh starostnih skupin.

Vsem sodelujočim sodelavcem, dobrotnikom, podjetjem in podpornikom se iskreno zahvaljujemo.



23

NAGRADNA KRIŽANKA april

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 16. 4. 2021 na naslov:

Slovenska karitas, Kristanova 1, 1000 Ljubljana ali ga sporočite po e-pošti: info@karitas.si

S sodelovanjem v žrebanju soglašate z objavo imena, priimka in karaja bivanja v glasilu Žarek dobrote. Slovenska karitas varuje osebne podatke v skladu s predpisi o varstvu osebnih podatkov.

Vodoravno:

- 1 Starinsko ime za mesec junij
- 2 Nov celjski škof, Matjaž
- 3 Ozka pot
- 5 Znanilec pomladi
- 6 Slovenski mladinski literarni lik
- 9 Športna igra z žogo
- 10 Slovenska ilustratorica, Marlenka

Navpično:

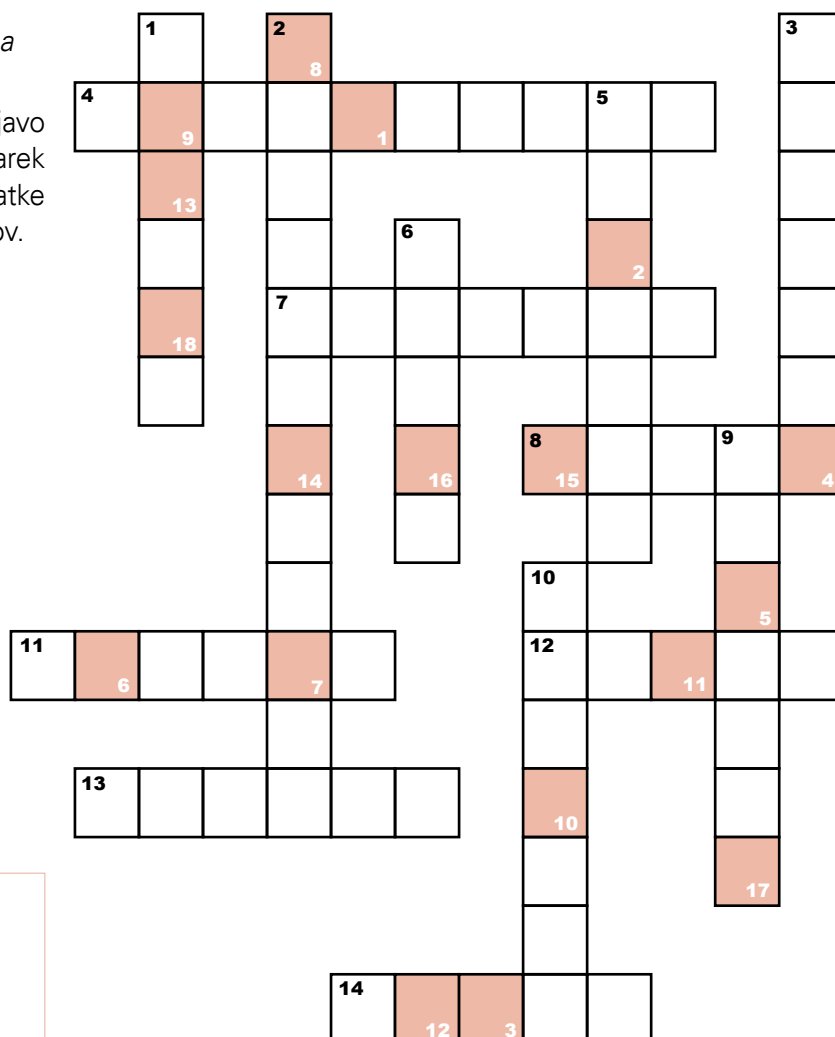
- 4 Letošnje geslo akcije 40 dni brez alkohola
- 7 Japonska umetnost aranžiranja cvetja
- 8 Slovanska boginja pomladi
- 11 Jezusova mati
- 12 Igra s kartami
- 13 Država v vzhodni Afriki
- 14 Drugo ime za divji česen

Nagrade:

1. nagrada: **blok Karitas**
2. nagrada: **majica Karitas**
3. nagrada: **USB ključ**

Nagrajenci februarske nagradne križanke:

1. nagrada: **Peter Keršič**, Horjul
2. nagrada: **Marija Jenko**, Cerklje
3. nagrada: **Branka Matilovič**



Geslo, ki ga izpišete iz obarvanih, oštevičenih kvadratkov:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	18



V postnem času mladi Škofijske gimnaziji v Ljubljani in otroci OŠ Alojzija Šuštarja kupujejo koze v akciji Kupim kožo za svoje revne vrstnike v Afriki, da bodo s tem imeli več hrane. Vsaka koza dobi tudi svoje ime ...



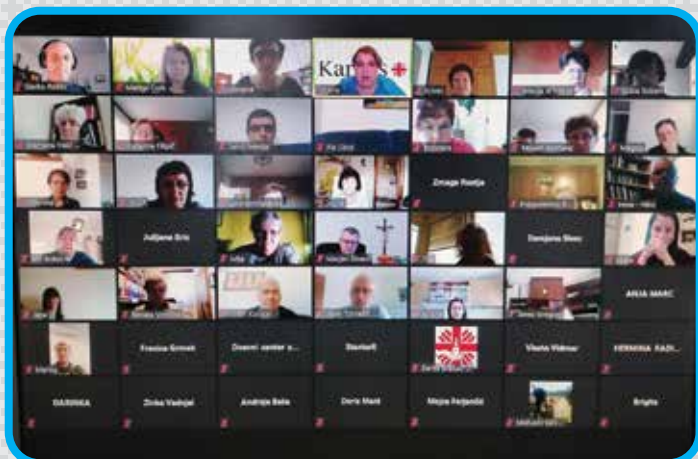
Mlada Karitas iz Prevalj v akciji! Bolni osebi so pomagali pri obnovi in čiščenju stanovanja.



Babica Danica skupaj z vnukinjo Laro pri peki kifeljčkov in gradnji lepih odnosov.



Pomoč otrokom in družinam v stiski v trgovinah Hofer.



Če nas je lani epidemija našla nepripravljene in so bili občni zbori in plenumi odpovedani, so se letos sodelavci Karitas srečali in povezali na daljavo...

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

