

žarek dobrote

5/XIX
maj
2021

glasilo slovenske karitas



Karitas



TEMA MESECA

3 ••• Pokloni zvezek

KARITAS 30+

3 ••• Zastopnik pravic oseb na področju duševnega zdravja

STISKE SODOBNE DRUŽBE

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

TO MORAMO VEDETI

5 ••• Tesnoba v času korone

KARITAS MLADIH

7 ••• Medgeneracijsko kuhanje

NA OBISKU

8 ••• Na obisku pri Veri Horjak Kravos

9 ••• V zori zlati

10 ••• Trije glagoli označujejo pravo srečanje z Vstalim: gledati, dotakniti se in jesti

11 ••• Akcija 40 dni se je končala, pobuda za zmernost je ostala

12 ••• Prostovoljstvo je čudovit poklic

14 ••• Odprte štiri skupnosti

CELJE

14 ••• Pilotni projekt Vključeni in Okrepljeni

KOPER

15 ••• Poznal nas je po imenu

16 ••• Velika noč ŽK Pivke

17 ••• Predati košček svojega znanja

MURSKA SOBOTA

18 ••• Delo v času koronavirusa

POROČILA MREŽE KARITAS

19 ••• Maribor: Nadškofijska karitas Maribor v letu 2020


21 ••• Slovenska karitas:
Poročilo o dejavnosti Karitas v letu 2020

23 ••• Kupim kožo in Lonci juhe za lačne v Venezueli

25 ••• Kalvarija je simbol poti mnogih migrantov in beguncev

27 ••• Razvedrilo

- FOTO NASLOVNA STRAN Andreja Verovšek,
- 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 Mirkač • 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

*Hvaljen, moj Gospod,
v sestri luni in zvezdah;
ustvaril si jih na nebu jasne,
dragocene in lepe*



tema meseca

POKLONI ZVEZEK

Jana Flajs

Na Slovenski karitas smo letos že trinajsto leto zapored vse vrtce in osnovne šole povabili k podpori in sodelovanju v **akciji Pokloni zvezek, ki bo potekala maja in junija**. Tako kot vsako leto tudi letos vabimo k sodelovanju vse veroučence in mladinske skupine. Z akcijo želimo zbrati čim več zvezkov za družine s šoloobveznimi otroki, ki si sredstev za nakup ne morejo zagotoviti same. Hkrati pa želimo vse otroke spodbuditi k solidarnosti do sovrstnikov.

Zvezke zbiramo za več kot 12.000 socialno ogroženih otrok, ki jim bo Karitas preko poletja pomagala s šolskimi potrebščinami. Otroke in njihove starše prosimo, da osnovnošolcem poklonijo **nov veliki črtani zvezek**. Otroci, ki bodo zvezek podarili, bodo prejeli razglednico, na katero bodo lahko zapisali misel, pozdrav in/ali tudi narisali risbo za skritega prijatelja v stiski.

Akciji Pokloni zvezek se že drugo leto zapored pridružuje tudi podjetje Acron, d. o. o., z vsemi poslovalnicami Bags&More in papirnicami Office&More po Sloveniji. Tako bodo maja, junija in julija v vseh njihovih prodajalnah na voljo zvezki, ki jih lahko starši in otroci kupijo ter podarijo za otroke, ki v Sloveniji potrebujejo tovrstno pomoč. Ob zaključku akcije bo podjetje Acron vse v njihovih prodajalnah zbrane zvezke podarilo Karitas.

Veseli smo lepega odziva v preteklih letih. V letu 2020 je akcija Pokloni zvezek zaradi epidemije potekala na drugačen način. Zaradi šolanja na daljavo so bili starši in njihovi otroci povabljeni, da šolske potreb-



Foto: Kristijan Bišof



ščine poklonijo v trgovinah, ki so bile takrat odprte. Skupaj se je vseeno zbralo **več kot 23.000 zvezkov**.

Nekaj srčnih misli iz preteklih razglednic, namenjenih sovrstnikom v stiski:

- ☺ Želim, da bi zvezek čim prej napolnil in pridobil znanje. Pridno se uči in uživa v pisanju.
- ☺ Želim ti, da boš zdrav in da boš dosegel cilje, ki si jih želiš.
- ☺ Želim ti, da bi se s tem zvezkom rad učil ter da bi ti pri tem pomagali prijatelji in družina.
- ☺ Prijatelj, daleč stran zvezek za te imam. Naj bodo v njem zapisane lepe črke, besede, stavki ..., ki ti bodo prinesli novo znanje.

Iskrena hvala vsem mentorjem za dosedanjo pomoč in spodbujanje otrok k solidarnosti. **Najlepša hvala** sodelavcem Karitas, ki ste in boste obiskali sodelujoče šole in vrtce ter zvezke razdelili med otroke, ki jim jih starši zaradi različnih stisk težko kupijo.

Sodelujoče veroučne in mladinske skupine za prejem gradiva (razglednic in plakatov) pišite na e-naslov: jana.flajs@karitas.si.

karitas 30+

ZASTOPNIK PRAVIC OSEB NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA

zapisala: Helena Zevnik Rozman

Na seminarjih Karitas smo del vsebine posvetili zagovorništvo – tako osnovnim pojmom kot tudi posameznim skupinam ljudi. V Veržehu in Stični smo prisluhnili Edu Belaku, zastopniku pravic oseb na področju duševnega zdravja, ki se s tem ukvarja že 15 let. Ima pa tudi bolnega sina, ki ga spremlja že 40 let.

Osebe s težavami v duševnem zdravju imajo različne motnje na področju duševnega zdravja: shizofrenijo, različne oblike depresije, anksioznost, bipolarno motnjo in druge.

Zastopnik pravic oseb na področju duševnega zdravja se aktivira, ko so osebe nameščene v varovanih oddelkih psihiatričnih bolnišnic ali v drugih oblikah institucionalnega varstva. To določa poseben zakon o duševnem zdravju.

Osnovna naloga zastopnika je, da varuje pravice, interese in koristi osebe. Gre predvsem za pravice, kakršna je pravica do gibanja (so zaprti na oddelku, kjer ni veliko prostora), do uporabe telefona (v tistem trenutku so osamljeni, odtujeni tudi od družine, ki jih po navadi spravi na zdravljenje), do obiska, dopisovanja po elektronski pošti, prejemanja pošilk itd. Seve-



da pa imajo neodtujljivo pravico do zastopnika in te jim nihče ne more odvzeti.

Kot je bilo že povedano, se zastopnik aktivira, kadar je oseba na varovanem oddelku, in tudi ob nadzorovani obravnavi. To pomeni, da se zdravljenje nadaljuje v domačem okolju pod nadzorom tima, ki ga določi sodišče.

Zastopnik lahko poleg pomoči pri uveljavljanju pravic sodeluje tudi z zastopnikom bolnikovih pravic, kadar gre za kakšno bolezen, ki je spremljajoča psihiatrični bolezn.

Najpomembnejša naloga je pomagati osebi, ki je na zdravljenju na varovanem oddelku, pri razumevanju postopka sprejema – razložiti, zakaj je tam. Zavedati se je treba, da je takrat stiska velika, postopek prisilne hospitalizacije spremlja policija, zdravniki, reševalno vozilo, in kadar gre za hudo psihotično motnjo, kjer bolnik ne razume, kaj se dogaja, ne razume prisilne hospitalizacije, temveč je v stanju, ko misli, da ni nič narobe.

Nadalje zastopnik nadzira uporabo posebnih varnostnih ukrepov (PVU). Kljub temu da so se metode zdravljenja že močno spremenile, še vedno obstajajo pasovi, s katerimi se osebo priveže, če ogroža sebe in druge. Pravica in dolžnost zastopnika je, da preveri, ali je to v skladu z zakonom in normativi. Po zakonu je lahko človek privezan le štiri ure. Po štirih urah je treba preveriti stanje in ga odvezati. Če še vedno ni v redu, se lahko ponovno uporabi ta ukrep. Dolžnost zastopnika je, da preveri celotno dokumentacijo in postopek. V primeru, da ugotovi napake in so osebi kršene pravice, lahko predlaga upravni nadzor.

Pri zastopanju se vedno upošteva interese in koristi osebe, ki se jo zastopa. Vsi podatki so strogo zaprta in se hranijo v dokumentaciji na MDDSZ – razen v primeru, ko zastopnik zazna, da si oseba, ki jo zastopa, hoče škoditi in ogroziti svojo varnost.

Zastopnik pa se seveda vključi samo v primeru, če oseba, ki je bila sprejeta na varovani oddelek, to izključno sama želi. Lahko ocenjujemo, da je to slaba točka zakona, ker mnogi v stanju, ko so sprejeti in bi nujno potrebovali zastopnika, niso sposobni sami klicati. Takrat je človek najbolj ranljiv in težko pokliče.

Vsi, ki delujejo na tem področju, se trudijo, da bi spremenili omenjeni postopek in bi morale bolnišnice ob sprejemu obveščati zastopnike. Taka praksa velja v tujini.

Zagovarjajo tudi pravico do zasebnosti – da imajo posebno sobo, kjer se lahko v miru pogovoriš. Ob prvem pogovoru se z osebo podpiše dogovor in tudi pooblastilo, kjer piše, da se zastopnik lahko v imenu osebe, ki jo zastopa, pogovori s psihiatrom in drugim osebjem na oddelku. Obstaja seveda tudi možnost, da zastopnika odslovi.

Zastopanje je za bolnika brezplačno, stroške krije MDDSZ. Zastopniki so razdeljeni po regijah, na klic pa se morajo odzvati v 24 urah.

»Pogovor poteka tako, da se najprej poskušamo pogovoriti. Predvsem je treba poslušati in slišati, kar nam želijo sporočiti. Najprej so veseli, da jih bomo spravili ven. Potem povedo svojo zgodbo, v kateri so po navadi največji sovražniki starši ali drugi svojci, nato psihiater, ki nič ne ve in jim daje velike doze zdravil...« V nadaljevanju g. Edo sledi izkušnji, da v primeru, če je prišlo do nesporazumov, sooči osebo, ki jo zastopa, s psihiatrom. Zastopnik namreč ne more odločati, ampak le varuje, da bolniku niso kršene pravice. Če oceni, da so pravice kršene, poskuša težavo razrešiti s prisotnostjo psihiatra. Vse te postopke vodi z osnovnim namenom, da pravice niso kršene.

Prednosti zastopanja je v tem, da se psihološki šok in stiska, ko osebi odvzamejo svobodo, na nek način miri. Ne glede na to, da zastopniki nimajo velikih kompetenc, vseeno blagodejno delujejo na osebo, ki je zaprta. Pomembno je zaupanje zastopnika, njegov pristop, posluh in srčnost. Včasih je treba urediti tudi kaj izven institucije, kar ni zapisano v zakonu. Na primer v času epidemije zaprte osebe niso mogle priti do denarja in denimo do frizerskih storitev. V takem primeru je g. Edo šel kar sam na bankomat in tako pomagal.

Sodelujejo tudi s svojci, ker je dobro, da že vnaprej pripravijo okolje, kamor se bo oseba vračala.

stiske sodobne družbe

PODPORA BLIŽNJEMU, KI SE SOOČA Z DUŠEVNO STISKO (II. DEL)

Kaja Strniša

(nadaljevanje iz prejšnje številke)

VZTRAJAJMO, DOKLER LAHKO. NE OBUPAJMO NAD NJIM/NJO!

Podpora ljudem, ki so v hudi stiski, je lahko zelo težka in utrujajoča. Velikokrat se zdi, da naš trud ne obrodi sadov, saj se kljub prizadevanjem oseba ne počuti boljše.

Pomembno je, da človeka, ki se sooča z eno izmed duševnih motenj, **v nič ne silimo**. Pustimo ga, da govori o svojih občutkih in svojem stanju toliko, kolikor je sam pripravljen. Ne pritiskajmo nanj, da z nami deli več, kot si sam želi. Soočanje z duševno stisko je težko, zato oseba potrebuje veliko poguma in zaupanja, da lahko govori o stvareh, ki jih doživlja.



Ko se nekdo sooča z duševno motnjo, se zelo spremeni. Velikokrat nam v njegovi/njeni družbi ni več tako zabavno kot prej. Posameznik je lahko brez energije, brez entuziazma, ni več tako odprt in lahko se izogiba družabnim aktivnostim.

Ko se ljudje počutijo ekstremno prestrašeno, tesnobno, anksiozno, brezvoljno ali brezupno, je popolnoma naravno, da lahko imajo odpor do naših prizadevanj. Odpovedujejo skupne načrte, prej odidejo z družbeno oziroma se jim popolnoma izogibajo itd. Hkrati pa zelo težko uživajo v aktivnostih, ki so jih prej imeli radi.

Zato je pomembno, da **vztrajamo pri svoji podpori**: da osebo še vedno vabimo na skupne aktivnosti, tudi če nas nešteto krat zavrne, da ji pošiljamo vsakdanja sporočila, da ji govorimo o tem, kaj se nam dogaja, itd. Tako se počuti manj osamljeno. Hkrati ima še vedno stik z vsakdanjim, »običajnim« življenjem.

Kljub temu je nujno, da sami sebe zaščitimo, poskrbimo za lastno zadovoljstvo, zdravje in dobro počutje. Logično je, da nam je hudo in da nas lahko zelo izčrpa, če se nekdo od naših bližnjih sooča s katero izmed duševnih motenj.

Vseeno ne smemo obupati nad človekom, ki nam je blizu. **Posameznik, ki je v duševni stiski, mora uporabiti vse atome svoje moči, da lahko vsaj približno normalno deluje.** Zato ne smemo obupati. Tudi če ne pokaže pretiranega zanimanja, v veliki večini primerov opazi naš trud in podporo.

RESNO VZEMIMO OPOZORILNE ZNAKE

Pomembno je, da resno jemljemo nekatere **opozorilne znake** in da ukrepamo takrat, ko je stanje posameznika lahko nevarno zanj ali za druge. **Kakršen koli znak, da bi se lahko samopoškodoval ali da razmišlja o samomoru, moramo vzeti karseda resno!**

Znaki, da si nekdo skuša vzeti življenje, so lahko različni. **Od bolj očitnih** (samomorilno pismo, da oseba kupi pištolo itd.) ali **zelo prikriti** (npr. oseba popolnoma neha govoriti o prihodnosti, kakršnih koli načrtih ali neha skrbeti zase). Če imamo najmanjši občutek, da je nekdo nagnjen k samomoru, moramo nujno poiskati strokovno pomoč!

Samomorilni znaki pa niso edino opozorilno vedenje, na katero moramo biti pozorni. Obstajajo tudi drugi znaki, da se komu depresivno ali anksiozno stanje poslabšuje.

Med drugim so to: izogibanje družabnim aktivnostim, odpovedovanje dogovorjenih aktivnosti zadnji trenutek, izostanki iz službe, neurejenost itd.

Če pri bližnjem opazite podobne spremembe, se pozanimajte, kako se počuti in če potrebuje pomoč. Preventiva je namreč lahko zelo učinkovita. Zato je dobro ukrepati, še preden gredo stvari na slabše.

MALE ZMAGE IMAJO VELIK POMEN

Soočanje z duševno motnjo zahteva veliko truda in dela. Do končne ozdravitve je potrebnih kar nekaj korakov, zato je dobro, da na poti opazimo **male zmage**, ki jih posameznik doseže.

Bližnjemu pokažimo in mu povejmo, da smo opazili napredek. Tako lahko spodbudimo nekoga, ki sicer preživlja zelo težke čase.

Na primer: če se posameznik zaradi hude generalizirane anksiozne motnje ali agorafobije (strahu pred paničnimi napadi) izogiba vožnji z avtomobilom in opazimo, da se je začel z njim voziti na kratke razdalje, je dobro, da mu to povemo.

Napredek pri soočanju z anksioznimi in depresivnimi stanji je marsikdaj zelo počasen, zato lahko posameznik izgubi motivacijo in zagon. Če opazimo »male zmage«, ga tako spodbudimo, da še naprej vztraja in vidi, da je na pravi poti.

Dobro je tudi, da ga spomnimo na njegove dobre lastnosti, saj je pri posameznikih, ki se soočajo z duševno stisko, zelo pogosta nizka samopodoba.

to moramo vedeti

TESNOBA V ČASU KORONE

Alenka Petek

Čustva so del naše opreme za preživetje in vsako čustvo ima svojo funkcijo. Tesnoba (anksioznost ali bojazen) je eno izmed čustev, ki ga v zadnjem času pogosto opazim pri naših uporabnikih. Tesnoba sodi med neprijetna čustva, kakršna so tudi jeza, strah, gnus in zavist. Prijetna čustva povečujejo kvaliteto našega življenja, medtem ko nam neprijetna čustva omogočajo preživetje in nas ščitijo pred nevarnostmi.

Tesnoba je povsem običajno in za preživetje potrebno čustvo, ki ga doživljamo vsi ljudje. Nekatere znake tesnobe doživljamo v mnogih situacijah v vsakdanjem življenju. Normalno je, da pred izpitom, sestankom, nastopom čutimo določeno napetost. Problematična pa tesnoba postane, kadar je tako intenzivna, da nas začne ovirati pri vsakdanjih aktivnostih. Tesnobo doživljamo na različnih nivojih: na telesnem, čustvenem in miselnem. Na telesnem nivoju aktivira naše telo za beg ali boj. Na čustvenem nivoju ljudje doživljamo tesnobo kot strah, napetost, zaskrbljenost, vznemirljenost, nervoznost. Na miselnem področju pa opazimo samo nevarne vidike določene situacije, ne moremo se skoncentrirati, smo nemirni. Zaradi neprijetnega občutka, ki ga doživljamo ob tesnobi, se situacijam, v katerih smo jo doživeli, izogibamo in iz njih pobegnemo.



Izredne razmere epidemije ustvarjajo med ljudmi občutek nevarnosti, ogroženosti, lahko celo panike. Negotova situacija je stresno stanje, na katerega se različno odzivamo. Nekateri občutijo strah, tesnobo, žalost. Čutijo, da so napeti, razdražljivi, prestrašeni ali jezni. Nekateri stiska ali tišči v prsih, srce jim pospešeno bije, plitvo dihajo, imajo glavobol in moten spanec. Spet druge obdajajo občutki nemoči, strahu, nezadovoljstva ali samo skrbi, kako bodo to premagali.

6 Gospod, ki se je lansko leto zaradi koronavirusa izgubil službo, ima velike težave z glavoboli in nespalnimi nočmi. Ko se pogovarjava, v vsaki stvari vidi samo slabo in negativno. Njegovo doživljanje sveta, družine, prijateljev je zelo negativno in pesimistično, zato so se ga le-ti začeli izogibati. Zelo je razdražljiv in hitro se razburi. Kot vulkan bruha pripombe na vse. Pove, da se počuti, kot drugi hočejo, in je jezen na ves svet. Zjutraj se težko spravi v pogon. Pritožuje se čez nepravičen vrstni red pred trgovino, nerga čez trgovko, ki ga ni dovolj prijazno pozdravila. Vse ga nervira in utesnjuje. Nima obstanka in pravega miru. Ob vsem tem pa se počuti strašno nemočnega.

Hudo je, saj se s tesnobo ne zna spopasti. Postala je del njegovega vsakdana ter je začela obvladovati celotno njegovo življenje. Zaradi tega je ogrožena tudi celotna njegova funkcionalnost, še posebej ko se pojavljajo ponavljajoči se občutki nemoči, ki jih ne zmore obvladovati. Začne se vrteti v neobvladljivem, začaranem krogu. Težko je tudi tistim, ki so negativno naravnani ter v vsem iščejo in vidijo samo negativne in slabe strani. Vse to še dodatno povzroča občutke ogroženosti in strahu.

Kako se bomo odzvali, določajo različni dejavniki: na primer telesno zdravje posameznika, podpora in odnosi z bližnjimi, finančna varnost, starost, izkušnje ... Večjo stisko bodo doživljali ljudje, ki že imajo težave z duševnim zdravjem in svet na splošno doživljajo kot ogrožajoč, nevaren, nepravičen.

Soočanje s stisko je težko, zato oseba potrebuje veliko poguma in zaupanja, da lahko govori o stvareh, ki jih doživlja. Posameznik je lahko brez energije, brez volje, ni več tako odprt, se izogiba družbi, zapira vase.

Gospa, ki jo poznam že nekaj let, ima velike težave z zaupanjem. V zadnjem letu se še stopnjujejo. Misli, da vsi delajo proti njej. Strah jo je iti iz hiše. Pove, da v okolici nikogar več ne pozna. Boji se, da jo bodo sosede ocenjevali, da se bodo obregnili ob njen videz. Strah jo je, da se bo pred njimi osmešila, da se ji bodo vsi smejali ali jo imeli za neumno. Pretirano skrb ji povzroča odnosi v službi, skrbi jo zdravje. Strah jo je, če bo zaradi korone zbolela. Kaj bodo rekli sosede? Kako bo preživela, če bo v karanteni? Vse te misli jo zelo izčrpavajo in utrujajo. Iz situacije ne vidi izhoda. Pri pogovoru je razdražljiva in zelo negativna.

Ker je zelo nezaupljiva, težko naveže stik z ljudmi. Zapira se med štiri stene in se utaplja v strahu in tesnobi. Težko razume, da mora ven v naravo. Da bi ji koristilo tudi branje, zanimive, njej všečne knjige. Lahko se tudi ponovno začne ukvarjati s športom, začne poslušati glasbo, ki jo pomirja. Počne naj nekaj, s čimer si bo preusmerila negativne misli in kar jo bo navdalo s pozitivizmom in jo motiviralo da bo iskala izhod iz labirinta nemoči.

karitas mladih

MEDGENERACIJSKO KUHANJE

zbrala: Bernarda Narobe



Tokrat vam predstavljamo skrivni recept mame Ane, ki je skupaj z vnukinjama Ano in Marijo za vas pripravila okusno rižoto.

RIŽOTA MAME ANE (za 5 oseb)

- 2 čebuli
- 1 žlica domače vegete
- 3 žlice olja
- 200 g piščančjih prsi
- 5 pesti riža parboiled znamke Zlato polje (ena pest riža na osebo)
- 150 g gob
- 2 stroka česna
- 3 liste lovorja
- 1 dl goveje juhe (goveje jušne osnove)
- 60 ml paradižnikove mezge
- sol, poper

Čebulo sesekljamo in jo skupaj z vegeto pražimo, da se čebula popolnoma razpusti, zalijemo z malo mrzle vode in pražimo naprej. Dodamo na koščke narezana piščančja prsa, ki jih prepražimo, nato dodamo gobe nadaljujemo praženje. Ko se gobe spustijo, dodamo dva sesekljana stroka česna, prepražimo, da zadiši, in zalijemo z govejo juho. Če goveje juhe nimamo, lahko uporabimo tudi vodo. V drugo posodo stresemo riž (toliko pesti, kot je ljudi) ga operemo in zalijemo z vodo, po-





stavimo na štedilnik in kuhamo do vretja (3–5 min.). Riž dodamo v ponev, kjer smo pražili vse ostale sestavine, in pazimo, da vode, v kateri se je kuhal riž, ne zavržemo, ampak jo prihranimo za dodajanje k nastajajoči rižoti. Ko se riž skuha, dodamo še paradižnikovo mezgo. Solimo in popramo po okusu. Pazimo, da rižota ne postane suha – vedno moramo dodati dovolj tekočine. Ko je riž kuhan, rižoto serviramo.

Naveza dveh Ana in Marije pravi, da lahko namesto gob uporabimo tudi čemaž ali šparglje.

Bog požegnaj!



DOGAJA se

V sklopu projekta Na zdravo zabavo v naravo in v sodelovanju s Planinsko zvezo Slovenije bomo tudi letos organizirali preventivne delavnice v povezavi z alkoholom, pohodništvom in prometom. Organizirali pa bomo tudi skupinske pohode. Več na www.youngCaritas.si.



MLADI se PREDSTAVIJO

Moje ime je Matej. Trenutno sem zaposlen kot mladi raziskovalec na Inštitutu Jožef Stefan v Ljubljani. Pred letom dni sem se odločil, da si poiščem prostovoljno delo, s katerim bi prispeval k skupnemu dobremu, hkrati pa spoznal nekaj novega. Pri youngCaritas sem našel akcijo Povezani preko telefona in se vključil v pogovor s starejšimi. Ker sem zaradi epidemičnih razmer zmanjšal stike s prijatelji, mi tak način prostovoljstva zelo ustreza, saj sem ugotovil, da rad klepetam s starostniki.

Prostovoljstvo: V preteklih letih sem pomagal kot animator na oratoriju v domačem kraju. Mislim, da je pri mojih 27 letih moja pot prostovoljstva komaj na začetku.

Hobiji: Sem strasten športnik. Zelo uživam v odbojki, hribolazenju, teku (tudi po hribih), plezanju, potapljanju na dah itd. Skratka, če še obstaja kakšna športna dejavnost, ki je dokaj preprosta in je še nisem spoznal, bo kmalu na mojem seznamu želja.

Najljubša hrana: Nobene hrane ne preferiram, jem vse. Najboljše so seveda jedi, ki jih pripravim na domačem štedilniku.

Najljubši kraj za izlet v Sloveniji: Zaradi odmaknjenosti in lepe pokrajine sta mi zelo pri srcu reka Soča in Bovec z okoliškimi hribi.

Najljubša pesem: Najbolj melodični so mi The Beatles, zato bi izbral kar njihovo Let it be.

Najljubši kotiček kjer se sprostiš: Najbolj sproščen sem, kadar hodim oz. se potepam po hribih, sčasoma pa v meni ostaja sproščen občutek tudi na potovanjih. Lahko so to bližnji izleti ali potovanja v daljne dežele z nahrbtnikom na ramenih.

Najljubša slovenska beseda: Od tujcev sem izvedel, da imamo Slovenci zelo lepo besedo, in sicer »pikaplonica«. Na tak način so me tujci naučili, da je slovenščina sama po sebi lepa.





na obisku

NA OBISKU PRI VERI HORJAK KRAVOS

Pogovarjala se je Barbara Godler.

Vera, v življenju imate več poklicev. Kako bi se opisali?

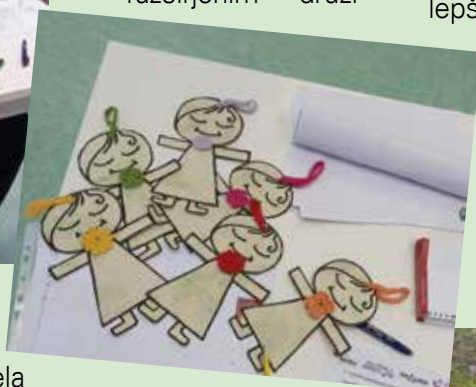
Najlepše mi je začeti kar na začetku, sem hči svojih staršev, ki so v častitljivih letih, mama jih bo letos dopolnila 90, oče pa 92. Živimo v skupnem gospodinjstvu in velikokrat se pošalim, da sta sedaj v domačem hotelu. Sem tudi žena in jeseni bova z možem praznovala 30. obletnico poroke. Najrajši pa sem mama svojim krasnim trem otrokom in sedaj tudi že njihovim razširjenim družinam.



Dobro leto sem tudi babica vnučinki Juliji. Poleg rednega dela sem katehetinja in poučujem 1. in 2. razred, aktivno sodelujem v Župnijski karitas, sem občinska svetnica in še bi se kaj našlo.

Kdaj in na kakšen način ste se prvič srečali s Karitas?

S Karitas sem se srečala v domači župniji, kjer smo imeli duhovnika, ki je bil zelo zavzet za karitativno delo. Že od samega začetka sodelujem in sedaj tudi vodim ŽK Dobrna. Čas, ki ga posvečam našim uporabnikom, me dela celovito osebnost in to tudi z veseljem počnem. Naša Karitas je majhna, vendar se vsako leto razveselimo, koliko obiskov smo opravili, koliko paketov smo razdelili, s koliko različnimi osebami smo se srečali. Zelo pomembno se mi zdi, da smo sodelavci med seboj povezani in delamo v skupno dobro ter smo si med seboj tudi v oporo. Pred tremi leti sem začela s svetovalnim delom tudi na ŠK Celje, kot prostovoljka. Uporabnikom sem bila na razpolago za razbremenitvene pogovore. Z novim letom sem se na ŠKC tudi zaposlila za štiri ure nadomeščanja porodniške.



Kakšno je tvoje stališče do prostovoljstva in kaj ti prostovoljstvo pomeni?

Že sama beseda prostovoljstvo nam pove, da naredimo nekaj prosto in po svoji volji. Današnja družba je vse preveč usmerjena k pridobivanju raznoraznih dobrin, veliki potrošnji in dobrim zaslužkom. Življenje pa je predvsem zelo preprosto in enostavno, seveda če ga tako tudi vzamemo. Zato me delo, ki ne daje posebnega zaslužka, dopolnjuje, nadgrajuje; lahko rečem, da je živeti prostovoljstvo del smisla mojega življenja. Kaj je lepše kot dobiti in podariti nasmeh, nekoga razveseliš s tem, da ga samo poslušáš in si z njim sočuten, da mu pokažeš kanček ljubezni?

Ali meniš, da obstaja recept, kako ustvariti boljši svet?

Sem in bom tudi ostala optimistka. Vedno lahko strmimo k temu, da je nekaj boljšega, tudi boljši svet. Tukaj pa je zanka, v katero se velikokrat ujamemo, in sicer, da vidimo, kaj bi drugi morali storiti za to, da bi svet postal boljši. Postaviti se je treba na pravo stran in se vprašati kaj lahko jaz storim, da bo svet lepši. Morda lepo pozdravim soseda, se nasmehnem prodajalki, se ne jezim na migrante, priskočim na pomoč mladi mamici ... Ja, vsak izmed nas lahko pripomore k temu, da svet postane boljši, samo začeti moramo – pri sebi.

S katerimi projekti se ukvarjate?

Pri ŠKC se trenutno ukvarjam z mednarodnim projektom Interreg – Involved, kjer nas je vključenih pet projektnih partnerjev, tri Karitas iz Slovenije in dve iz Avstrije. Projekt je v zaključni fazi in se trenutno ukvarjamo z izvajanjem pilotnega projekta, ki smo ga na ŠKC poimenovali Vključeni in Okrepljeni. Namenjen je posebno



ranljivim osebam, ki jih preko našega program Socialnega vključevanja ranljivih oseb v prostovoljstvo še dodatno okrepimo z individualnim spremljanjem.

Kaj vam pomeni program Socialnega vključevanja ranljivih oseb v prostovoljstvo?

Na naši ŠK Celje se ta program izvaja že nekaj let. Namenjen je osebam, ki so že tako izključene iz družbe in običajno živijo na obrobju družbe. V naše programe se lahko vključujejo prostovoljno in si s tem povrnejo vsaj nekaj zaupanja v življenje, dostojanstva in velikokrat tudi prepotrebne družbe. Nudimo jim različna dela, kot so ustvarjalne in umetniške delavnice, delo na vrtu in pri urejanju okolice, delo v našem skladišču, pomoč pri čiščenju, kuharske delavnice in še mnogo drugega, za kar pokažejo interes.



Na koncu še vprašanje, kako radi preživljate vaš prosti čas. Ali morda radi berete? Kakšna vsebina vas zanima in kaj bi priporočali bralcem našega glasila Žarek dobrote?

Predvsem ga zelo rada preživljam, moj prosti čas je zelo »svet« in si ga ne dovolim vzeti, kljub vsakdanjim dolžnostim. Res je, zelo rada berem in moj dan ne mine brez vsaj nekaj prebranih strani knjig. Kaj naj vam svetujem? Morda je dobro začeti kar pri Svetem pismu, nikoli dovolj prebrana knjiga, morda bi vam priporočila Viktorja Franka, ki veliko govori o smislu

življenja, pa mlada pisateljica, spreobrnjenka Tessa Afshar s priljubljenimi romani na tematiko svetopi-semjskih dogodkov. Tu sta še krasen pripovedovalec Ivan Sivec in Feri Lajnšček, pa pisateljica Berta Golob in lani nagrajena Veronika Simoniti z romanom Ivana pred morjem.

Bog je ustvaril svet, in tako nam je dal zgled, da moramo tudi mi vedno znova nekaj ustvarjati. Jaz v tem uživam, zato rada šivam, pletem, vrtnarim, plavam, kolesarim in hodim.



V ZORI ZLATI

Alojzij Štefan

Čeprav je bila zadnja (in prva spomladanska) polna luna že 28. marca in zato v petek, 2. aprila, veliki petek ter 4. aprila 2021 Velika noč, je videti, da še kar močno trka na mnoge glave ... Upam, da ne tudi na srca, sploh če pomislim na vse, kar se dogaja v zvezi s pandemijo in ukrepi za zajezitev širitve okužbe; da ne omenjam dogajanj na političnem parketu!

Na mojo glavo in srce pa »trka« tista luna, pravzaprav je to sestra Luna (ali brat Mesec) z družicami zvezdami, ki jih je ustvarila Lepota sama. To je tista nočna luč, ki je bila nema priča najveličastnejšemu zgodovinskemu in nadzgodovinskemu dogajanju ne le v Judeji, ampak v vsem veličastnem prostorju Božjega stvarstva. V trenutkih končnega soočenja z neizmerljivo težo Jezusovega mesijanskega poslanstva. »Bleda luna za oblak se skriva, zvezdica nobena ne miglja!« On sam se sreča z Očetom, da reče podarja-joči se »zgodí se« odrešenju. Kakšna drama! Nobe-na kronika, ki so zadnje čase polne nasilja, prevar ter upora Bogu in zdravemu razumu, še nikdar ni in ne bo poročala o takšni osebni in družbeni dramí. Kakšna ljubezen! Božji Sin pije kelih trpljenja in smrti, ki mu ga je natočil najbolj ljubeči Očka. In kaplje krvi, kot zvezdice znanilke v muki rojenega novega stvarjenja, so polzele. Tisto noč je začel umirati Sin človekov, ki se je že prej dal v večén spomin evharistije, ki ga še danes hvaležno obhajamo in ponavzročujemo »pasho njegove smrti in vstajenja« (KKC, 560). In potem pe-tek: na Njem ni koščka cele kože, ni več kaplje krvi, ki bi solzila. Umre z vso težo grehov vsega sveta, od Adama do zanje žive duše, ki bo poklicana na dan sod-be. Sonce se ni le skrilo, ampak je otemnelo, pretrgalo se je zagrinjalo, ker je ta, v katerem je bilo vse lepo in dragoceno ustvarjeno, umrl za nas in nas odrešil. Spustil se je v najgloblje temine in pripeljal od tam

vse pravične, nam pa odprl vrata večnega življenja! Kakšen dogodek! Vse stvarstvo, predvsem pa človek, je odslej nova stvar v Kristusu.

In nedeljsko jutro! »V zori zlati«, ki jo je ustvarjala luna, zvede in porajajoče sonce, so se stresla nebesa in zemlja. Kamen je odvaljen in Zveličar je vstal! Alelu-ja! Hvaljen, moj Gospod, da so žene v svitu jasne pol-ne lune zagledale prazen grob. Hvala ti za pričevalce vstajenja, s katerimi si se srečeval, jedel in pil in ki si jim v moči Svetega Duha razkril vso radost evangelijske novice. Če bi, dragi moji, res verjeli, da je Božji Sin premagal smrt in nam odprl pot v »nadzvezdni dom« ..., kako drugačen, lep in dober bi bil naš odrešeni svet, kako ljubeče in nežno bi ravnali z njim, kako bi si bili med seboj dragoceni in resnični bratje ... Samari-jani. Podatki o vernosti na Slovenskem, ki jih kaže naj-novejša raziskava, bolj ali manj kažejo na nadaljevanje trendov iz leta 2007, kot jih je zajela takratna raziskava:

| | Aufbruch 2007 | Win Gallup International 2019 |
|---------------------------------------|----------------|-------------------------------|
| Ljudje imamo dušo | - | 65 % |
| Verujem v Boga | 55,18 % | 34 % (»sem veren« 41 %) |
| Verujem v Jezusa Kristusa, Odrešenika | 40 % | - |
| Verujem v posmrtno življenje | 29,71 % | 28 % |

Zadeva ni nedolžna. Duhovnost povprečnega Slo-venca je individualizirana, razcerkvenjena. O veri več ne premišljuje, marveč se opredeljuje polarizirano. »Ko vera ni premišljevana, je nična.« (sv. Avguštin) »Duhovnost, prepuščena sprotnosti in samopašnosti, prej ali slej zdrsne v praznino.« (B. Cestnik, 2019). Pa da ne bo pretirane krščanske patetike: Vstal je in živi na veke! Aleluja. Maranatha.



TRIJE GLAGOLI OZNAČUJEJO PRAVO SREČANJE Z VSTALIM: GLEDATI, DOTAKNITI SE IN JESTI

papež Frančišek

prevod: p. Ivan Herceg DJ, vir: Vatican news

10

Lk 24,35-46

Sedaj se v dvorani zadnje večerje Vstali Jezus predstavi v sredi skupine učencev ter jih pozdravi: »Mir vam bodi!« (v. 36). Toda oni so prestrašeni in mislijo, da »vidijo duha« (v. 37), kot pravi evangelij. Tedaj jim Jezus pokaže rane svojega telesa in pravi: »Poglejte moje roke in moje noge, (rane), da sem jaz sam. Dotaknite se me« (v. 39). In da bi jih prepričal, vpraša za hrano ter jo poje pred njihovimi osuplimi pogledi (prim. vv. 41-42). Ena podrobnost je v tem opisu. Evangelij pravi, da apostoli zaradi velikega veselja še niso verjeli. Tako veliko je bilo veselje, ki so ga imeli, da niso mogli verovati, da je to res. In še druga podrobnost: bili so osupli, začudeni. Začudeni, ker srečanje z Bogom vedno prinese začudenje, ki gre onkraj navdušenja, onkraj veselja, saj je namreč drugačna izkušnja. Bili so torej veseli, a veseli tako, da jim je dalo misliti, da to pa ne more biti res, ne, ne more biti tako. To je začudenje zaradi Božje navzočnosti. Ne pozabite na to stanje duše, ki je tako lepo.

Za ta evangeljski odlomek so značilni trije zelo konkretni glagoli, ki v nekem smislu odsevajo naše osebno in skupnostno življenje: gledati, dotakniti se in jesti. To so tri dejanja, ki lahko dajo veselje resničnemu srečanju z živim Jezusom.

Gledati

»Poglejte moje roke in moje noge,« pravi Jezus. Gledati ni samo videti, je več, saj vključuje tudi namen in voljo. Zaradi tega je eden od glagolov ljubezni. Mamica in očka gledata svojega otročka; zaljubljenca gledata drug drugega; dober zdravnik s pozornostjo pregleduje bolnika ... Gledati je prvi korak zoper ravnodušnost, proti skušnjavi obrniti obraz in gledati na drugo stran proč od težav in trpljenja drugih. Gledati. Jaz vidim ali gledam Jezusa?

Dotakniti se

Drugi glagol je dotakniti se. S tem ko učence povabi, naj se ga dotaknejo in tako ugotovijo, da ni duh, jim in tudi nam Jezus nakaže, da naš odnos z njim ter z našimi brati ne more ostati »na razdalji«. Ne obstaja krščanstvo na razdaljo, ne obstaja krščanstvo na nivo-



ju pogleda. Ljubezen zahteva gledanje in tudi bližino, zahteva stik, podelitev življenja. Usmiljeni Samaritanec se ni omejil le na gledanje tistega človeka, ki ga je našel napol mrtvega ob poti, ampak se je ustavil, se je sklonil, mu oskrbel rane, dotaknil se ga je in ga naložil na svoje živinče ter ga odpeljal v gostišče. Tako je tudi z Jezusom samim, saj ljubiti pomeni vstopiti v življenjsko in konkretno občestvo z Njim.

Jesti

Preidimo sedaj k tretjemu glagolu, jesti, ki dobro izrazi našo človeškost v njeni najbolj naravni pogojenosti, torej v naši potrebi po hranjenju, da lahko živimo. Toda hranjenje, ko to počnemo skupaj v družini ali med prijatelji, prav tako postane izraz ljubezni, občestva, praznovanja ... Večkrat nam evangeliji predstavijo Jezusa, ki živi to razsežnost gostije! Celo Vstalega z njegovimi učenci. Pa vse do tega, da je evharistična gostija postala prepoznavno znamenje krščanske skupnosti. Jesti skupaj Kristusovo Telo je središče krščanskega življenja.

Bratje in sestre, ta evangeljski odlomek nam pove, da Jezus ni »duh«, temveč živa Oseba. Saj nas Jezus, ko se nam približa, napolni z veseljem do te mere, da ne verjamemo, in nas pusti osuple s tistim začudenjem, ki ga lahko da le Božja navzočnost. Kajti Jezus je živa oseba in biti kristjani ni predvsem doktrina ali moralni ideal, temveč je živ odnos z Njim, z Vstalim Gospodom. Gledamo ga, se ga dotikamo, se hranimo z Njim in spremenjeni po njegovi ljubezni gledamo, se dotikamo in hranimo druge kot bratje in sestre.

Devica Marija naj nam pomaga živeti to izkušnjo milosti.



AKCIJA 40 DNI BREZ ALKOHOLA 2021 SE JE KONČALA, POBUDA ZA ZMERNOST OSTAJA

Andreja Verovšek

V soboto pred veliko nočjo, 3. 4. 2021, se je končala tradicionalna akcija 40 dni brez alkohola, ki je letos je potekala že šestnajstič. Z geslom »Moja poteza« je od pepelnične srede osveščala, da preudarno in odgovorno ravnanje do sebe in drugih zahteva od nas osebno odločitev za zmernost pri pitju ali celo odpoved alkoholu za vse življenje. Izbira vsakega posameznika je, ali bo dal prednost alkoholu ali pa zdravju, dobrim odnosom, družini, službi in prijateljem.

Akcija je bila dobro sprejeta. Solidarnost z vsemi, ki trpijo zaradi alkohola, je z odpovedjo alkoholu izrazilo več deset tisoč Slovencev. To je dobra spodbuda, še posebno, ker vemo, da se je v letu 2020 poraba alkohola povečala in smo po mnenju strokovnjakov na pragu še večjega obsega težav in tisk. V času negotovosti žal mnogi posežejo po alkoholu v želji, da bi pregnali negativna občutja, vendar alkohol ni rešitev, saj le zmanjšuje odpornost, kar poveča tveganje za bolezni, razdira odnose in osebne stiske še poveča.

Mreža organizacij za pomoč pri težavah z alkoholom se je predstavila

Da je odločitev za zmernost ali odpoved alkoholu veliko lažja ob strokovni pomoči in spodbudi svojcev, je bilo ključno sporočilo strokovnega srečanja *Mreža organizacij za pomoč pri težavah z alkoholom se predstavlja*, ki je kot sklepni dogodek akcije potekalo 30. 3. 2021. Na njem je več kot devetdeset sodelujočih strokovnjakov, prostovoljcev in laičnih svetovalcev izmenjalo primere dobre prakse ter potrdilo pomen povezovanja in krepiteve mreže medsebojne pomoči v slovenski družbi. Reportaža z dogodka je objavljena na spletni strani www.brezalkohola.si.

»Tudi povezovanje različnih ustanov je tisto, ki daje glas stroke za zmernost, hkrati prislunne žrtvam alkohola na cesti, pri zdravju in v družinah ter kaže vsem, ki so na meji ali že čez, veliko možnosti, da spremenijo svoj način življenja,« je na sklepnem dogodku akcije povedal **Peter Tomažič**, generalni tajnik Slovenske karitas.

Akcijo 40 dni brez alkohola so letos soorganizirali Slovenska karitas, Javna agencija RS za varnost prometa in portal Med.Over.Net ob podpori NIJZ – projekta SOPA ter s sodelovanjem pridruženih organizacij: Društvo žarek upanja, Zavod Varna pot, Katedra za



družinsko medicino – Projekt Sporočilo v steklenici, Zveza klubov zdravljenih alkoholikov Slovenije, Društvo Abstinent, Zavod Vse bo v redu. Letos so se pridružili tudi Društvo UP, Skupnost centrov za socialno delo in Šahovska zveza Slovenije.

Velik del aktivnosti je letos zaradi epidemije potekal na spletu. Tako je bila prvič v vseh letih spletno prenašana tudi tradicionalna maša za alkoholike in njihove družine na Brezjah, 26. februarja 2021. Maše in pričevanj zdravljenih alkoholikov se je udeležilo nekaj več kot 40 zdravljenih alkoholikov, njihovih bližnjih in drugih, ki trpijo zaradi alkohola. Še enkrat toliko jih je dogodek spremljalo po spletu in več kot 400 v kasnejših ogledih. V obliki videoklipov so akcijo letos podprli člani Šahovske zveze Slovenije, med njimi **Laura Unuk**, svetovna šahovska velemejstrica, ki je bila letošnja ambasadorica akcije. Tudi letos je akcija dobila izjemno medijsko podporo.



Vabilo ob koncu akcije

Vabimo vas, naj se odpoved in zmernost pri pitju alkohola ne konča po 40 dneh, ampak naj bo to spodbuda k nadaljnjim korakom vsakega posameznika in celotne družbe proti odgovornemu ravnanju in zmanjšanju tisk zaradi zdravstvenih težav, slabih odnosov ter nasilja v družinah in prometnih nesreč vse leto.

Zato zmerno ali brez alkohola še naprej!

Projekt in dogodek sofinancira ter omogoča:





PROSTOVOLJSTVO JE ČUDOVIT POKLIC

zbrala: Nina Stenko Primožič

Spletno izobraževanje za prostovoljce projekta VAU, 11. marec 2021, nadaljevanje iz prejšnje številke

Zame je delo s sočlovekom, srečanje s sočlovekom na prostovoljni ravni, kakorkoli nam je že dano, čudovita dimenzija – je Klic in Poklic. Ta Poklic je čudovit, ker nam vsem dopušča, da se lahko izboljšujemo. Ne da o sebi mislimo: »O kako sem dober/dobra, ker pomagam,« ampak se zavedajmo, da je včasih boljši tisti, ki človeku v stiski samo sočutno in tiho stoji ob strani, in ne tisti, ki drugega mrcvari z vprašanji in moraliziranjem ... Ta Poklic je zame čudovit in vam ga privoščim.

*Prostovoljstvo je čudovit Poklic,
ki dopušča stalni srčni stik.
Brez tega je človeštvo ubogo.*

Že s tem, ko imaš nekoga rad, se odpira toliko lepih stvari. In če imaš nekoga rad in ti je to povrnjeno, kako je lepo! Pa če imaš rad otroke, mlade, starejše in oni tebe, kakšna moč! Kako nam polepša vsak trenutek bivanja, ko nam je nekdo drag, ljub. Kakšno bogastvo za tistega, ki to doživlja! Nekoga mogoče osrečuje dober avto, torbica za petsto evrov, a zastonske sreče so lepše ... Prostovoljno delo s človekom se sliši kot zelo enostavno. In zame tudi je. Tega se nisem naučila na fakulteti. Poklic prostovoljca, ki ga izbiramo, je zelo enostaven, ker je to prastari klic. Absurdno je, da smo v družbi prišli do tega, da je pomagati drugemu moralo postati poklic. **Ta klic pomagati drugim je v nas, s tem se rodimo, to je naravna danost, da drug drugemu pomagamo. Zato pravim, da je to zelo enostavno, ker nam je prirojeno, to je kot dihati kisik.** Tako kot kadar dihamo kisik in izdihamo ogljikov dioksid, ko delamo z ljudmi, očiščujemo sebe in sočloveku dajemo možnost, da se soočiščuje, da se skupaj osvobajamo, da iščemo rešitve, kjer je grozljivo. Želim si, da bi se otroke že od malega in tudi naprej, v vrtcu, šoli, na fakulteti spodbujalo, da se pogovarjamo o pomoči sočloveku, ker se tako prebujajo naravna danost, ki se ji veliko ljudi izogiba. To, kar je zdaj postalo poklic – pomagati drugim, je bilo včasih klic. Kmetica na polju, ki se je znala samo s križcem podpisati, je znala bolj modro svetovati kot vsi strokovnjaki sedanjega časa, z vsemi knjigami in z vso znanostjo za sabo. Vabim vas, k temu se povrnimo. Če bo sociala k temu pripomogla, super. Če komu pot do sočloveka odpre naravoslovje ali tehnologija,

je dobrodošlo. Marsikdaj so za stiske človeka in za prostovoljno delo neverjetno dojemljivi ljudje, ki v svojem študiju ali poklicu v službi počnejo nekaj čisto drugega. Imajo en poseben posluš za bližnjega. Že od malega nam **primanjkuje nekega nevidnega prostora, v katerem se ljudje lahko srečujemo, si izpovedujemo težave, prosimo za pomoč, se ne sramujemo in ne izkoriščamo, kadar prosimo pomoči. Manjka nam tega zavedanja in stika s samim seboj.** Rada imam tišino in rada tudi obiskujem ljudi, ki so v vegetativnem stanju. Spomnijo me na bistvo človeka, ki je mimo vsega. Streznijo me, kdo smo in kako malo potrebujemo, da se razvijemo v Človeka z veliko začetnico. Kako malo in kako zelo enostavno je ... Tako zelo enostavno, da na to pozabimo.

V moji družini smo bili navajeni, da je družina tisti kraj, kjer si vedno lahko vse povemo, si potožimo, kjer se smejemo ... Tega je v današnjih družinah malo, vem. In kjer tega ni, tam lahko vstopamo prostovoljci. Že dr. Trstenjak je na svojih predavanjih večkrat rekel, da ni pomembno, da je družina krvna. **Družina je tam, kjer je srčna vez.** Hvala Bogu, da je lahko tako. Če nimate izkušnje take družine, kjer se člani med sabo poslušajo, se imajo radi, se sprejemajo in



tudi pripravijo ter se spet spoprijateljijo ... vedite, da družino lahko najdeš v sočloveku. Krvne družine ne moremo izbrati, srčno pa lahko.

*Kdor med vami nima izkušnje
take družine, kjer se člani med
sabo poslušajo, se imajo radi, se
sprejemajo in tudi pripravijo in se
spet spoprijateljijo ... vedite, da
družino lahko najdeš v sočloveku.
Krvne družine ne moremo izbrati,
srčno pa lahko.*



Ni isto, je pa zelo veliko, čudovita možnost, ki jo imamo. **Ko se srečujemo s sočlovekom, najsi bo to otrok, mladostnik, odrasel ali starejši, v vsakem trenutku poustvarjamo srčne člane družine.** Kako zelo vam to privoščim! **Te lepe izkušnje niso lahke, kajti ko imaš nekoga rad in ko sebe daruješ in se ti ljudje odpirajo, si poklican/a, da udejanjiš konkretno pomoč: se izpostaviš, se bojuješ za človeka, iščeš ravno pot, če je treba... Saj zato pa smo tu!** Ni je stvari v življenju, ki bi bila samo lahka, niti ni stvari, ki bi bila samo v eno smer: grda ali lepa. Ko sem bila majhna, smo šli z družino k prijateljem v hribe na obisk. Za hlevom so imeli kup gnoja. Očka me je poklical in mi rekel, naj stisnem nosek in ga pobliže pogledam. Takrat sem še toliko videla, da sem opazila drobne pisane rožice, in če bi bila dovolj pogumna, bi zavohala njihov dišeči vonj. Čudovite so bile. Očka mi je rekel: »Zdaj si majhna, ampak zapomni si, to ti bo še prav prišlo: na gnoju lahko rastejo najlepše in najbolj dišeče rožice.« To sem razumela kot otrok, z leti pa mi je bila ta primerjava iz konkretnega okolja narave še kako dobrodošla. Koliko gnoja je v človeštvu – in prav v tem okolju toliki ljudje postanejo take drobne rožice.

Na enem izmed pogovorov je k meni pristopil čeden moški s hudo depresijo in preizkušnjami, zelo nezaupljiv in s težko življenjsko zgodbo. Dejal je, da bi rad nadgrajeval svoje življenje. Pohvalno. Če morem, mu z veseljem pomagam. Vam povem, kaj mi je zapal, zato da boste vedeli, kako je pomembno, kaj govorimo našim malim. Dejal je, da je bil najstarejši med sedmimi bratci in sestricami, v družini je bilo hudo, mama je bila žrtev nasilja, svoje otroke je nenehno vodila s seboj po mestu. V večernih urah pa so se vedno ustavili na železniški postaji, kjer je mama, da je lahko preživela otroke, hitro našla priložnostne kliente in se prostituirala. To je bil zanje vsakdanji kruh in stil življenja, med enim pretepom in drugim ... K temu prestrašenemu 11-letnemu fantu, ki je moral med tem časom v čakalnici paziti na speče sorojence, je nekega dne pristopil neznanec in mu dejal: »*Dragi fantek, midva se ne poznavata. Ampak iz tega, kar vidim, vem, da je tvoje življenje zelo težko in poznaš stvari, za katere niti odrasel človek ne bi smel vedeti, da obstajajo, ti pa to celo doživljaš. Morda se ne bova nikoli več videla in jaz ti ne morem dosti pomagati, ampak eno ti lahko povem, in če moreš, tega ne pozabi. Zapomni si, zdaj si majhen in ne moreš spreminjati stvari, kmalu pa boš odrasel in boš lahko izbral. Spomni se, da vedno lahko izbiramo med dobrim in slabim. Če se boš odločal za slabo, se boš slabemu približal. Če se boš odločal za dobro, se boš dobremu približal. Zato ti svetujem, da ko boš zrel, se spomni tega stavka in se odločaj za dobro, ker ti bo v življenju boljše.*« Tega gospoda fant ni nikdar več videl. Življenje mu je teklo

naprej: grdo, nesrečno, z nešteto krivicami ... Toda nekega dne se je ob težki preizkušnji spomnil gospodovih besed. Eno samo srečanje – to pravo seme, ki ga je zasejal neznanec, ko je bilo dečku 11-let, se je v pravem trenutku prebudilo v njem in je zasukalo njegovo življenjsko pot k dobremu. Izbral je skromno, a dostojno in mirno življenje.

Velikokrat, ko prihajamo v stik s temi ljubimi otroki, najstniki, starejšimi osebami, s komerkoli, se mogoče sploh ne zavedamo, da en naš stavek danes morda nima niti zaželenega, niti predvidenega učinka – nekega dne pa se v tistem človeku to odpre ... In mi – prostovoljci in ljudje, ki smo čutečega srca – pazimo, da vse, karkoli rečemo, rečemo z dobrohotno željo za dobrobit sočloveka. Ni treba velikih besed, največkrat ni treba veliko dejanj za to, da zavibrira tudi drugo srce in se ta srčna želja udejanji. Ne vemo, kdaj, to ni več naša domena. Pomembno je, da mi to damo.

Tudi epidemija covida nas lahko nekaj nauči; je mikroskop, da poudari stvari, ki ne gredo po pravi poti. Človeštvo se bo moralo spremeniti, gospodarstvo se bo moralo spremeniti ... Vse, kar je bolno, nasilno in krivično, z vso agresijo prihaja na plan. Kar se že tako ali tako dogaja, je zdaj poudarjeno in podarjena nam je priložnost, da ne pometamo pod preprogo, temveč nekaj ukrenemo.

Bistvo našega Poklica in Poslanstva je zelo enostavno: človeku nuditi bližino. Najhujše je, če je človek sam. Naša naloga je, da spodbujamo ljudi, da se povezujejo, da se vzpostavlja človeška mreža, tudi s telefoni in spletnimi kamerami, da ohranjamo bližino.



Projekt COVID-19 – VAU – Vključeni. Aktivni. Uresničeni. je v celoti financiran s strani Republike Slovenije in Evropske unije iz Evropskega socialnega sklada. Mnenja, izražena v besedilu, so mnenja Slovenske karitas in ne predstavljajo uradnega stališča EU in Vlade RS.



ODPRTE ŠTIRI SKUPNOSTI, TIK PRED ZAGONOM ŠE DVE

V programu Skupnosti MOST smo marca 2021 v okolici Kopra odprli četrto skupnost, v naslednjih tednih pa bomo še dve. Konzorcijski partnerji zaključujemo SWOT-analizo našega programa. Ob koncu akcije 40 dni brez alkohola smo aktivno sodelovali in se predstavili v okviru **dogodka Mreža organizacij za pomoč pri alkoholu se predstavlja**, ki ga je organizirala Slovenska karitas in je potekal konec marca preko videokonference. Dogodek je bil dobro obiskan, na njem pa smo lahko slišali različne izkušnje ter dobre prakse ustanov in posameznikov, ki vsak na svoj način pomagajo osebam s težavami zaradi prekomernega pitja alkohola in njihovim svojcem. Zelo pomembno pri tem je, da se različni akterji med seboj povežemo, saj lahko le tako pričakujemo boljši učinek naših prizadevanj. Zato smo projektni partnerji Skupnosti MOST dali pobudo, da se deležniki s tega področja jeseni spet srečajo in izmenjajo izkušnje.

Stanovanja

Zavedamo se pomembnosti namestitvenih kapacitet, zato so naše dejavnosti posvečene tako izboljševanju bivanjskih pogojev v obstoječih skupnostih kot tudi iskanju ustreznih bivanjskih enot za skupnosti, ki so še v nastajanju. Hvaležni smo vsem, ki ste nam pri tem priskočili na pomoč, in se hkrati priporočamo tudi za naprej: če je kdo pripravljen svoje stanovanje oddati v najem skupini oseb, ki se trudijo živeti trezno, naj nas kontaktira in se bomo pogovorili.

Iz življenja skupnosti

V prejšnji številki smo poročali o življenju v skupnosti Zavoda Karitas Samarijan, tokrat pa vam odstiramo skupnosti ostalih partnerjev.

Društvo Žarek upanja v aprilu 2021 v zasavski regiji odpira drugo skupnost. Življenje v prvi poteka po ustaljenih tirnicah. Uporabniki sedaj živijo skupaj že slabo leto. Med seboj so si v veliko oporo, pomagajo si pri hišnih in drugih opravilih. Trenutno pa je zaradi epidemiološkega stanja v državi njihovo iskanje redne zaposlitve nekoliko oteženo. V tem času so se imeli možnost poglobiti vase, v svoje odnose z bližnjimi in pričeti z aktivnim učenjem, pridobivanjem znanja ter delom na sebi. Ker uporabniki veliko prostega časa preživijo skupaj, prihaja tudi do trenj in nesoglasij, ki pa jih skupaj uspešno razrešujemo. Skupnost obiskujemo redno, vsaj enkrat na teden. Takrat imajo možnost individualnega in skupinskega razgovora. V skupnosti trenutno biva šest uporabnikov.

V skupnosti Zavoda Pelikan-Karitas v Posavju je dinamika pestra, saj se člani pogosto menjajo, kar pa glede na relativno nizko starost in specifično uporabo drog ni presenetljivo. Veseli smo, da nekateri uporabniki v kratkem času dobijo v naši skupnosti dovolj podpore, da si uspejo najti službo, svoje stanovanje in lahko zaživijo samostojno, kar je velik uspeh. Spet drugi pa imajo več težav z razumevanjem in upoštevanjem pravil. Trenutno imamo dva uporabnika, ki živita v slogi, mirno in aktivno življenje. Veliko bereta, meditirata in delata. Skrbno urejata in skrbita za samo stavbo in tudi za okolico.

Kontakt: 041 485 844, www.skupnosti-most.si

#Skupnosti MOST

celje

PILOTNI PROJEKT VKLJUČENI IN OKREPLJENI

Vera Horjak Kravos

V mesecu februarju smo na ŠK Celje začeli z izvajanjem pilotnega projekta v okviru mednarodnega projekta Interreg, Involved. Pilotni projekt Vključeni in okrepljeni je namenjen vključevanju posebno ranljivih, ki zaradi svojih ranljivosti ne zmorejo premikov, imajo nižjo motivacijo in imajo večvrstne težave, ki jih ovirajo, da bi napredovali na osebnem področju ter s tem povezano tudi na zaposlitvenem področju.

V okviru naših dejavnosti že izvajamo program Socialnega vključevanja ranljivih oseb v prostovoljstvo – prostovoljski programi, ki smo jih nadgradili z aktivnim osebnim spremljanjem posameznika. S tem želimo posameznikom pomagati na poti do izboljšanja

možnosti za zaposlitev in višjo konkurenčnost na trgu dela, pa tudi na osebnih področjih, ki jih posamezniki želijo okrepiti – ta so predvsem:

- opolnomočenje posameznika v njegovi socialni mreži
- dvig socialnih kompetenc
- dvig komunikacijskih kompetenc
- dvig kompetenc na področju digitalne komunikacije
- opolnomočenje posameznika za samopomoč
- opolnomočenje posameznika na področju delovnih kompetenc in s tem na področju zaposlovanja
- večja konkurenčnost posameznika na trgu dela
- ustvarjanje priložnosti prostora za osebno rast skozi skupinsko delo in skupinsko dinamiko

Dejavnosti socialnega vključevanja, ki so na razpolago našim uporabnikom in se izvajajo v manjših skupinah:

- osebna odgovornost in skrb do organizacije
- delavnice za razvijanje kompetenc, znanj in ustvarjalnosti



- pomoč na župnijskih karitas
- pomoč v humanitarnem skladišču
- pomoč pri pripravi obrokov za udeležence programov socialnega vključevanja
- urejanje okolice
- urejanje in čiščenje prostorov za programe socialnega vključevanja
- pomoč organizaciji pri opravljanju dejavnosti

Individualni načrt, ki se oblikuje tekom srečevanj in izhaja iz potreb in ciljev posameznika, odpira veliko možnosti spremljanja na osebnem področju.

Opis primera – moški, okoli 55 let:

Samski moški, pred leti je zaradi družinske krize in zdravstvenih težav izgubil službo. Socialna mreža se mu je zelo skrčila, nima več »vez« za zagotovitev nove službe. Obupal je nad situacijo, ki se je dodatno poglobila še ob epidemiji koronavirusa, zaradi omejitve gibanja in srečevanja. Kljub delni invalidnosti ne opravi zdravniškega pregleda, hkrati se na razgovorih

srečuje z dejstvi, da rajši zaposlijo mlajšega, zdravega človeka. Ob vseh navedenih stiskah se sedaj poglobljajo duševne težave, depresivnost, osamljenost in ponovno se je začel tolažiti z alkoholom. Z rednimi individualnimi srečanji blaži osamljenost, se trudi, da ne pije alkohola, in hkrati je začel urejati tudi osebno življenje. Vključuje se tudi v prostovoljske dejavnosti, kar mu daje potrditev, da je še vedno dobrodošel, sposoben opraviti kako koristno delo in se družiti.

S pilotnim projektom Vključeni in okrepljeni bomo nadaljevali do konca leta. Naša želja je, da ta projekt tudi dejansko zaživi v vsej polnosti in razsežnosti ter okrepi in vključuje osebe, ki so na obrobju, nezaposlene, brezdomne, ženske žrtve nasilja ali tiste, ki imajo težavo z zasvojenostmi.

Vir: Vera Horjak Kravos – ŠKC, delavnica



koper

POZNAL NAS JE PO IMENU

Jožica Ličen

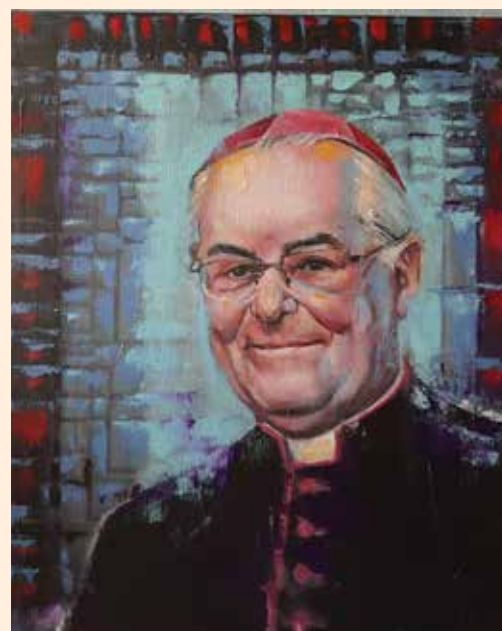
V spoštljiv spomin na škofa Metoda Piriha

Škof Metod je bil moder mož, gospod v pravem pomenu besede, z velikim srcem in posluhom za vsakega človeka. V imenu Karitas se mu zahvaljujem, da je septembra 1990 ustanovil Škofijsko karitas Koper. To je bil le prvi korak na poti karitativnega služenja in skrbi za ljudi v krajevni Cerkvi. Skupaj s škofom Metodom smo korakali po tej poti, se marsikje ustavili in razmislili, kako naprej, ali pa z vso gorečnostjo in hitrostjo pristopili, ko je bilo to potrebno.

Marsikaj se je dogajalo, vendar je bila za sodelavce Karitas skoraj 'evangelijska prilika', kar je zapisala sodelavka Dana Ivančič: »Bovčani se bomo vedno s hvaležnostjo spominjali njegovih obiskov ob svetih birmah, blagoslovih. *Najbolj pa nas je zaznamovala njegova fizična navzočnost ob naravnih nesrečah: velikonočni potres na Bovškem leta 1998, plaz leta 2000 in ponovno potres leta 2004. Ponosni smo bili na škofa ordinarija Metoda, ki mu je bilo mar za trpeče ljudi v trenutkih stiske, ki nas je opogumljal in bodril, spremljal kot zvesti oče svoje nebolgljene otroke. V čast mi je bilo, da sem bila kot voditeljica domače Karitas ob srečanjih deležna njegove zavzetosti za pomoč. Za nas župljane je v šotoru pred močno poškodovano cerkvijo sv. Urha daroval sveto mašo z ganljivim nagovorom. Hvaležno smo ga župljani in krajani sprejemali tudi kasnejša leta, ko si je naš kraj izbral za dneve oddiha, nas klical po imenih in slavil Božje stvarstvo.«*

Morda samo nekaj poudarkov in naše 30-letne skupne poti:

V prvem desetletju je celotno primorsko Cerkev spodbujal z besedami: »Karitas v vsako župnijo.« Na enem od prvih srečanj v »šoli za karitas« nam je rekel, kar še vedno ponavljam, da je karitas z malo začetnico del vere in srca, Karitas z veliko začetnico pa organizacija, ki mora vedno biti posledica vere in srca. V tem času je blagoslovil Dom Karitas v Solkanu, Soči in na Cesti. Z njegovo podporo so takrat zaživele številne pobude, tudi Posvojitve na razdaljo in Umetniki za Karitas.





Prav pri Umetnikih za Karitas je bil, kot škof ordinarij in kasneje kot prijatelj, vedno z nami tako na Sinjem vrhu ob koloniji kot na dvorcu Zemono ob odprtih razstav. Znal je povezati vero in umetnost in prav zaradi svoje močne besede je bil med umetniki deležen velikega spoštovanja. Ob razstavi leta 2014 je bil z nami v Rimu, od koder ostaja veliko lepih spominov pa tudi nekaj nepozabnih anekdot. Tudi tisto, ko je utrujen od dolge poti malo zadremal v Matejevem avtomobilu, da bi lahko bil zvečer na odprtju razstave čil in spočit. To je bilo na dvorišču vatikanske palače, ki je bila namenjena le posebnim gostom. Ko je policija hotela, da gre avto stran, jim je Matej povedal, da v njem spi 'vescovo'; obzirno in po prstih so odšli proč. Ja, tudi preprost škof je deležen spoštovanja.

Ob stiskah in nadlogah, ki so v drugem desetletju zadele našo Karitas, je vedno ostal odprt in sočuten do stisk po svetu. Ostal je zvest prijateljem iz pobratene Škofijske karitas Banjaluka. V prvih letih sodelovanja je obiskal tabor Streha nad glavo ter kot pravi brat poslušal in tolažil banjaluškega škofa dr. Franja Komarico, ki je zaradi vojne in izseljevanja izgubljal vernike. Pa ne le škofa in sodelavce Karitas, marveč je želel obiskati družine, ki smo jim pomagali. Poslušal in spodbujal jih je kot oče. In spet nepozaben dogodek: sveta preproščina bosanskega vernika je narokovala, da so škofom poljubili roke. Morda drugim, toda škof Metod je imel ves čas obe roki v žepu in se tako izognil nepotrebni časti.

Škof Metod je večkrat obiskal naše misijonarje. Ko smo pri Karitas zbrali veliko pomoči za misijon, kjer je deloval Danilo Lisjak, je julija 2006 odšel v Kongo tudi škof Metod in v don Boscovem mladinskem centru v Gomi blagoslovil Slovenski dom, ki je nastal z darovi in delom številnih slovenskih ljudi in je namenjen dekletom, ki so bila med sirotami najbolj zapostavljena.

Tretje desetletje, ko se je kot upokojeni škof naseлил v Dijaškem domu v Vipavi, je postal naš dobri prijatelj, ki je bil pripravljen odgovoriti na vsako prošnjo po sodelovanju. Vedno je bil pripravljen poslušati in modro svetovati. Nepozabne so duhovne obnove sodelavcev Karitas v Vipavskem Križu, kjer nas je z očetovsko skrbjo poslušal in z modro besedo spodbujal, včasih tudi 'ustavljal'. Kljub upokojitvi je bil od leta 2013 do 2015 predsednik Slovenske karitas in kaj hitro spoznal sodelavce ter karitativno delo v domovini.

S posebnim veseljem se je udeležil srečanj, ki smo jih imeli pri Svetogorski Kraljici. Ko sva se tam zadnjič srečala, mi je položil na srce: »Zaupanje v Marijo, družino in sodelavce Karitas naj bo vaša prioriteta, vse drugo bo prišlo samo.« Hvala, dragi g. Metod, tudi zaradi Vas bomo še raje poromali na Sveto goro in obiskali kraj vašega zadnjega bivališča. Bodite naš priprošnjik. Amen!

VELIKA NOČ ŽK PIVKA

Milka Smrdel Topič

Praznovanje letošnje velike noči je bilo veliko lepše kot lani. Lani nam zaradi epidemije ni bilo dano, da bi bili na cvetno nedeljo prisotni pri blagoslovu oljčnih vejic. Letos smo ob upoštevanju vseh navodil o preprečevanju širitve virusa covid-19 lahko prisostvovali obredu blagoslova okrašenih oljčnih vejic. Hvala Bogu za to doživetje, saj je naredilo praznike veliko bogatejše.

Letos je krasitev oljk potekala v krasnem medgeneracijskem sodelovanju. To je še en dokaz, da smo drug drugemu potrebni ter da sožitje mladih in starejših vedno obrodi lepe sadove. Tokrat so to bile okrašene oljčne vejice, s katerimi smo polepšali velikonočne praznike stanovalcem Doma za ostarele v Postojni in Zavoda Talita Kum.





PREDATI KOŠČEK SVOJEGA ZNANJA

Marjana Plesničar

Tudi v preteklem mesecu smo našli čas za nekaj izobraževanj v okviru Centra Bogdana Žorža. Prvo od srečanj je bilo namenjeno obravnavi nasilja v družini. Povabili smo tako udeleženske Usposabljanja za svetovanje kot tudi slušateljše Šole za starše.

O nasilju v družinah, ki je trenutno v zaskrbljujočem porastu, nam je spregovorila Milena Brumat, direktorica Zavoda karitas Samarijan, v okviru katerega delujeta dva materinska domova in varna hiša ter drugi programi, namenjeni žrtvam nasilja. Preko konkretnih primerov, s katerimi so se v Zavodu srečali, nam je predstavila, kaj lahko kot sodelavci Karitas (ali kot tisti, ki v svojem okolju prepoznamo nasilje) naredimo, da prekinemo krog nasilja. Naša naloga je predvsem, da osebo, ki je žrtev, sprejmemo brez obsojanja in ji pomagamo do odločitve, da sprejme pomoč. Žrtve družinskega nasilja so tudi otroci, četudi so samo spremljevalci dogajanja, kar jim lahko pusti hude posledice. Zato je nadvse pomembno, da če v svojem okolju zaznamo nasilje, ne odlašamo, ampak ga prijavimo. To lahko storimo tudi anonimno na spletni strani Zavoda Samarijan.

17



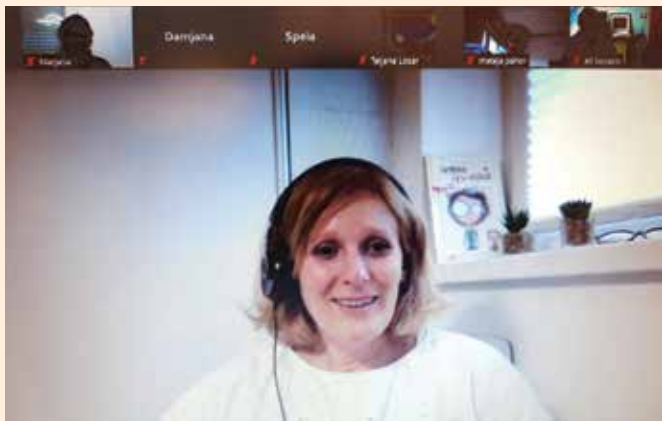
Vsako leto sodelavke Karitas na cvetno nedeljo odnesemo v dom za ostarele Postojna in Zavod Talita Kum voščilnice in blagoslovljene oljčne vejice. Tam jih osebno razdelimo med oskrbovance. Lani zaradi epidemije tega nismo mogle storiti, letos pa smo to izvedli v sodelovanju z zaposlenimi v obeh domovih. Blagoslovljene vejice smo odnesle v obe ustanovi, kjer so jih zaposleni razdelili med oskrbovance. Nismo se še pripeljale domov, ko so nas klicali iz doma za ostarele in nam povedali, kako nepopisno veselje je bilo med oskrbovanci, ko so dobili blagoslovljene oljčne vejice in voščilnice Škofijske karitas Koper. Nekaterim oskrbovancem so se orosile oči.

Prav ta iskrena hvaležnost, ki jo vidimo v njihovih očeh, naredi praznike popolne. Ko prebirajo voščilo in oljka krasi njihov prostor, vedo, da jih nismo pozabili in da se z njimi vsako leto znova veselimo Kristusovega vstajenja.



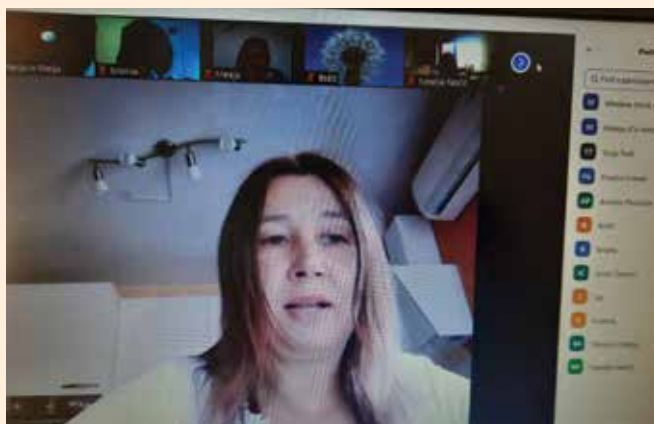
Izobraževanje, Milena Brumat, Nasilje v družini

Naslednje izobraževanje je bilo namenjeno predvsem staršem. K sodelovanju smo povabili priznano pedagoginjo, inštruktorico učenja Leo Čerin. Želeli smo, da nam pove nekaj o tem, kako narediti učenje prijetno za naše otroke in za nas starše. Povedala nam je, da je pomembno, da na učenje pogledamo skozi oči svojih otrok, da ozavestimo, kje se naši in otrokovi pogledi razhajajo, ter se otrokom s tem zavedanjem približamo, jim prisluhnemo in na ta način pomagamo, da učenje ne bo več breme ter vzrok nepotrebnih preprirov. Podelili smo si dragocene izkušnje in vsi pridobili nekaj znanja za lepše odnose z našimi šolarji.



Izobraževanje, Lea Čerin, Konec prepirom o šoli

Sledilo je še izobraževanje v sklopu Usposabljanja za svetovanje na temo socialni transferji. Pridružila se nam je Tanja Turk, socialna delavka, zaposlena na Centru za socialno delo Ajdovščina, ki deluje na področjih prve socialne pomoči, varstva odraslih in osebne pomoči. Predstavila nam je pravice do denarne socialne pomoči, izredne denarne pomoči, varstvenega dodatka, subvencije najemnine, pogrebnine in posmrtnine. Ker gre za pravice, s katerimi se vsi srečujemo ali kot sodelavci Karitas ali v osebnem življenju, se je pojavilo veliko vprašanj, in zato je čas kar prehitro minil, tako da vseh socialnih transferjev nismo uspele obdelati. Hitro nam je tako padlo na pamet, da bomo go. Tanjo povabili še enkrat, saj so bili njeni odgovori izčrpani, konkretni primeri iz njene dolgoletne prakse pa ravno tisto, kar želimo na usposabljanju slišati, da si lahko z njimi pomagamo pri svetovanju ljudem, ki se znajdejo v stiski.



Izobraževanje, Tanja Turk, socialni transferji

Vsa tri srečanja so bila zanimiva in koristna, zato se zahvaljujemo vsem trem predavateljicam, da so sprejele našo prošnjo za sodelovanje in nam predale košček svojega znanja ter izkušenj. Hvala tudi vsem, ki se naših izobraževanj udeležujete. Prav to, da drug z drugim delimo svoje zgodbe in svoje poglede na določene probleme, je smetana na vrhu kupčka vsega znanja, ki ga pridobivamo.

Še vedno se je na srečanja mogoče prijaviti na naslovu: marjana.plesnicar@gmail.com.

murska sobota

DELO V ČASU KORONAVIRUSA

Jože Hozjan

V času koronavirusa je karitativno delo oteženo, vendar je tudi v teh okoliščinah nujno treba na način, ki je mogoč in po predpisih.

V normalnem času smo se sodelavci Škofijske karitas vsak drugi ponedeljek zbrali na srečanju, kjer smo načrtovali svoje delo, pa tudi ocenjevali, kako smo načrtovano delo izvršili. Sedaj se redno ne zbiramo na sestankih, ampak samo takrat, ko je to nujno potrebno. Sodelujemo pa preko e-pošte in telefona.

Edino, kar je ostalo normalno, je moje pisanje in pošiljanje snovi za srečanja Skupin starejših, čeprav v tem času srečanj ni. Tako sem dokončal razmišljanja ob evangelijih, sedaj pa pišem razmišljanja o delih usmiljenja in ob različnih molitvah.

V murskosoboški bolnišnici imam po navadi vsak teden sveto mašo ob sredah zvečer ob 20. uri in ob nedeljah dopoldne ob 10. uri. V času covida sem dolgo maševal sam, ko pa je bil vhod v bolnišnico prezahteven, sem maševanje opustil.

V Domovih starejših v Rakičanu in v Murski soboti sem vsak teden maševal ob četrtek v Rakičanu in ob petkih v Murski Soboti. V Rakičanu je k sv. maši prišlo okrog 100 stanovalcev. Po sv. maši sem odnesel sv. obhajilo po sobah (okrog 50). V Murski Soboti je prišlo k sv. maši okrog 20 stanovalcev, desetim pa sem sv. obhajilo odnesel v sobe. Ob božiču in veliki noči smo (5 duhovnikov) po sobah spovedovali stanovalce, ki so to želeli, ter jim podelili maziljenje in sveto obhajilo, da smo jih pripravili na božič in veliko noč.

V času covida sem v Rakičanu potem imel sv. mašo zunaj na dvorišču pred Domom, ko pa se je stanje poslabšalo, sem moral to opustiti. V Murski Soboti sem moral sv. mašo takoj opustiti (nekaj jih je bilo okuženih), po izboljšanju stanja pa jo zopet imamo na vsakih 14 dni ob sredah. Za veliko noč duhovniki nismo mogli obiskati stanovalcev, da bi jim podelili zakramente, nam je pa to uspelo za božič. Ljudje namreč zelo želijo zakramente. V Rakičanu imamo zdaj ob torkih več molitvenih skupin, kjer molimo, jaz pa jim nato podelim sv. obhajilo.

Čeprav je v času koronavirusa naše karitativno delovanje oteženo, si vendar zelo želimo, da bi se stvari normalizirale in bi lahko karitativni delavci zopet normalno opravljali svoje poslanstvo.



NADŠKOFIJSKA KARITAS MARIBOR V LETU 2020

Darko Bračun

HUMANITARNI PROGRAMI

Sprejemno-informacijska in svetovalna pisarna – materialna in psihosocialna pomoč socialna ogroženim

9.221 obravnav – podane prošnje, sprejeti telefonski klici, posredovanje informacij, rešili smo 532 prošenj za pomoč pri plačilu položnic, razdelili 3.128 prehranskih paketov.

Pomoč v času epidemije covid-19: V začetku prvega vala smo poleg nujne materialne pomoči zaznali izjemen porast klicev oz. potrebo po telefonski psihosocialni pomoči. Prav tako so se poleg rednih in novih obračali na nas za pomoč tudi takšni, ki so se ponovno oglasili po dveh ali treh letih. Podoben trend smo zaznali v drugem valu. Opažamo, da se proti koncu leta pojavljajo vse težje stiske (razveza, dolgotrajna bolezen, izguba zaposlitve ali priložnostnega dela, težave v duševnem zdravju). Med 10 in 15% je novih družin in posameznikov, ki prosijo za pomoč.

Največje stiske opažamo v tistih primerih, ko družine in posamezniki ne morejo plačevati osnovnih položnic za nujne življenjske potrebščine (najemnina, električna energija, voda, ogrevanje ...) in drugih sprotnih obveznosti. Veliko je brezposelnih, ki jim je poteklo nadomestilo in sedaj prejemajo samo denarno socialno pomoč in otroške dodatke (za pomoč prosijo predvsem delavci po kratkotrajni zaposlitvi), samozaposlenih, delavcev iz tretjih dežel z družinami, delavcev na čakalju.

Na naša vrata trkajo tudi zaposleni z minimalnim dohodkom, ki se le s težavo prebijajo iz meseca v mesec – družine, ki le za malenkost presežejo cenzus za uveljavljanje pravic socialnih transferjev. Trenutno se najpogosteje srečujemo s prošnjami za kurjavo in za topla zimska oblačila, z zaostanki pri plačilih električne energije, opomini pred odklopom. Opažamo dolgove za prostovoljno zdravstveno zavarovanje. Po pomoč prihaja veliko upokojencev, ki se z nizkimi dohodki težko prebijajo iz meseca v mesec. Vse pogosteje opažamo, da imajo številni iskalci pomoči tudi težave s telesnim in duševnim zdravjem.

Humanitarno skladišče

Sprejeli smo 39.156 kg oblačil, pripravili 269 paketov oblačil in obutve, sprejeli 30 t različnih donacij prehranskih artiklov in higienskih potrebščin, 7 t



ozimnice in 20 t dnevni donacij (pekarne, trgovine, gostišča). Opravljenih je bilo 58.610 km v zabeleženih 2.291 humanitarnih prevozi (sprejem, dostava humanitarne pomoči).

Dejavnost razdeljevanja hrane iz sklada za evropsko pomoč najbolj ogroženim (FEAD)

15.018 osebam v celotni mreži NŠKM, vključujoč ŽK, smo razdelili 397 t prehranskih artiklov (moka, testenine, riž, fižol, pelati, mleko, olje).

Ljudska kuhinja Betlehem

89 unikatnih uporabnikov, 8.243 obrokov, povprečje 35–45 oseb na dan.

Donirana hrana

222 unikatnih uporabnikov – 650 oseb, 46,7 % posamezniki, informativni pogovor, spremljanje trikrat letno, razdeljeno 252 t v ocenjeni vrednosti 896.447,46 €. Večina prejemnikov je bila vključenih enkrat tedensko. Po vnaprejšnjem fiksnem razporedu smo vsakodnevno vključili do 25 prejemnikov donirane hrane dnevno ali 47–68 oseb dnevno. Ob vzpostavitvi mreže dnevni prevzem donirane hrane s strani ŽK v MB ter drugih socialnih ustanov ocenjujemo na vključitev dodatnih 60–90 oseb (skupaj 107–158 oseb dnevno).

Letovanja

27 otrok in mladostnikov, starostnikov – odpoved zaradi epidemije, 10 družin (33 članov).

Šolske potrebščine

367 otrokom smo pomagali pri nakupu delovnih zvezkov oziroma plačilu učbenikov in 1.537 otrokom z zvezki oz. ostalimi šolskimi potrebščinami.

Učna pomoč

23 otrokom, osnovnošolcem in srednješolcem, je enkrat tedensko na 11 srečanj pomagalo 16 vključenih prostovoljcev, ki so opravili 203 ur prostovoljnega dela.



SOCIALNOVARSTVENI PROGRAMI

Zavetišče za brezdomne – sv. Martin

62 unikatnih uporabnikov,
realizirali smo 7.199 nočitev.

Ambulanta za osebe brez zdravstvenega zavarovanja

191 obravnav, tudi zobozdravstvene storitve, laboratorijske preiskave, EKG-snemanja, možnost tuširanja pred obiskom zdravnika, 39 unikatnih uporabnikov, 58 laboratorijskih preiskav, 122 obravnav v sklopu socialnovarstvenega programa s higienskim delom.

Materinski dom Mozirje – Žalec

Bivalo 32 žensk/mater in 10 otrok, zabeležili smo 8.752 nočitev.

Svetovalnica

Obravnavanih kar 1.469 oseb (družin in posameznikov), realiziranih 2.140 informativno-svetovalnih razgovorov, v 124 primerih smo uporabnike v iskanju ustreznih rešitev napotili tudi na druge pristojne ustanove.

KADROVSKA POKRITOST NADŠKOFIJSKE KARITAS MARIBOR V LETU 2019

29 zaposlenih oseb, od tega 14 projektnih zaposlitev, 10 iz javnih del. 13 različnih izobraževanj za zaposlene, 2 supervizijski skupini, 57 vključenih prostovoljcev v programe NŠKM je opravilo 8.996 ur prostovoljnega dela (manj vključevanja zaradi epidemije), 5 oseb je opravljalo družbeno koristno delo (1.487 ur).

DELO ŽUPNIJSKIH KARITAS V LETU 2020

1.283 prostovoljcev; 60 % prostovoljcev starejših od 60 let, opravili 66.407 ur prostovoljnega dela. Realizirana pomoč **16.856 osebam** v materialni in nematerialni pomoči (4.376 družinam – 11.278 družinskih članov, 3.102 otrokom, 3.202 starejšim, bolnim ali oviranim osebam ter 1.344 osebam, ki živijo same).

YOUNGCARITAS MARIBOR

Karitas daje prostor mladim, da imajo možnost z aktivnim prostovoljstvom pokazati svoje talente in znanja ter na ta način pozitivno vplivati na družbo, v kateri živijo. V preteklem letu so se mladi vključevali v naslednje programe Karitas: Učna pomoč, Donirana hrana, Letovanje družin, dostava pomoči ob epidemiji ...

POMOČ TUJINI

NŠKM želi v okviru akcije Ne pozabimo vzpostaviti sistemsko delo na področju JV EU. Tako ciljno in sistematično pripravlja korake ter vzdržuje pristne odnose s sodelavci Caritas na tem področju:

Caritas Aleksinac, Beograd, Mostar, Zrenjanin ... Pomoč NŠKM je zelo pomembna, saj zaradi majhnosti in šibke lokalne ekonomije ne zmorejo vzpostaviti stabilnega vira delovanja, zato je sistematična in kontinuirana pomoč v materialu, higieni zelo dragocena za delovanje Caritas kot organizacije na eni strani in neposredno pomoč človeku, ki je v stiski, na drugi. Pomoč: en kontingent pomoči, 4,3 t humanitarne pomoči, 120 prehranskih in higienskih paketov, podprt higienski projekt Caritas Aleksinac ... Pomoč je dosegla 740 družin iz navedenega področja.

DOBRODELNE AKCIJE

Akcije zbiranja sredstev za različne programe pomoči in projekte na Nadškofijski karitas Maribor potekajo skozi vse leto. NŠKM izvaja redne in izredne dobrodelne akcije ter posebne akcije zbiranja sredstev.

Celotno vsebinsko in finančno poročilo NŠKM je predstavljeno v Plenumski knjigi 2021.

FINANČNO POROČILO

| | Skupaj NŠKM in ŽK 2020 |
|---|------------------------|
| OTVORITEV 1.1.2020 | 413.576,42 € |
| PRIHODKI | 2.207.574,67 € |
| I. Darovi in donacije | 1.179.592,79 € |
| II. FIHO | 191.171,85 € |
| III. Ministrstva, zavodi za zaposlovanje, zzzs, zpiz ... | 367.309,22 € |
| IV. Sklad EU za pomoč najbolj ogroženim | 297.685,80 € |
| V. Občine | 171.815,01 € |
| ODHODKI | 2.172.812,90 € |
| I. Splošno dobrodelni-humanitarni programi | 1.297.311,31 € |
| Pomoč družinam in posameznikom | 406.048,04 € |
| Pomoč ob naravnih nesrečah | 30.570,74 € |
| Pomoč otrokom | 121.364,49 € |
| Pomoč starejšim, bolnim in invalidom | 117.909,48 € |
| Darovana hrana, EU-hrana, donirana hrana | 611.442,41 € |
| Pomoč migrantom | 9.976,15 € |
| II. Socialnovarstveni programi - posebni projekti | 543.907,56 € |
| Projekt Interreg - SI-AT 284 | 31.038,23 € |
| Zavetišče za brezdomne - sv. Martin | 184.950,89 € |
| TPC Maribor | 18.044,74 € |
| Ambulanta Karitas | 49.448,42 € |
| Svetovalnica Karitas | 14.123,84 € |
| Materinski dom Mozirje-Žalec | 117.716,48 € |
| LKB in Donirana hrana | 128.584,96 € |
| III. Programi aktivne politike zaposlovanja (ZRSZ - JD, ...) | 129.375,66 € |
| IV. Pomoč tujini | 13.481,15 € |
| V. Zagovornišтво, osveščanje, dobrodelne akcije | 34.252,62 € |
| VI. Delovanje | 138.533,30 € |
| VII. Drugo | 15.951,30 € |
| STANJE 31.12.2020 | 448.338,19 € |



slovenska kartas

**POROČILO O DEJAVNOSTI
KARITAS V LETU 2020**

Peter Tomažič

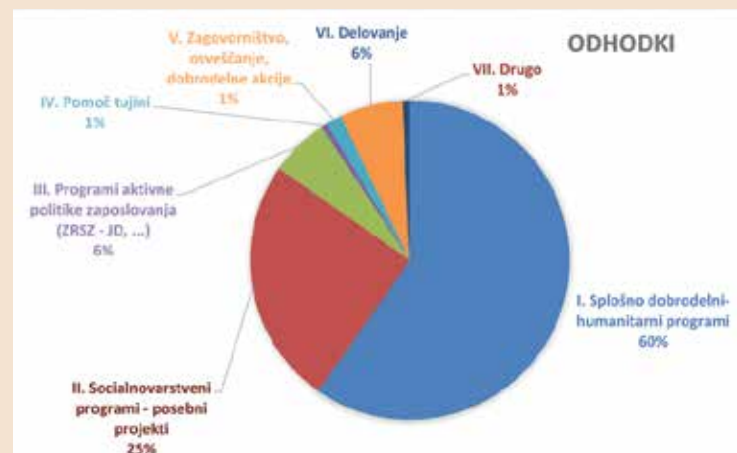
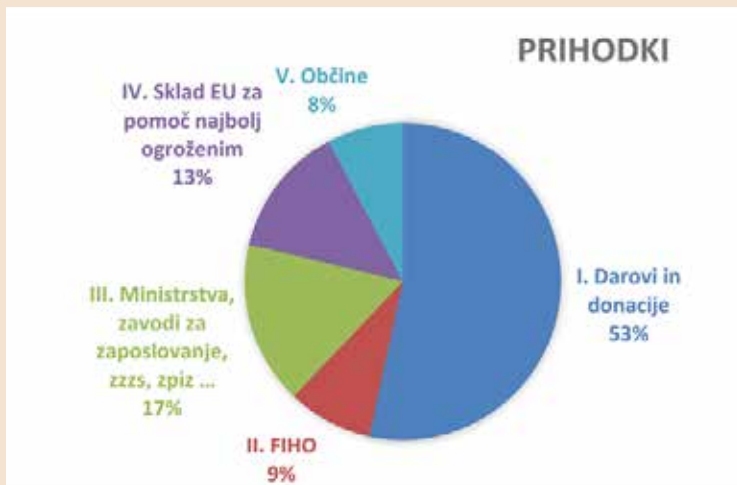
Poročilo zajema vse podatke Slovenske, škofijskih in župnijskih Karitas ter zavodov Karitas

V letu 2020 je v Sloveniji v okviru mreže Karitas delovala krovna organizacija Slovenska karitas, šest škofijskih Karitas, 450 župnijskih in območnih Karitas ter dva zavoda, ki izvajata socialnovarstvene programe na področju pomoči ženskam v stiski in pomoči zasvojenim. V Karitas je v letu 2020 delovalo več kot 9.800 prostovoljcev, ki so skupaj opravili 517.460 ur prostovoljnega dela.

V letu 2020 je bilo v različne programe Karitas vključenih več kot 120.300 oseb, od tega več kot 24.000 otrok in 28.600 starejših.

Pomoč v hrani je skupaj prejelo 91.080 oseb:

- 77.396 staršev z otroki in posameznikov,
- 12.965 starejših ter
- 719 brezdomcev.



| ODHODKI MREŽE KARITAS | 2020 |
|---|------------------------|
| I. SPLOŠNO-DOBRODELNI PROGRAMI | |
| Pomoč družinam in posameznikom | 3.440.046,39 € |
| Pomoč ob večjih nesrečah in stiskah | 465.747,05 € |
| Pomoč otrokom | 718.787,61 € |
| Pomoč starejšim, bolnim, invalidnim ... | 562.679,59 € |
| Poklonjena hrana in material – od podjetij | 956.248,71 € |
| Drugi manjši programi | 254.066,56 € |
| SKUPAJ (splošno-dobrodelni) | 6.397.575,91 € |
| II. SPECIFIČNI SOCIALNI PROGRAMI | |
| Pomoč zasvojenim | 914.379,06 € |
| Pomoč ženskam v stiski | 774.343,44 € |
| Pomoč migrantom in žrtvam trgovine z ljudmi | 221.628,84 € |
| Pomoč brezdomcem in brezplačna ambulanta | 521.574,97 € |
| SKUPAJ (specifični) | 2.431.926,31 € |
| SKUPAJ PROGRAMI POMOČI V SLO (I. + II.) | 8.829.502,21 € |
| III. Pomoč tujini | 770.991,99 € |
| IV. Zagovorniške kampanje, izobr., osvešč. | 285.689,39 € |
| V. DELOVANJE | 809.836,36 € |
| VI. STROŠKI DOBRODELNIH AKCIJ | 146.002,71 € |
| SKUPAJ ODHODKI (I., II., III., IV., V., VI.) | 10.842.022,66 € |

* V vrednost programov ni vključena vrednost prostovoljnega dela, razdeljenih oblačil in drugega rabljenega materiala ter vrednost koncesij na področju pomoči na domu in domske oskrbe starejših.



Vsebina materialne pomoči

V sklopu materialne pomoči je bilo razdeljenih 3.190 ton hrane. Karitas je pomagala tudi z rabljenimi oblačili, higienskimi pripomočki in kurjavo.

Dodatno pomoč je prejelo:

- 11.180 oseb pomoč v obliki plačila položnic,
- 2.815 oseb ob večjih stiskah, naravnih in drugih nesrečah,
- 11.963 otrok šolske potrebščine v obliki paketa ali bonov za delovne zvezke,
- 1.130 osnovnošolcev in dijakov pomoč pri plačilu kosila, prevoza in občolskih dejavnosti,
- 275 otrok je bilo vključenih v Botrstvo in Posvojitve na razdaljo,

Svetovanje in socialno vključevanje (omejen obseg zaradi epidemije):

- Strokovni delavci in usposobljeni prostovoljci na škofijskih in župnijskih Karitas so izvedli več kot 9.106 individualnih svetovanj, v katera je bilo vključenih 4.556 gospodinjstev.
- V različne oblike družabnih dogodkov je bilo vključenih 2.003 starejših.
- Prostovoljci so v več kot 28.810 obiskih razveselili več kot 18.145 starejših.
- 1.205 družinskih članov iz socialno ogroženih družin je bilo vključenih v strokovno vodene skupine, delavnice in izobraževanja.
- Več kot 3.900 otrok je bilo vključenih v obdarovanja, 2.200 v delavnice in 250 v centre za mlade in otroke.
- 568 otrok, družinskih članov in starejših je bilo vključenih v letovanja v Portorožu in Soči.

Socialno varstveni programi

Poleg splošno-dobrodelnih programov organizacije Karitas izvajajo tudi socialnovarstvene programe na področju pomoči odvisnikom, materinskih domov, brezdomcev, ambulant za osebe brez zavarovanja in pomoči žrtvam trgovine z ljudmi. Tako je v osmih materinskih domovih in v varni hiši v lanskem letu bivalo 186 žensk in otrok, v šestih sprejemnih in terapevtskih centrih ter v komunah je bilo vključenih 129 odvisnikov in v zavetiščih za brezdomce in v trajni namestitvi je bilo oskrbe deležnih 79 oseb. V ljudskih kuhinjah je hrano redno prejemale 566 oseb.

Prikaz glavnih skupin odhodkov v deležih glede na celotne odhodke mreže Karitas v letu 2020



* V skladu z metodologijo, ki jo uporablja FIHO, med stroške programov štejejo vse stroške, ki predstavljajo material in storitve za ljudi v stiski, ter stroške dela zaposlenih, ki so neposredno povezani s pomočjo ljudem v stiski. Med stroške delovanja štejejo stroške administracije, računovodstva, menedžmenta, članarine in druge stroške, ki niso neposredno povezani s pomočjo ljudem v stiski. Med stroške dobrodelnih akcij štejejo vsi stroški, ki nastanejo pri zbiranju sredstev (poštnina, delo, tisk, stroški prireditev itd.).

Celotna mreža Karitas brez koncesijske dejavnosti je imela v lanskem letu skupaj 10.842.022,66 EUR odhodkov, in sicer 91,2 % za programe, 7,5 % za stroške delovanja in 1,3 % za stroške dobrodelnih akcij.

Zaposleni v Karitas

V škofijskih Karitas, zavodih in na Slovenski karitas je bilo v letu 2020 na področju splošne dobrodelnosti, v programih in splošnem delovanju, redno zaposlenih 41 oseb ter 18 oseb preko javnih del. Tovrstne stroške dela večinsko pokrivajo Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij FIHO in Zavodi v sklopu programov aktivnega zaposlovanja.

Na področju specifičnih in socialnovarstvenih programov pomoči odvisnikom, ženskam v stiski, brezdomcem, osebam brez zdravstvenega zavarovanja, migrantom in žrtvam trgovine z ljudmi, kjer stroške dela večinsko financira Ministrstvo za delo družino in socialne zadeve, delno pa še Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij FIHO, je delovalo 52 redno zaposlenih in 10 zaposlenih preko javnih del.

Sedem zaposlenih je delovalo na področju preventive, izobraževanja, razvoja in mentorstva prostovoljstva. Dva sta delovala na področju dobrodelnih akcij.



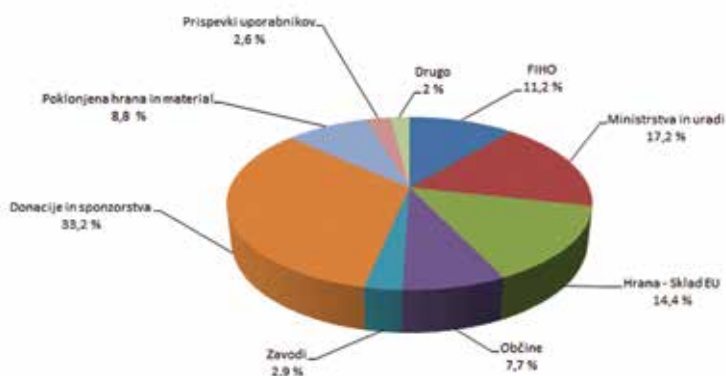
Trije zaposleni so delovali na področju mednarodne humanitarne in razvojne pomoči ter globalnega učenja.

Viri za realizacijo odhodkov mreže Karitas v letu 2020

Največji vir za realizacijo odhodkov so v letu 2020 predstavljali donatorji z 42 % (33,2 % donacije in sponzorstva ter 8,8 % poklonjena hrana in material podjetij ter posameznikov), sledijo državna sredstva (razpisi ministrstev, dohodnina, zavodi ...) s 17,2 %, hrana iz sklada EU s 14,4 %, Fundacija za financiranje invalidskih in humanitarnih organizacij FIHO z 11,2 %, občine s 7,7 % in Zavodi za zaposlovanje z 2,9 %. Preostala sredstva v višini 4,6 % so prispevali drugi manjši financerji.

Viri 2020

Viri za realizacijo celotne dejavnosti mreže karitas v letu 2020



Vir: Letna poročila Slovenske, škofijskih in župnijskih Karitas ter zavodov Karitas za leto 2020



»KUPIM KOZO« IN LONCI JUHE ZA LAČNE V VENEZUELI

Jana Lampe

Akcija Kupim kozo, s pomočjo katere na Slovenski karitas v sodelovanju z našimi misijonarji in lokalnimi Karitas v različnih državah Afrike in v Albaniji omogočamo nakup kože za revne družine, se je med Slovenci zelo lepo prijela. Do sedaj smo omogočili nakup že 1.150 koz v Afriki in 100 koz v Albaniji. No, kakšno kozo je zamenjal prašiček, osliček ali tudi krava, odvisno od potreb družine. Družine z možnostjo gnojenja zemlje pridelajo več zelenjave, kože dajejo tudi mleko, kozji prirast pa lahko družina tudi proda na trgu in s tem nekaj zasluži za preživetje, ali pa ima še več gnojila. V Afriki s samo eno kozo, ki stane 20 evrov, družine niso več lačne.

Lidija Berginc, voditeljica Župnijske karitas Drežnica, nam je poslala pismo, kako je potekala akcija Kupim kozo v postnem času v Drežnici, da bi k takšnim dejanjem spodbudila tudi druge ŽK. Zapisala je: »Post postane rodoviten, če našo odpoved namenimo tistim, ki imajo za življenje manj kot mi. Ob prebiranju revije Žarek dobrote se je našemu župniku porodila misel, da bi se v postnem času tudi naša župnija pridružila akciji Slovenske karitas Kupim kozo, ki poteka že od lanskega leta. Ideja je bila v začetku postnega časa predstavljena v župnijskih oznanilih. Odločili smo se pomagati prebivalcem Madagaskarja, ki nam je misijonsko najbližji.

Zamisel o našem letošnjem postu je bila med župljani lepo sprejeta. Župnik nas je v tedenskih oznanilih obveščal, kako postaja naš post rodoviten. Iz tedna v teden se je večala kozja čreda. V tej akciji so sodelovali stari in mladi župljani. V velikonočnih oznanilih smo prebrali sporočilo, da naša župnija daruje Madagaskarju 77 koz in 2 kozlička. Bogu hvala za 'kozjo čredo', za dobre ljudi in za rodoviten post.«

To je eden od načinov, kako tudi Župnijska karitas lahko razširi svoje srce za dobro delo za





najrevnejše, ki so na drugem koncu sveta. ŽK Drežnica pa ni bila edina, ki je v postu imela takšno akcijo. Tako se je odločila tudi ŽK Preska, ki je poleg **darov za nakup koz zbirala tudi za lonce zelenjavne juhe za lačne otroke v Venezueli.**

V postu smo namreč na Slovenski karitas v sodelovanju z misijonarko s. Andrejo Godnič, z revijo Mavrica in Sobotno iskrico na Radiu Ognjišče zbirali tudi za zelenjavne lonce juhe, predvsem za lačne otroke v Venezueli, kjer že nekaj let traja kriza brez primere. Ljudje nimajo hrane, vode, elektrike, zdravil, nafte, koronavirus pa je situacijo le še poslabšal. Cepiv ni, ljudje, tudi mladi, zaradi različnih sevov virusa umirajo. En lonec juhe, ki stane 150 evrov, nahrani 250 ljudi. Veseli smo, da so se tej akciji priključili tudi **pedagogi na Škofijski gimnaziji in v OŠ Alojzija Šuštarja.** Skupaj z mnogimi drugimi solidarnimi Slovenci so prispevali za **110 loncev te juhe.**

Sestra Andreja Godnič, ki je neizmerno hvaležna tudi za vsa zdravila, ki jih za Slovence in širše prebivalstvo pošiljamo v Venezuelo že tri leta in rešujejo življenja mnogih, ob tem pravi: *»Mi ne moremo verjeti. Rada bi odprla srce in vam pokazala vsa ta imena ljudi, ki bodo jedli to juho, vse te otroke in starejše. Kaj se bo zgodilo za te ljudi, ki bodo dali to žlico v usta? Ne samo, da bodo želodčki polni, ampak bodo doživeli, da niso sami, da je Jezus z njimi, in za to ste 'krivi' vsi*

vi, ki ste darovali za juho. Hvala iz srca.» In dodaja še: *»Pri nas je zelo težka situacija, zato ta bližina toliko pomeni. Več ko je teme na enem koncu planeta in tam prižgeš iskrico, lažje se nosi. Ko prižgeš v temi eno vžigalico, spremeniš vse. In vi ste take vžigalice za nas na tem koncu.»*

Učenke in učenci OŠ Alojzija Šuštarja ter dijakinje in dijaki Škofijske klasične gimnazije v Ljubljani pa so se priključili akciji Kupim kozo. Bili so zelo solidarni s svoji revnimi vrstniki v Afriki in darovali za celo kozjo čredo, **za nakup 407 koz za revne družine v Afriki,** ob čemer so se tudi zabavali, saj so kozam, ki so jih kupili, dali imena, kot so Srečka, Rogica, Franci in Špelca, Ovca, Nutella ... Solidarnost mladih se nas je zelo dotaknila. Misijonarka s. Bogdana Kavčič iz Burundija se je mladim iz obeh šol zahvalila z besedami: *»Zelo veselo novico sem slišala, da ste po vaših šolah zbirali za koze v Afriki, kar bo zelo pomagalo družinam tukaj v Ruandi in Burundiju, da bodo imeli gnoj, mladiče ... Hvala vam iz srca, ker ste iz ljubezni do Jezusa darovali in se v postu žrtvovali za družine v Afriki. Zaradi tega je vstajenje in veselje za te družine vsak dan.»*

Akcija Kupim kozo poteka preko celega leta. Vabljeni k tej solidarnosti tudi vi. **Koza je tudi odlično darilo za rojstni dan.** V preteklem mesecu je klicala gospa, ki je kupila koze za družine v Albaniji in jih podarila svojim prijateljicam za 80. rojstni dan kot darilo. To je darilo, ki osreči ne samo slavljenca, ampak predvsem revno družino, ki ji je namenjeno. Več informacij na www.karitas.si/kupim-kozo in info@karitas.si.



KALVARIJA JE SIMBOL POTI MNOGIH MIGRANTOV IN BEGUNCEV

Jana Lampe

Mnogi migranti in begunci, ki bežijo pred nasiljem in nemogočimi razmerami, so na poti v bolj dostojno življenje pogosto razčlovečeni, doživljajo kalvarijo, zlorabe ali celo izgubijo življenje. Večji del se jih odpravi v tujino tudi iz ekonomskih razlogov – zaradi revščine, brezposelnosti in boljših pogojev za življenje. Migranti v evropskih državah in tudi pri nas delajo na deficitarnih delovnih mestih ter predstavljajo pomemben prispevek k razvoju v gostujočih in izvornih državah, kar se je še posebej pokazalo v času covida-19. **O vzrokih za migracije, vlogi migrantov pri razvoju ter o sprejemanju in vključevanju v družbo smo na Slovenski karitas spregovorili v triinpolletnem projektu zagovorništva in ozaveščanja javnosti z naslovom MIND – Migracije. Povezanost. Razvoj., ki smo ga aprila 2021 zaključili. Sofinancirala ga je Evropska unija in Ministrstvo za zunanje zadeve RS. Potekal je v partnerstvu z 11 organizacijami Karitas iz 10 evropskih držav.** Aktivnosti projekta so bile usmerjene tudi k bolj pravičnim in učinkovitim politikam na področju migracij in razvoja v luči varnih poti in zakonitih migracij ter doseganja zavez uradne razvojne pomoči. Ob tem je bilo pomembno tudi spodbujanje k uresničevanju ciljev trajnostnega razvoja, ki ljudem v revnih državah dajejo možnost, da se niso prisiljeni seliti.

Ob izvedbi številnih aktivnosti so najbolj nagovorile osebne zgodbe in pričevanja migrantov in beguncev, ki so na poti v dostojnejše življenje šli skozi pravo kalvarijo, mnogi pa jo še doživljajo. Na Karitas občudujejo njihov pogum in pozivajo k več solidarnosti ter sprejemanju migrantov in beguncev na ravni družbe in politik, da bodo lahko v polnosti zaživeli človeka vredno življenje. **Karitas jim izraža tudi dejavno konkretno podporo, saj je lani z materialno pomočjo pomagala 5.900 migrantom v Sloveniji.** Ob podpori Republike Slovenije pa je pomagala tudi migrantom, beguncem in notranje razseljenim ljudem po svetu v sodelovanju z mednarodno mrežo Karitas, še posebej v BiH in Siriji.

Na svetu danes živi 272 milijonov mednarodnih migrantov, vsak pa ima svojo zgodbo, ki ji moramo prisluhniti, da bi jo razumeli. K tej kulturi srečanja nas spodbuja tudi papež Frančišek. Med mednarodnimi migranti je dve tretjini delovnih migrantov, ki so svoj dom zapustili zaradi revščine, lakote, brezposelnosti in boljših priložnosti. Zapolnjujejo prosta delovna mesta v ključnih sektorjih in s tem prispe-

vajo k razvoju držav, v katere so se preselili, s svojim delom, znanjem in veščinami. Ti delavci med pandemijo covida-19 igrajo pomembno vlogo pri tem, da živilske trgovine, javni prevoz, oskrba na domu in zdravstvene storitve delujejo naprej. Raziskave so pokazale, da ob tem prispevajo več v sistem socialne zaščite gostujočih držav, kot so sami deležni njegovih koristi. Pri delu so na žalost pogosto tudi izkoriščani, kršene so njihove pravice ... Ob tem je Caritas Europa v marcu 2021 opozorila na izzive, s katerimi se soočajo neevidentirani migranti, ki s svojim delom veliko prispevajo v družbo EU, nimajo pa nobenih pravic, in pozvala k reševanju tega izziva predvsem v širšem kontekstu urejanja poti zakonitih migracij.

80 milijonov pa je ljudi, ki so bili svoj dom prisiljeni zapustiti predvsem, ker je bilo ogroženo njihovo življenje zaradi vojn in preganjanja, lahko pa tudi zaradi posledic podnebnih sprememb. Med njimi jih je največ iz Sirije, kjer že 10. leto poteka kruta vojna z najkompleksnejšo humanitarno krizo na svetu. Sledijo ji Venezuela, Afganistan, Južni Sudan in Mjanmar. Od leta 2014 je samo na poti čez Sredozemlje 20.000 migrantov, ki prihajajo iz držav s krizami, izgubilo svoje življenje. Mnogi so na tej poti tudi žrtve posilstev, trgovine z ljudmi, nasilja, kriminalnih združb tihotapcev. Tragedija se dogaja tudi blizu nas, migrantom, ki



Delavnica v šoli s pričevanji migrantov



Okrogle mize po Sloveniji na temo migracij in razvoja



Govoreče knjige s pričevanji migrantov ...





Izobraževalna razstava o ciljih trajnostnega razvoja po knjižnicah in zdravstvenih ustanovah



Aktivnosti za mlade



Stična 2018 - kaj je dom?

26

so ujeti v že tako revni Bosni in Hercegovini, brez hrane, stanovanja, higienskih pripomočkov, šolanja. Med njimi so družine z otroki in mladoletni brez spremstva. Ob mnogih poskusih, da bi prišli v Evropo in zaživel dostojno življenje, so večkrat pretepeni, zasramovani, odvzeti so jim čevlji, jakne ... Takšno trpljenje spominja na kalvarijo.

Da bi bilo v Sloveniji več razumevanja te kompleksne problematike migracij in njihove povezave z globalnim trajnostnim razvojem in s tem povečanega sprejemanja ter vključevanja migrantov v družbo, je Slovenska karitas v projektu MIND izvedla številne dogodke in aktivnosti, kot so okrogle mize, solidarnostni teki in pohodi, akcije ozaveščanja na socialnih omrežjih, mobilna izobraževalna razstava, srečanja in pogovori z migranti, ter pripravila različne didaktične materiale, spletni kviz ter nagradne natečaje za šole in mlade, ki so podrobno predstavljeni in dostopni na spletni strani Slovenske karitas.

Izmed nastalih gradiv je še posebej pomembna strokovna **zgovorniška publikacija Naš skupni dom**, ki predstavlja zgodovinsko in trenutno stanje migracij v Sloveniji, osvetljuje izzive priseljevanja, odselejevanja v Sloveniji, v sodelovanju z Inštitutom RS za socialno varstvo. Ob izdaji je potekala okrogla miza s strokovnjaki, ki so sodelovali pri nastanku publikacije. Prejeli so jo politiki, strokovnjaki, knjižnice. Trajno sled prizadevanj projekta bodo zapustili tudi videi s sedmimi pričevanji prve in druge generacije migrantov, ki živijo v Sloveniji, ter Slovenke, ki se je izselila v tujino. Iz zgodbe je nastal **53-minutni dokumentarni film Zemlja, naš skupni dom**, ki si ga lahko ogledate na spletni ali FB strani Slovenske karitas.

Veseli nas, da smo v dobrih treh letih s številnimi izvedenimi aktivnostmi prispevali k večjemu razumevanju in k pozitivnim pogledom na to zelo kompleksno problematiko migracij in njene povezave z globalnim trajnostnim razvojem v slovenski javnosti. Velikokrat so po končanih dogodkih udeleženci prišli do nas in nam povedali, da sedaj bolje razumejo, kajti prej jim tega na tako celosten način ni še nihče predstavil.

Generalni tajnik Peter Tomažič je ob zaključku projekta dejal: »Na Slovenski karitas se zahvaljujemo vsakemu, ki je na kakršen koli način sodeloval v projektu MIND in prispeval k bolj pozitivnim, objektivnim in celovitim pogledom na migracije. Zahvala Slovenski škofovski konferenci, ki je podprla ta projekt že ob njegovem začetku, Ministrstvu za zunanje zadeve RS za podporo in sodelovanje, vsem govornikom in strokovnjakom, ki so sodelovali pri izvedbi aktivnosti, ambasadorjem projekta, udeležencem na dogodkih (mlajši in starejši generaciji), medijem, ki so poročali o teh temah, politikom, ki so podprli naša prizadevanja, sodelujočim NVO in platformi SLOGA, posebej pa vsem migrantom, ki so bili pripravljene z nami podeliti svoje zgodbe in izkušnje.«



Medkulturne aktivnosti za mlade



Z zaključkom projekta MIND pa se ne zaključuje tudi delo Slovenske karitas na področju migracij. Še naprej se bomo trudili na različne načine ozaveščati javnost, predvsem mlade, o tej kompleksni tematiki, prispevati k pravičnejšim politikam in tudi konkretno pomagali migrantom in beguncem, ki so se znašli v stiski, kolikor bo v naši moči. **Trenutno poteka akcija zbiranja sredstev za pomoč migrantom, ki živijo v zelo težkih in nečloveških razmerah v Bosni in Hercegovini.** Ljubzen v dejanju jim lahko izrazite z darom preko TRR: Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana, TRR: SI56 0214 0001 5556 761, namen: Migranti BIH, sklic: SI00 625. HVALA iz srca.



Projekt MIND sofinancirata Evropska unija in Ministrstvo za zunanje zadeve RS. Izražena mnenja v prispevku ne predstavljajo uradnega stališča EU in Vlade RS.

Zagovorniška
publikacija
Naš skupni dom



Solidarnostni pohodi



Študentski tek na grad v solidarnosti z migranti

NAGRADNA KRIŽANKA

maj

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 16. 5. 2021 na naslov:

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

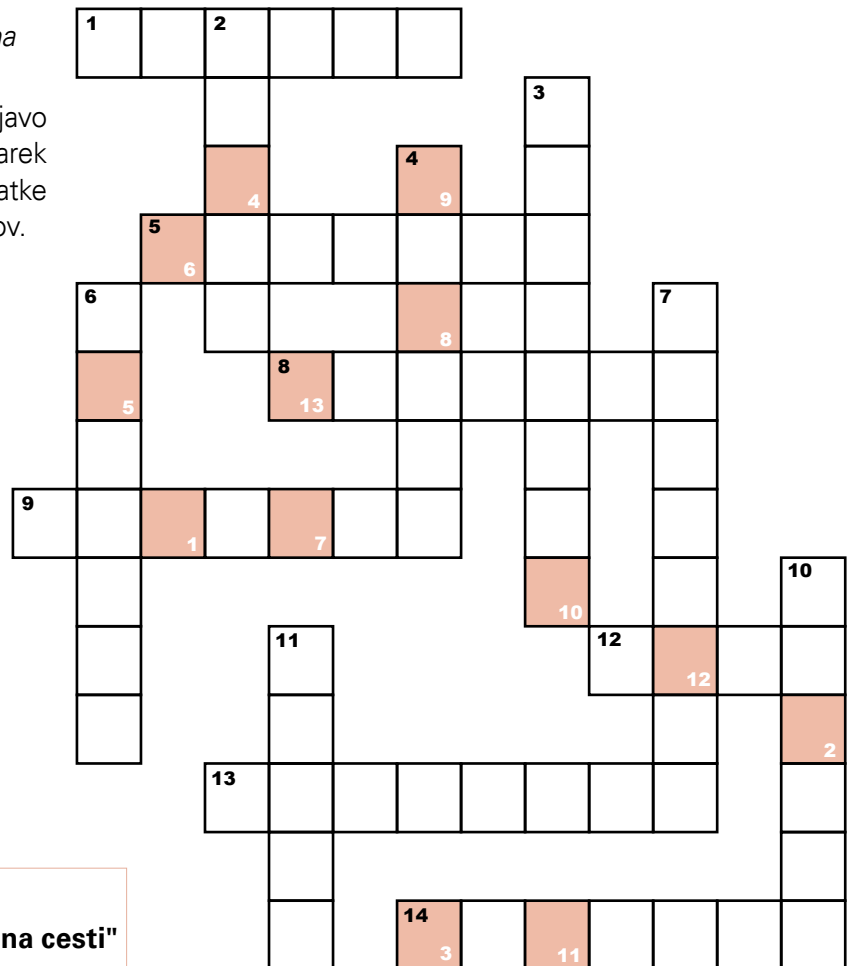
S sodelovanjem v žrebanju soglašate z objavo imena, priimka in karaja bivanja v glasilu Žarek dobrote. Slovenska karitas varuje osebne podatke v skladu s predpisi o varstvu osebnih podatkov.

Vodoravno:

- 1 Kraška globel ali kotanja
- 5 Značilna roža na Golici
- 8 Slovenska smučarska skakalka, Nika
- 9 Jama, namenjena za shrambo pridelkov
- 12 Število Škofijskih karitas
- 13 Značilna pomladna zelenjava
- 14 Majhna steklena posoda za pitje

Navpično:

- 2 Nekdanja slovenska denarna valuta
- 3 Ljudska pobožnost, ki poteka v maju
- 4 Zdravniški obhod
- 6 Ročno tkana stenska slika
- 7 Mesto v jugovzhodni Sloveniji
- 10 Vodni grad v Sloveniji
- 11 Del opreme za odpravo v gore



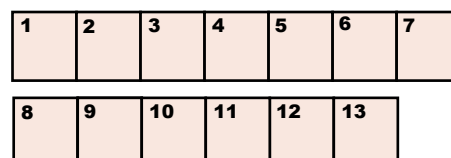
Nagrade:

1. nagrada: **jakna softshell "Vidni in varni na cesti"**
2. nagrada: **lonček "Kuhajmo skupaj"**
3. nagrada: **blok Karitas**

Nagrajenci aprilske nagradne križanke:

1. nagrada: **Marija Bančič**, Koper
2. nagrada: **Franjo Prebegovič**, Medvode
3. nagrada: **Marija Polončič**, Breznica

Geslo, ki ga izpišete iz obarvanih, oštevičenih kvadratkov:





Umetniški liki slikarja Matija Bradaška je podarila starejša gospa za podporo akciji »Kupim kozo«. Na dražbi slike je za nakup koz največ daroval gospod Janez, župnik iz Iga in tako pomagal pri vzreji velike črede koz v Afriki.



Sodelavke ŽK Pivka so razveselila stanovalce domov za starejše z blagoslovljenimi okrašenimi oljčnimi vejicami.

Preko 100 mladih prostovoljcev se je udeležilo usposabljanja za delo z otroci na počitniških tednih na morju. Beseda je tekla o pomoči otrokom, ki so žrtve različnih zlorab.



Konec aprila so se vrtila kolesa okrog Slovenije na Poti za srečo otrok, kjer so kolesarji zbirali sredstva za nakup koles za otrok iz socialno ogroženih družin.



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

