

žarek dobrote

4/XX
april
2022

glasilo slovenske karitas



Karitas



TEMA MESECA

3 • • • Tujec sem bil in ste me sprejeli

VARUJMO ŽIVLJENJE

4 • • • Ekološko spreobrnjenje

STISKE SODOBNE DRUŽBE

5 • • • Motnje hranjenja (II. del)

TO MORAMO VEDETI

10 • • • Komuna ti da družino

KARITAS MLADIH

7 • • • Koraki za vzpostavitev ali nadgradnjo

Mlade Karitas (II. del)

8 • • • Dobrodelna akcija YounCaritas in trgovine Hofer

NA OBISKU

9 • • • Materinski dom je veliko več kot le streha nad glavo

11 • • • Odgovornost

12 • • • Srce, odprto za ves svet

13 • • • 40 dni brez alkohola naj se nadaljuje, »Smej se.«

KOPER

14 • • • Ob visokem jubileju veliko zdravja in sreče

14 • • • Sončne, pomladne zimske počitnice

15 • • • Postna duhovna obnova v Vipavskem križu

16 • • • Umetniki za Karitas v Trstu

16 • • • Zbiranje pomoči za Ukrajino

17 • • • Kako pomagamo v Pivki

LJUBLJANA

17 • • • Cilji mojega dela in življenja

MARIBOR

19 • • • Mladi živijo ponoči, ker jih podnevi nihče ne potrebuje

19 • • • Skupaj na poti

MURSKA SOBOTA

20 • • • Ob slovesu

20 • • • Pomoč trpečim v Ukrajini

NOVO MESTO

21 • • • Združeni za Ukrajino

22 • • • Pomoč karitas trpečim v Ukrajini

23 • • • Nagradna križanka

• FOTO NASLOVNA STRAN in ZADNJA STRAN Rok Mubi •

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, Marjana Plesničar
Jezeršek, Marjan Dvornik, Barbara Godler, Peter Perše, Karlo Smodiš,
Helena Zevnik Rozman • **UREDNIKA:** Helena Zevnik Rozman •
LEKTORIRANJE: Alenka Mirkac • **OBLIKOVANJE & GRAFIČNA**
PRIPRAVA: Andrej Šauperl • **ZALOŽILO:** Ognjišče, d.o.o. • **TISK:**
Grafično podjetje SCHWARZ d.o.o., Ljubljana • Poštnina plačana pri pošti
• ISSN 1581-5528 • Vsebine v prispevkih izražajo mnenja avtorjev in ne
predstavljajo uradnega stališča Slovenske karitas. •



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

VABILO

Pohod na Triglavsko jezera

V mesecu juliju gremo spet skupaj na Triglavsko jezera. Zato si čim prej rezervirajte 9. in 10. julij 2022 ter se prijavite preko svojih voditeljev v ŽK, škofijskih Karitas ali Slovenske karitas. Organizatorji z g. Ludvikom so za Karitas rezervirali 20 mest z enim avtobusom tudi iz Ljubljane.

Obljubljajo, da bo pohod potekal tudi v nekoliko slabšem vremenu ter da bo za vse poskrbljeno. Le kondicijo si bomo morali sami pridobiti. Zato kar hitro v naravo, da bo julija dovolj energije.



Foto: Andrej Šauperl

*Ljubezen, prepletena z drobnimi dejanji vzajemne
skrb, je tudi družbena in politična. Kaže se v
vsem, kar skuša zidati boljši svet. Ljubezen do
družbe in prizadevanje za skupno dobro sta
odlični obliki ljubezni, ki zadeva ne le odnose
med posamezniki, temveč tudi »makroodnose,
družbene, gospodarske, politične«.*
papež Frančišek, okrožnica Hvaljen, moj Gospod



tema meseca

TUJEC SEM BIL
IN STE ME SPREJELI

zbrala: Helena Zevnik Rozman

Vojna v Ukrajini je prisilila v beg na milijone ljudi, predvsem otroke, ženske in starejše. Tudi v Sloveniji jih je že nekaj sto, ki bivajo v nastanitvenih centrih Urada vlade za oskrbo in integracijo migrantov, ki je trenutno v celoti pristojen za oskrbo in spremljanje beguncev iz Ukrajine. Še večje število pa jih biva po domovih svojih prijateljev, sorodnikov, znancev in ljudi dobre volje. V prihodnjih tednih lahko pričakujemo še večje število beguncev, kajti Caritas Slovaške, Madžarske, Moldavije in Romunije so že zaprosile za mednarodno pomoč. Enako tudi na Poljskem težko obvladujejo tako hiter pritok beguncev.

Karitas v Sloveniji že odgovarja na mnoge potrebe beguncev. Ker pa se po vsej verjetnosti zna zgoditi, da bo kriza trajala dlje časa, vam posredujemo nekaj usmeritev za lažjo organizacijo dela v vaših Karitas.

Na kaj moramo biti pozorni, če želimo begunce iz Ukrajine nastaniti v svojem domu

Na začetku je vse mogoče in sprejemljivo, po nekaj tednih pa si vsi želimo tudi določeno zasebnosti in čim bolj normalne pogoje za življenje. Zato si je treba ob začetku postaviti nekaj vprašanj:

- *Za kakšen čas lahko oddamo prostor? Je to par mesecev, je to leto, dve leti?*
- *Kaj je treba narediti za vselitev? So prostori in oprema primerni za vselitev?*
- *Kako bomo v stanovanju/hiši zagotavljali intimnost tako gostov kot nas samih? Ali imamo morda možnost ločene kopalnice, sanitarij in mini kuhinje?*
- *Kako bodo lahko nameščene osebe samostojne v našem kraju? Kako daleč je namestitev od središča kraja, trgovin in drugih pomembnih institucij? Ali je dostopen javni prevoz?*
- *Ali želimo, da imamo plačano vsaj minimalno najemnino ali stroške? Če želimo prostor oddati brezplačno, koliko časa bi bilo to sprejemljivo?*

Na ta vprašanje opozorite tudi vse ponudnike namestitev, ki se obrnejo k vam.

Zaradi lažje koordinacije vse ponudbe posredujte vaši župnijski oz. škofijski Karitas, ki bo podatke o morebitnih namestitvah posredovala naprej.

Prvi koraki ob sprejemu beguncev v našo namestitev oz. naš kraj

- Vsi begunci se morajo obvezno skupaj z dajalcem privatne namestitve prijaviti na policiji in se seveda tudi odjaviti, če odidejo.



Foto: Mojca Kepić

- *Na upravni enoti uredijo status začasne zaščite (postopek lahko traja nekaj ur).*
- Ne delajmo stvari na lastno pest, vedno bodimo povezani z lokalno skupnostjo in ustanovami, ki nam bodo lahko priskočile na pomoč, če bo to potrebno. Za oddajo stanovanja namreč posamezniki sami prevzemajo odgovornost, država tega trenutno ne regulira niti ne financira neposredno.
- **OPOZORILO:** Kriminalne združbe, ki se ukvarjajo s trgovino z ljudmi za prisilno delo in prisilno prostitucijo, prežijo na potencialne žrtve, še posebej na ženske in otroke. Bodimo pozorni, če se v našem okolju dogaja kaj nenavadnega ali če se kdo okorišča z begunci. O tem obvestimo policijo na anonimno številko 080 1200 ali s klicem na Slovensko karitas.

Za lažjo in transparentno pomoč je izjemno pomembno, da sodelujemo in se povezujemo lokalno: z občino in civilno zaščito, drugimi humanitarnimi organizacijami, zdravstvenim domom itd. Vsak lahko nekaj prispeva, da bomo čim bolj človeški in drug drugemu v oporo.

Prav tako brez podpore občine ni mogoče dolgo gostiti beguncev, kajti kaj hitro se pojavi še vrsta drugih vprašanj, povezanih s šolo, zaposlitvijo, izzivi z invalidnimi ter starejšimi osebami ...

Status začasne zaščite

Od 10. marca je v Sloveniji uvedena začasna zaščita za osebe, ki so razseljene iz Ukrajine zaradi vojaške invazije ruskih oboroženih sil.

Upravičenci do začasne zaščite so:

- državljani Ukrajine;





4

- osebe brez državljanstva in državljani tretjih držav, ki niso državljani Ukrajine in so bili v Ukrajini upravičeni do mednarodne zaščite ali druge enakovredne nacionalne zaščite;
- družinski člani oseb iz prve in druge alineje tega odstavka;
- osebe brez državljanstva in državljani tretjih držav, ki niso državljani Ukrajine in so v Ukrajini prebivali na podlagi veljavnega dovoljenja za stalno prebivanje ter se ne morejo vrniti v svojo državo ali regijo izvora na varen in trajen način.

Osebe, ki vstopijo v Slovenijo, morajo najkasneje v treh dneh pri policiji ali upravni enoti, na območju, kjer so nastanjeni, izpolniti vlogo za začasno zaščito in predložiti vsa dokazila, s katerimi zagotavljajo, da so upravičenci do začasne namestitve. Osebe so v postopkih za priznanje začasne zaščite oproščene plačevanja taks.

Upravna enota izda proslcu, ki mu je priznana začasna zaščita, izkaznico, ki velja tudi kot dovoljenje za začasno prebivanje v Republiki Sloveniji. Izkaznica osebe z začasno zaščito velja, dokler traja začasna zaščita.

Oseba, ki ji je priznana začasna zaščita, ima poleg pravice do začasnega prebivanja v Republiki Sloveniji tudi pravico do:

- nastanitve in prehrane v nastanitvenih centrih ali denarne pomoči za zasebno nastanitev
- zdravstvenega varstva
- dela
- izobraževanja
- denarne pomoči ali žepnine
- združevanja družine
- brezplačne pravne pomoči
- obveščenosti o pravicah in dolžnostih ter do pomoči pri uveljavljanju pravic iz Zakona o začasni zaščiti razseljenih oseb

Druge veljavne ugodnosti

- Osebam, ki se izkažejo z ukrajinskim potnim listom ali osebno izkaznico, ponudniki javnega potniškega prometa (JPP) omogočajo brezplačen prevoz na celotnem območju Slovenije.
- Brezplačna uporaba avtocest za avtomobile z ukrajinskimi registrskimi tablicami ali najavljenimi humanitarnimi prevozi prve tri dni v Sloveniji.

Aktualne informacije lahko redno spremljate na www.karitas.si, kjer pomembne informacije redno posodabljam.

Vloga župnijskih Karitas

- Sodelavci Karitas se trudimo, da smo vsem, ki so morali zaradi vojne zapustiti domove, po svojih močeh v oporo.
- Pomagamo z materialno pomočjo, ki jo imamo sami ali jo pridobimo preko škofijskih Karitas.
- Beguncem pomagamo pri osnovni pomoči pri vzpostavljanju namestitve, kolikor zmoremo.
- Otroke in starše vključujemo v župnijo in jim omogočamo razne razbremenilne dejavnosti (delavnice, igre itd.) ter pri tem mlade po možnosti vključujemo iz župnije.
- Če so v naših vrstah strokovnjaki, lahko nudimo tudi psihosocialno pomoč – predvsem smo uho, ki posluša, da se razbremenimo.
- Sodelujemo v lokalnih koordinacijskih odborih z občino, civilno zaščito in drugimi humanitarnimi organizacijami.

Pri organiziranju pomoči v naših župnijah je pomembno, da pri tem ne pozabimo na stiske družin, ki jim že pomagamo. Zato lahko za pomoč beguncem nagovorimo druge, predvsem morda mlajše, in jih na tak način vključimo v delo župnijske Karitas.

Varujmo življenje

EKOLOŠKO SPREOBURNJENJE

Roman Globokar

V zadnji številki Žarka dobrote smo razmišljali o tem, kako pomembna razsežnost moralnega življenja kristjana je njegov odnos do okolja. Zavzemanje za spoštovanje življenja vključuje tudi skrb za nečloveška živa bitja in celotno naravno okolje. Prelomni dokument, ki se v celoti posveča temu področju znotraj katoliške etike, je okrožnica papeža Frančiška z izvirnim naslovom *Laudato si'* oz. v slovenskem prevodu *Hvaljen, moj Gospod*. V njem nas papež izrecno vabi k ekološkemu spreobrnjenju.

Kristjani smo povabljeni, da se iz drže sebičnega in nebrzdanega izkoriščevalca naravnega okolja spreobrnemo v držo odgovornega oskrbnika Božjega stvarstva. Vse, kar obstaja okrog nas, je Božje delo in nosi pečat Božje stvariteljske ljubezni, zato človek ne sme poljubno in uničevalno posegati v naravo ter je izkoriščati zgolj v svoj prid. Druga živa bitja in naravno okolje imajo v sebi vrednost in niso ustvarjena zgolj zaradi človeka. Človek je sicer ustvarjen na koncu stvarjenjskega delovanja in je ustvarjen po Božji





podobi, kar bi lahko napeljevalo na misel, da je človek krona stvarstva in da je vse naravnano nanj. Toda če preberemo pripoved o stvarjenju do konca, vidimo, da je zadnji dan stvarjenja sobota. Celotno stvarstvo je okronano s sedmim dnem, s soboto, kar pomeni, da mora človek pri svojem gospodovanju zemlji upoštevati Boga sobote. Namen sobote je slavljenje Boga s počitkom, ki naj ga človek nameni sebi, bližnjim in tudi živalim (2 Mz 23,12; 5 Mz 5,12-14). Na Gospodov dan so vsi enakopravni, vsi imajo pravico do počitka. Bog nas je ustvaril po svoji podobi, da bi tudi mi kot skrbniki in upravljalci stvarstva omogočali razvoj vsakemu živemu bitju in celotnemu naravnemu okolju. Sedmi dan je namenjen počitku in refleksiji našega dela, kar mora vključevati tudi premislek o našem odnosu do okolja.

V preteklosti smo se premalo zavedali, da lahko grešimo tudi v odnosu do naravnega okolja. Področje greha smo omejevali na svoj odnos do Boga in bližnjih. S svojim neprimernim vedenjem, ko neodgovorno uporabljamo naravne dobrine, ko zaradi lastnega ugodja in koristi uničujemo naravno okolje, se zoperstavljamo Božjemu načrtu in grešimo. Papež Frančišek z žalostjo ugotavlja, da se mnogi predani kristjani *norčujejo iz skrbi za okolje*, in poziva vse h globoki notranji spreobrnitvi. »Opravljam poklic varuhov Božjih del je bistvena sestavina krepostnega življenja. To ni več nekaj neobveznega ali drugotnega v krščanski izkušnji.« (Laudato si' = LS 217).

Spreobrnjenje se mora zgoditi na dveh ravneh, in sicer na osebni ravni vsakega posameznika in na skupni ravni družbenega življenja. Vsakdo mora začeti pri sebi in se zavedati, da imajo tudi majhna dejanja svoj velik pomen. Papež navaja čisto konkretna dejanja: *»Naj omenim izogibanje rabi plastičnih vrečk ali papirja, manjšo porabo vode, ločeno zbiranje odpadkov, kuhanje hrane, kolikor je bomo zares pojedli, skrbno ravnanje z drugimi živimi bitji, uporabo javnega prometa ali prevažanje več oseb v vozilu, sajenje dreves, ugašanje nepotrebnih luči in tako dalje. Vse to je sestavni del velikodušne in dostojanstvene ustvarjalnosti, ki kaže na odličnost človeškega bitja.«* (LS 211) Ključno je, da pride med nami do novih navad in drž v odnosu do naravnega okolja. Pri tem smo lahko v skušnjavi, da so naša prizadevanja zgolj kaplja v morju. Papež Frančišek nas opogumlja: *»Ne mislimo, da ta dejanja ne spreminjajo sveta. Takšno ravnanje širi dobro v družbi, ki obrodi veliko več sadov, kot jih moremo zaznati, ker v nedrhih te zemlje spodbuja dobro, ki vedno, včasih tudi nevidno, teži k posnemanju. Poleg tega nam takšno obnašanje vrača smisel našega dostojanstva, nas vodi v večje bivanjske globine, nam pomaga izkusiti, da se na tem svetu spleča živeti.«* (LS 212)

Pomembna je osebna zavzetost vsakega posameznika in preseganje porabniškega življenjskega sloga. Pri tem imajo nenadomestljivo vlogo vzgojne skupnosti, predvsem družina, šola in tudi cerkveno občestvo. Poleg tega pa je nujno, da pride do ekološkega spreobrnjenja tudi na družbeni in politični ravni. Papež je v tem pogledu realist: *»Za rešitev zapletenega položaja, s kakršnim se sooča sedanji svet, vsekakor ni dovolj, da se poboljša posameznik. Na družbena vprašanja je mogoče odgovoriti z mrežami občestev, ne pa z golimi seštevki posameznikovega dobrega. Ekološko spreobrnjenje, ki je nujno za vzpostavitev trajnih sprememb, je tudi družbeno spreobrnjenje.«* (LS 219)

Ekološko spreobrnjenje izhaja iz drže hvaležnosti za podarjeno stvarstvo, ko se človek zaveda, da je svet dar Božje ljubezni. Človek se hkrati zaveda, da je najprej del tega stvarstva, da je eno od ustvarjenih bitij in da z vsemi bitji sestavlja čudovito vesoljno skupnost. Ker pa smo ustvarjeni po Božji podobi, imamo znotraj stvarstva posebno odgovornost, da na ustvarjalen način skrbimo zase, za druga živa bitja in za celotno stvarstvo.

stiske sodobne družbe

MOTNJE HRANJENJA (II.)

zbrala: Helena Zevnik Rozman

Nadaljevanje iz prejšnje številke, kjer je bila predstavljena ena izmed najpogostejših motenj hranjenja: anoreksija.

Bulimija nervoza

Bulimija nervoza je bolezen, pri kateri se izmenjujejo obdobja nenadzorovanega hlastnega prenačedanja (tako imenovana »volčja lakota«, ko človek poje vse, kar v tistem trenutku najde užitnega), ki mu sledi enako neustrezna kompulzivna dejavnost, s katero se oseba nemudoma znebi pogoltnjene hrane (bruhanje, jemanje odvajal, stradanje, pretirana telesna aktivnost).

Osebe z bulimijo so pogosto obsedene s telesno težo, toda motnje hranjenja se nikoli ne pojavijo pri čustveno zdravih posameznikih. Bulimija je resna duševna motnja, ki se razvije zaradi zapletenega prepleta bioloških, psiholoških in družbenih dejavnikov. Povezana je z občutki manjvrednosti in neustreznosti, ki jih pogosto spremljata anksioznost in depresivnost. V osebni zgodovini številnih oseb z bulimijo je velikokrat zaslediti telesno ali spolno zlorabo.

Obdobja prenačedanja in neustreznih kompenzatornih vedenjskih vzorcev se povprečno pojavljajo vsaj dvakrat tedensko vsaj tri mesece.



Poznamo dva tipa bulimije:

- purgativno obliko, kjer prenažedanju sledi sprva hoteno izzvano bruhanje, ki se kasneje sproži refleksno. Poleg bruhanja lahko te osebe zlorablajo tudi odvajala. Ustrezno telesno maso torej vzdržujejo z bruhanjem. Ta oblika predstavlja 80–90 % vseh primerov. Pojavlja se tudi več telesnih zapletov in pridruženih psihiatričnih motenj.
- nepurgativna oblika, pri kateri prenažedanju sledi stradanje ali pa restriktivno hranjenje in pretirana telesna vadba.

Bulimija najpogosteje nastopi v adolescenci ali zgodnji odraslosti, med 16. in 27. letom starosti. Tudi zanjo je značilno, da jo je zaslediti predvsem pri dekletih (od 90 do 95 % primerov). Za to motnjo zbolijo od 3 do 8 odstotkov populacije. Ženske zbolijo sedemkrat pogosteje kot moški. Skorajda praviloma se pojavi po obdobju intenzivne diete oziroma hujšanja. Bolezen navadno traja več let, z vmesnimi obdobji relativnega izboljšanja. Telesna teža ljudi z bulimijo nervozo navadno ostane v normalnih mejah, čeprav lahko tudi znatno niha. Štiri petine oseb z bulimijo se spoprijema z motnjami razpoloženja, zlasti z depresijo, ki se lahko z njo pokriva, lahko pa nastopi tudi pred boleznijo ali po njej. Tri četrtine oseb z bulimijo ima diagnozo depresija; posledica so pogostejši poskusi samomora. Pri več kot polovici oseb s to motnjo se pojavljajo različne oblike anksioznih motenj. Sodijo tudi v visoko tvegano skupino, ko gre za zlorabo alkohola, drog in/ali zdravil. Pri osebah z bulimijo pogosteje opažamo vedenjske vzorce, povezane z motnjami pri nadzoru impulzov, zaradi česar utegnejo biti nagnjene h krajam ter k samopoškodbam in promiskuitetnemu vedenju.

Simptomi:

- občutek, da prehranjevanja ni mogoče nadzirati
- hranjenje do točke nelagodja ali bolečine
- pretirano veliki obroki
- zavestno sproženo bruhanje po jedi
- pretirana telesna vadba
- zloraba odvajal, diuretikov ali klistirja
- izkrivljena, pretirano negativna telesna samopodoba
- odhodi na stranišče po jedi ali med jedjo
- občutek sramu in krivde, depresivnost

Vir:

Sernec, K.; Sodobni vidiki in način zdravljenja motenj hranjenja. V: Farmacevtski vestnik 61, 2010.
Inštitut za razvoj človeških virov, <https://www.psihoterapija-ordinacija.si/dusevne-motnje/motnje-hranjenja/anoreksija>.

to moramo vedeti

KOMUNA TI DA DRUŽINO

V mesecu novembru 2021 smo člani Skupnosti Srečanje – (nekdanji) uporabniki, svojci, strokovni delavci – na FB-strani objavljali misli, izkušnje in pričevanja na temo: Komuna ti da ... V tej številki objavljamo vsebine iz sklopa Komuna ti da **DRUŽINO**. Kaj to pomeni?

1. Obnovitev družinskih vezi

S sprejemom sina v komuno smo vsi ostali člani družine najprej občutili olajšanje, tudi žalost, predvsem pa oddih in možnost, da zajamemo sapo. Olajšanje je bilo prvih nekaj mesecev tesno prepleteno s strahom, da bo sin izstopil iz programa. Z minevanjem mesecev pa je ta strah kopnel in začutili smo smisel ter vrednost komune kot priložnost za spremembe v celotni družini. Dobili smo edinstveno in najboljšo priložnost za izboljšanje medsebojnih odnosov v družini in za osebno rast vsakega izmed nas.

Mojca in Uroš

2. Zaupanje

Program ni pozitivno vplival ne le na najinega sina, marveč na vso družino, saj se odnosi izboljšujejo, razmišljamo in pogovarjamo se o temah, o katerih smo prej le redko govorili, počasi pa se vrača tudi zaupanje. Prvič po dolgem času verjamemo, da nam tokrat lahko uspe.

Program nama je ponovno vrnil vez med družino – zaupanje, zaupanje v otroka, sebe in družino.

starša

3. Podpora skupine

Vesela sva, da sva v skupini za svojce dobila toplino, zaupanje in podporo. Skupina nam pomaga pri soočanju z resnico in težavami ter daje občutek varnosti. To so resnična srečanja, ki ti pomagajo, da počasi, korak za korakom, zmoreš odkrite pogovore in lahko spet pogledaš v oči brez sramu in strahu. Skupnost Srečanje naju in ostale svojce uči sodelovati ter se spreminjati.

Vesna in Lojze

Podpora svojcem je izjemno pomembna. Svojci se na skupini opolnomočijo za soočenje s stiskami, so v varnem okolju, kjer lahko spregovorijo o svoji stiski in si z deljenjem izkušenj pri reševanju stiske medsebojno pomagajo. Razbremenijo se skrbi, razčistijo odnos, naučijo si povedati, kaj jih moti, sprejemajo napake, ki so jih naredili ...

Barbara Žgajner, strokovna delavka, Bertoki



Tako kot sem jaz dozoreval v komuni, so »zunaj« dozorevali tudi moji najbližji, ker so hodili na skupine za svojce. Sam sem se spreminjal, in seveda se tudi oni morali spreminjati svoj odnos do mene. Naš odnos se je zelo spremenil. V komuni sem prvič rekel očetu, da ga imam rad, in on je to prvič rekel meni.

B.

4. Soočenje z realnostjo (ozdravitev družine)

Z vstopom v program zdravljenja odvisnosti je družina dobila možnost na novo graditi odnose. Starša sva se lahko umirila in odpočila od neštetihih manipulacij, laži, prikrivanja ... Ozavečila sva svoje napake, nezmožnosti in neznanja. Dejstvo, da smo se povezali in da sva bila v skupini za svojce odvisnikov sprejeta, naju opogumlja, da vztrajava pri ozaveščanju problema odvisnosti in pri spreminjanju lastnih navad. Čutiva HVALEŽNOST, ker nam skupna prizadevanja, iskrenost in sprejetost v Skupnosti nudijo možnost ZDRAVLJENJA CELE DRUŽINE.

I. in B., starša

5. Namestitve (varno zavetje)

Ko se zavedaš, da si izkoristil/uporabil vse možnosti/poti pri premagovanju otrokove odvisnosti in nisi uspel, je to najbolj grozen občutek. Komuna je bila videti kot edina drobna lučka na koncu tunela. Komuna je naši družini dala:

- upanje in vrača izgubljeno zaupanje v otroka;
- občutek, da je otrok na varnem, sprejet v pozitivnem okolju;
- širši in globlji pogled na zasvojenost vsej družini;
- zavedanje, da fantje v komuni, trdo, vztrajno delajo na sebi in na vseh področjih v skupnosti.

Ob pa tem tudi svojci odkrivamo določene pomanjkljivosti ali napačne vzorce, ki jih je treba spremeniti v našem življenju.

H., mama

karitas mladih



KORAKI ZA VZPOSTAVITEV ALI NADGRADNJO MLADE KARITAS

(2. del)

Luka Oven

Mladi v karitas

Kot je bilo omenjeno v prejšnjem delu Korakov za vzpostavitev ali nadgradnjo Mlade karitas, organizacije Karitas na različne načine vključujejo ali sodelujejo z mladimi. V nadaljevanju so pojasnjene ključne možne vloge mladih v Karitas.

Prostovoljec

Nanaša se na klasično definicijo prostovoljstva: sodelovanje iz svobodne volje, brez finančnih koristi in v korist drugih, hkrati pa se učimo in rastemo kot ljudje sami. Mladi prostovoljci Karitas sodelujejo v dobrotelčnih projektih, programih ali dejavnostih, katerih namen je spremljati ljudi v težkih življenjskih situacijah. Lahko delajo neposredno z ljudmi v stiski ali podpirajo projekte, ki jih izvaja Karitas. Mladi se lahko vključijo tudi kot prostovoljci za ozaveščanje lokalnih ali širših skupnosti o pomembnih temah, povezanih s Karitas (kot so migracije, podnebne spremembe, človekove pravice itd.). V tem primeru pogosto nastopajo kot zagovorniki.

MLADI se PREDSTAVIJO

Sem Zarja in prihajam iz Celja. Kot prostovoljka pri Karitas sodelujem pri učni pomoči. Pridružila sem se youngCaritas, kjer vsak mesec delamo na kakšnem projektu. Prvič sem se preizkusila kot prostovoljka in v tem precej uživam.

Hobiji: V prostem času rada rišem, se vozim s kolesom in hodim na sprehode. Že od nekdaj tudi rada berem.

Najljubša hrana: Najraje jem torteline s kremno omako.

Najljubši kraj za izlet v Sloveniji: Zagotovo ne bi mogla izbrati le enega kraja za izlet, rada pa imam jezera, obkrožena z gozdovi.

Najljubša pesem: Najljubšo pesem menjam vsak teden. Težko bi se odločila za eno.

Najljubši kotichek kjer se sprostiš: Najbolj se sprostim v parku na sprehodu s prijatelji.

Najljubša slovenska beseda: Moja najljubša slovenska beseda je 'zakon'.





Udeleženec

Mladi se lahko vključijo v projekte Karitas, katerih cilj je, da jih s socialno vzgojo opolnomoči za družbene izzive. V tem primeru lahko sodelujejo na delavnicah, srečanjih, dobrodelnih dogodkih, socialnih projektih, dnevih odprtih vrat, taborih, delavnicah v šolah. Primeri mladih kot udeležencev so projekti, ki podpirajo mlade pri vstopu na trg dela; organiziranje priložnosti za učenje ali ozaveščanje zanje prek taborov, akcij, delavnic in več. Ni nujno, da so udeleženci sami v težkih življenjskih situacijah, niti niso nujno prejemniki storitev Karitas. Ta vidika se lahko prekrivata, vendar lahko udeleženci prihajajo iz različnih okolij.

Uporabnik

Mladi, ki prejmejo podporo Karitas, so pogosto v težkih življenjskih situacijah. Soočajo se z nizkimi dohodki, potrebujejo pomoč zagotavljanju spoštovanja svojih pravic, se soočajo s slabim telesnim ali duševnim zdravjem, invalidnostjo ipd. V teh primerih so uporabniki storitev Karitas, ki so namenjene spremljanju ljudi v stiski. Podpora opolnomočenju mladih v zahtevnih življenjskih situacijah lahko vodi tudi do njihovega nadaljnjega sodelovanja v Karitas kot udeležencev ali prostovoljcev.

Zaposleni

Številne organizacije Karitas mlade zaposlujejo formalno, kot zaposlene, ali jim nudijo dragocene in poštene priložnosti za pripravništvo. To je še en način, da pokažemo, da izvajamo to, kar pridigamo, in da drugim delodajalcem na trgu dela dajemo zgled pravične politike zaposlovanja. Zaposlovanje mladih je lahko del širšega načrta kariernega razvoja, ki ga lahko Karitas ponudi kot motivacijo mladim, ki sodelujejo kot prostovoljci ali uporabniki storitev v drugih projektih ali programih Karitas.

Pomembno je omeniti, da se lahko te vloge včasih prekrivajo in/ali mladi lahko prehajajo iz ene vloge v drugo. Kljub temu je pri oblikovanju ponudbe za mlade pomembno, da jasno opredelite njihovo vlogo v vaši organizaciji in zagotovite priložnosti, ki jim bodo omogočile rast v tej vlogi.

Različne starostne skupine

Karitas dela z mladimi različnih starostnih skupin. Organizacije Karitas si glede na razmere v lokalnem okolju določijo, s katerimi starostnimi skupinami želijo sodelovati. Pomembno si je zapomniti, da bo odločitev o sodelovanju z določeno starostno skupino zahtevala različne delovne metode ali ponudbe angažiranja.

Možne starostne skupine so:

- otroci – od 6 do 12 let
- najstniki – od 13 do 17 let
- študentje – od 18 do 25 let
- mladi odrasli – od 26 do 35 let



DOBRODELNA AKCIJA YOUNGCARITAS IN TRGOVINE HOFER

Simon Dvornik

11. in 12. marca so prostovoljci in prostovoljke youngCaritas zbirali materialno pomoč za prizadete v Ukrajini. Po vsej Sloveniji so mladi v trgovinah Hofer osveščali obiskovalce o potrebi po pomoči trpečim, ki jih je prizadela vojna v Ukrajini. Ni treba poudarjati, da so se ljudje odzvali zelo pozitivno in radodarno. Veliko dobro delo je, da pokažemo, da tudi mladim ni vseeno, v kakšnem svetu živimo, in da kljub napredni tehnologiji ter večji splošni razgledanosti še vedno zelo hitro pride do nerazumnih, krutih in nedopustnih dejanj. Tudi naši mladi prostovoljci so izrazili veliko veselje in zadovoljstvo nad dobrodelnostjo in darovi ljudi. Zelo radi aktivno sodelujejo v akcijah in dogodkih, ob

katerih na lastne oči vidijo, kako se pomoč aktivno izvaja in uresničuje. To jih navdihuje ter vliva pogum in veselje v njihova mlada, aktivna srca.





DOGAJA se

Dobrodelno okrog Slovenije. Dogodek, pri katerem smo kot partnerji prvič sodelovali lani, bo tudi letos povezal Slovenijo. Po dobri izkušnji in pripravljenosti za sodelovanje nekaterih župnijskih Karitas vas bomo tudi letos nagovorili k sodelovanju. Podrobnosti o projektu in potek trase na www.youngCaritas.si.

na obisku



Sveti Jurij ob Ščavnici



Murska Sobota

MATERINSKI DOM JE VELIKO VEČ KOT LE STREHA NAD GLAVO

Jasmina Štefanec

Na obisku v prvem pomurskem materinskem domu s svetovalnico iz perspektive strokovne delavke

Program materinskega doma je namestitveni program, ki pod okriljem Škofijske karitas Murska Sobota deluje od leta 2012 in je sofinanciran s strani MDDSZ. Deluje na dveh lokacijah, v Murski Soboti in Svetem Juriju ob Ščavnici. Na vsaki posamezni enoti je na voljo 5 sob. Vsaka uporabnica ima svojo sobo, ostale prostore pa souporablja z drugimi uporabnicami. Bivanje v materinskem domu je začasno, omejeno na eno leto, ki se lahko podaljša za pol leta, če strokovni delavci določijo sklep v korist uporabnici. V zadnjih letih zaznavamo precejšnje povpraševanje oseb brez otrok ali z odraslimi otroki. Povpraševanje velikokrat presega naše kapacitete. Poleg namestitvenega programa izvajajo program svetovanja.

Razlogi za namestitve v materinski dom so različni, vsem uporabnicam pa je skupno, da so se znašle v takšni stiski, ki je same trenutno ne zmorejo premestiti,

in potrebujejo varno okolje, umik, podporo, razumevanje, usmeritev, različne oblike pomoči ter podpore.

Sami vemo, koliko poguma je treba, da se odločimo za spremembo, za korak v neznano. Toliko težje pa je žrtvam nasilja, da prekinajo ta zlorabljalni krog nasilja. Pomembno je zavedanje, da nasilje ni zgolj problem posameznika, ampak ga moramo umestiti v družbeni kontekst. Bolj kot je namreč družba občutljiva na nasilje, nižja je njena toleranca do zlorab, posledično pa so bolj prepoznavna in obsojajoča tudi nasilna dejanja.

Bivanje v materinskem domu ni vedno lahko, saj skupaj sobivajo različne uporabnice z različnimi navadami, vrednotami in pogledi na življenje. Te imajo seveda tudi različne izkušnje iz preteklosti. Skozi sobivanje se tako učimo tudi strpnosti in sprejemanja drugačnosti.

Naše uporabnice v materinskem domu najdejo drugi dom. Zaposlene, ki prihajamo na enote, se zavedamo, da vstopamo v njihovo življenje, v njihov vsakdan, v njihov življenjski prostor, zato je še kako pomembno in potrebno, da vstopamo nadvse spoštljivo. Skozi primer vam bomo približali košček njihove zgodbe in našega dela.



Mamica s tremi mladoletnimi deklicami

Pobudo za sprejem v materinski dom smo dobili s strani krajevno pristojnega Centra za socialno delo. Mamica je z deklicami živela v neustreznem okolju. Prisotne so bile grožnje, nasilje, manipulacije, posledično so živele v stiski in strahu.

Pred sprejemom v materinski dom načeloma opravimo osebni razgovor, kjer vzpostavimo prvi stik in opišemo naš program. Osebi damo možnost, da spregovori o sebi in svojih razlogih za umik. Zaradi oddaljenosti smo v tem primeru razgovor izvedli preko telefona.

Družina ni imela niti sredstev niti možnosti za samostojen prihod k nam v materinski dom, zato smo se ponje odpravili s službenim avtomobilom. Zelo dragoceno je, da imamo zaposlene na voljo službeni avtomobil, saj ga poleg takšnih občasnih prevozov skoraj vsakodnevno uporabljamo za spremstvo na različne institucije, obravnave, preglede itn.

Že ob prvem stiku, ki ga imamo z uporabnicami, začnemo graditi medsebojni odnos. Naš odnos temelji na spoštovanju, zaupanju in soustvarjanju rešitev. Zavedamo se, da je vsaka uporabnica primer zase, hkrati pa najbolj pozna svoje življenje. Tako se zaposlene s svojo strokovnostjo in znanjem trudimo nuditi pomoč pri definiranju in ubeseditvi potreb ter ciljev in načinov, kako jih doseči.

Po sprejetju se začne raziskovanje uporabnikovega življenja in prepoznavanja potreb. Družina je prišla k nam skoraj brez osnovnih potrebščin, zato smo jim ob namestitvi, v prvih dneh, zagotovili higienske pripomočke, oblačila in obutev. Škofijska karitas razpolaga z doniranimi artikli, ki zajemajo tekstil, otroške igrače in opremo ter kosovno pohištvo, zato se večkrat obračamo nanjo.

Skupaj z mamico smo oblikovali individualni načrt pomoči. Poleg končnega cilja, ki je rešitev bivanjske stiske, smo skupaj prepoznavali potrebe in določali sprotne cilje ter definirali korake za doseganje le -eh. Prešolanje deklet, predhodno svetovanje na CSD-ju, ureditev družinskih razmerij, duševno zdravje mami-

ce, postopek usmerjanja otrok s posebnimi potrebami je le nekaj ciljev, ki smo si jih zadali. Družino smo vključili v program Botrstva in s tem mamico nekoliko finančno razbremenili. Sodelovanje z institucijami, kot so šolstvo, CSD, ŠK Murska Sobota, pravna služba – odvetnica, ki deluje pro bono, zdravstvene organizacije, je za naše delo izjemnega pomena, saj le tako lahko z različnimi viri celostno pomagamo družini.

Deklice so se zelo hitro integrirale v okolje in navezale na nas zaposlene. Sprejem je bil v času šolskih počitnic, zato je bila zelo dragocena pomoč prostovoljk. Te so se vključevale v različne aktivnosti in delavnice. Prostovoljci so dodana vrednost programa in smo jim zelo hvaležni za njihov prispevek.

Ob spremljanju primera smo prepoznavali močna in šibka področja mamice. Njena močna področja smo dodatno spodbujali in krepili, pri zaznavanju šibkih področij pa smo jo usmerjali k pridobivanju novih znanj in veščin, za boljša ravnanja v prihodnosti. Pomagali smo ji prepoznati lastna čutenja in ubesediti čustva. Skozi delovni proces smo iskali vire moči, jo informirali, krepili v odnosu do sebe, deklet in drugih uporabnic.

Občasno je prihajalo do konfliktov med uporabnicami. Takrat smo na individualnih in skupinskih razgovorih ozaveščali uporabnice o načinih ravnanja v primeru konflikta. Vemo, da sobivanje z drugimi uporabnicami ni vedno lahko in enostavno. Upabnice smo krepili, da so odgovorne le za svoja ravnanja, čutenja in odzive. Tako smo ubesedili primerne in neprimerne odzive na konfliktne situacije.

Pri svetovalnem delu z mamico smo opažali, da se je trudila ponotranjiti nove vzorce, načine vedenja in delovanja. Verjamemo, da lahko uporabnica s pomočjo, z lastno motivacijo in željo po znanjih za drugačna ravnanja pridobi nova znanja in veščine za samostojno življenjsko pot, čeprav je zakoreninjene odzive, navede in mišljenje težko spremeniti.

Družina je pri nas bivala devet mesecev. V tem času je večkrat kandidirala na razpisu Stanovanjskega sklada RS, kar se ji je na koncu obrestovalo. Pomagali smo ji pri selitvi in urejanju vseh potrebnih korakov, ki prispevajo k samostojnemu bivanju v novem okolju.

Zavedati se moramo, da oseba potrebuje tudi čas za okrevanje. Upamo, da bo k temu pripomoglo novo okolje, kjer bo mamica z deklicami živela brez nasilnih elementov.





Če uporabnica oceni, da potrebuje dodatno pomoč, podporo, spremljanje ali informiranje, ima po zapustitvi namestitvenega programa možnost nadaljnega sodelovanja v programu svetovalnice.

Materinski dom je torej veliko več kot le streha nad glavo. Ženskam in mamicam z otroki poleg nastanitve ponuja podporo pri vsakodnevem življenju. Strokovni kader skrbi za to, da se uporabnicam vrača dostojanstvo, samozaupanje, samozavest. Daje jim moč za spopad z življenjem, nauči jih živeti v polnem pomenu besede, daje jim varen prostor za pogovor, za razmi-

slek, za umik, za odložitev vseh čustvenih bremen, ki jih nosijo s seboj morda že od otroštva. Za matere, otroke in ženske v stiski sta vsebini materinskega doma in svetovalnice nova priložnost in pomembni postaji na poti v samostojno in dostojanstveno življenje.

Skupaj s sodelavkami smo prisotne od najranljivejšega trenutka uporabnice do trenutka, ko lahko rečemo, da je oseba, ki je prišla po pomoč (po-moč), odšla z izkušnjo, kako je biti slišan, spoštovan in opremljen z znanji za boljša ravnanja.



ODGOVORNOST

Marjan Dvornik

Ko je Bog ustvaril svet, je postavil človeka za varuha vsega stvarstva. Bogupodobnost človek uresničuje s tem, da v svojem ravnanju, prepoznavanju zakonitosti stvarstva, premišljevanju, izrekanju stališč in končno oblikovanju odnosov čim pristneje posnema Stvarnikov način delovanja. (65) V sedanjem svetu, še bolje – med nami, je poslanstvo Cerkve izpolnitev takega sodelovanja človeka z Bogom, ki stvarstvo ohranja, ga plemeniti in mu omogoča, da lahko vsak človek živi dostojanstvo in bogupodobnost ves čas svojega življenja, po smrti pa združenje z njim, ki mu je pripravil prostor pri sebi v gledanju veličastva in slave. Tako se človeško bivanje opira na tri med seboj tesno povezane temeljne razmerja: na odnos do Boga, do bližnjega in do zemlje. (66) V tem okviru ima prav Karitas nalogo, da kot tretji steber pastorage v življenju Cerkve v razdrta razmerja med ljudmi, narodi, med človekom in naravo vnaša ravnotežja, ki nikogar ne pozabljajo, ampak vsakemu vračajo prvotno, od Stvarnika darovano, dostojanstvo. O tem ne bi bilo treba pisati, če ne bi bili soočeni s svetom, v katerem zlo kvari Božje delo. Kot Adam in Eva ljudje tudi danes podležejo njegovim ukanam in lažem. Pohlep povzroča opustošenje okolja, uničevanje deževnega gozda, umiranje ljudi zaradi lakote, strahotne posledice vojn. Tudi v državah, kjer teh problemov ne vidimo tako od blizu, se srečujemo z uničenimi družinami, sovraštvom do drugače mislečih, nasilnim uveljavljanjem raznih ideologij in teorije spolov. Posebej boleče pa je spoznanje, da bodo »ubogi« vedno med nami, ne glede na to, koliko naporov vlagajo številni prostovoljci in humanitarci v pomoč s hrano in oblačili. Pri nas živi 10–15 % ljudi pod pragom revščine, zato je prav, da se tudi Evropska unija vključuje v pomoč v hrani.

komentar meseca

Naloga Cerkve je nenadomestljiva. V župnijah so nam pomoči potrebni najbolj na očeh, poznamo jih, z njimi smo v osebnih stikih, lahko so celo naši sorodniki ali prijatelji. Od dobrote naših src je odvisno, kako njihove stiske rešujemo. Zato je vzgoja za prostovoljstvo znotraj župnijskega občestva ključno poslanstvo pastorage odraslih. Gre za spoznanje o lastnem zanemarjanju odnosa do stvarstva in bližnjega, gre za odpiranje priložnosti za spreobrnjenje, gre za navduševanje za darovanje časa za vračanje dostojanstva vsakemu, ki ga je zadelo odrivanje na rob družbe. (218) Tudi v naši Cerkvi bodo potrebni odločnejši koraki k prebujanju odgovornosti in krepitvi župnijskih Karitas. Seveda tu najprej gledam k našim škofom in duhovnikom, ki proces osveščanja in uresničevanja odgovornosti pospešujejo ali pa zavirajo. Sedaj je čas milosti, sedaj je čas rešitve. V času obilja se lahko občutljivost do pomoči potrebnih zamegli. Sedaj pa smo soočeni s trpečimi zaradi vojne, zato je to zadnji opomin Boga, da se prebudimo iz napačnega razumevanja znamenj časov. Odpiranje vrat župnijskih Karitas prostovoljcem in uresničevanje telesnih in duhovnih del usmiljenja je postalo ultimatum, biti ali ne biti.

V kateri župniji? V moji in tvoji.

Kdo? Jaz in ti.

Kako? Vzgoja za evangelijske odnose, čas za osamljene, prinašanje veselja (226), bližina trpečim in bolnim ...

Pred nami je priprava strateškega načrta karitativnega dela. Predlagam, da zberemo vse zglede dobrih praks in pripravimo »priročnik« v pomoč duhovnikom in vernikom, da v svojem okolju oblikujejo takšno Župnijsko karitas, ki bo znamenje Božje ljubezni.

Komentar se naslanja na okrožnico Laudato si'. Številke so označbe poglavij, na katera se razmišljanje nanaša.



SRCE, ODPRTO ZA VES SVET

papež Frančišek

Vir: Vsi smo bratje, okrožnica papeža Frančiška o bratstvu in družbenem prijateljstvu, Založba Družina

Odlomek je iz iz četrtega poglavja: Srce, odprto za ves svet

12

Če trditev, da smo kot človeška bitja med seboj vsi bratje in sestre, ni samo abstrakcija, temveč se utelesi in postane dejstvo, postavlja pred nas vrsto izzivov, ki nas ganejo in zavežejo, da sprejmemo nove možnosti in pripravimo nove odgovore.

Zamejitev meja

Ko je naš bližnji migrant, so izzivi še bolj zapleteni. Seveda bi bilo imenitno, ko bi se lahko izognili migracijam, ki niso nujne. Ustrezna pot za to pa bi bila, da bi v državah izvora našli primerne možnosti za dostojno življenje in človeško rast, ki bi ustvarile okoliščine za celostni človekov razvoj. A dokler ni resnega tovrstnega napredka, je naša dolžnost, da spoštujemo pravico vsakega človeka do primernega kraja, kjer bi lahko zadovoljeval svoje primarne potrebe in potrebe svoje družine ter se v polnosti uresničeval kot oseba. Napore glede migrantov, ki prihajajo k nam, lahko povzamemo s štirimi glagoli: sprejemati, ščititi, spodbujati in povezovati. Ne gre namreč »za zniževanje programov pomoči, temveč za skupno iskanje poti do teh štirih dejavnosti pri gradnji mest in držav, ki bi bile – ob ohranjanju in upoštevanju kulturne in religiozne identitete – odprte do drugačnosti in bi jih znale vrednotiti v duhu človeškega bratstva.«

To prinaša s seboj nekaj obveznosti predvsem do tistih, ki bežijo zaradi hudih humanitarnih kriz. Na primer: hitrejša in preprostejša izdajanje vizumov ter poenostavljene programe za posamično in skupinsko varstvo; odpiranje humanitarnih koridorjev za najranljivejše begunce; ponuditi primerno in spodobno namestitev; zagotavljati osebno varnost in dostop do življenjsko pomembnih služb; skrbeti za primerno konzularno pomoč, pravico do osebnih dokumentov, nepristransko sodno obravnavo, lažje odpiranje bančnih računov in dodeljevanje za preživetje nujne podpore; zagotavljanje svobode gibanja in pravice do dela; zaščito mladostnikov in prost dostop do redne izobrazbe; pripravo programov za začasno varstvo ali sprejem; zagotavljanje verske svobode; spodbujanje vključevanja v družbo; pospeševanje združevanja družin in pripravljanje lokalnih skupnosti na integracijske postopke.

Za tiste, ki so prišli pred časom in so že vključeni v družbo, je pomembno uveljaviti »državlanske pravice«, ki temeljijo »na enakosti pravic in dolžnosti, po

kateri uživajo vsi enake pravice. Zato si je treba prizadevati, da bi se v naših družbah utrdila zamisel o polnem državljanstvu, zavrгла pa diskriminatorna raba pojma manjšina. Ta nas navdaja z občutkom osame in manjvrednosti, ki pripravlja teren za sovražnost in nesoglasja ter nekaterim državljanom z diskriminacijo odteguje verske in družbene pravice.«

Z izjemo različnih neodločljivih ukrepov države ne smejo iskati primernih rešitev na svojo pest, »*kajti posledice odločitev enega neizogibno prizadenejo celotno mednarodno skupnost*«. Zato »bodo lahko odločitve *le plod skupnega dela*«, ki bo rodilo globalno migracijsko zakonodajo. Vsekakor je treba »sprejeti srednjeročne in dolgoročne načrte, ki presegajo zasilne rešitve. Ti bi morali po eni strani učinkovito prispevati k integraciji migrantov v državah sprejema, hkrati pa s solidarno politiko podpirati razvoj v državah izvora. Tako pomoč ne bo odvisna od različnih strategij in neprimernih ali nasprotujočih si ideoloških praks narodov, katerim je namenjena.«

Vzajemno obdarovanje

Ljudje, ki prihajajo iz različnih življenjskih in kulturnih območij, so za nas dar, kajti »*zgodbje migrantov so tudi zgodbe srečanj med posamezniki in med kulturami: za skupnosti in družbe, kamor prihajajo, so možnost obogatitve in celostnega človeškega razvoja za vse*«. Zato »predvsem mlade prosim, naj ne zapadejo v mreže tistih, ki jih hočejo postaviti nasproti drugim mladim, ki prihajajo v njihove dežele, in videti v njih nevarna bitja, nekoga, ki nima istega neodtujljivega dostojanstva kakor vsako Človeško bitje«.

Naklonjeno sprejemanje tujcev z možnostjo novega razvoja po drugi strani vključuje tudi pravico do nadaljevanja njihovega lastnega življenja. Različne kulture, ki so svoje bogastvo ustvarile v stoletjih, je treba ohranjati, da sveta ne bi osiromašili. Ob tem pa jih moramo spodbujati, da pokažejo, kaj imajo svojega v primerjavi z drugimi. Ne smemo tvegati, da bi postali žrtve kulturne skleroze. Zato »se moramo pogovarjati, odkrivati bogastvo vsakogar, ceniti, kar nas združuje, in ob spoštovanju razlik videti možnost za rast. Potreben je potrpežljiv in zaupen dialog, da bi posamezniki, družine in skupnosti lahko posredovali vrednote lastne kulture in sprejemali dobro, ki prihaja iz izkušenj drugega.«



40 DNI BREZ ALKOHOLA NAJ SE NADALJUJE, »SMEJ SE.«

Mojca Kepić

Slovenska karitas s soorganizatorji že od leta 2006, torej 17 let, organizira akcijo 40 dni brez alkohola, s katero opozarja na problematiko alkoholizma v slovenskih družinah. Prvo postno nedeljo smo se na Brezjah zbrali vsi, ki se zavedamo problematike alkohola ali jo celo z ene ali druge strani poznamo. Nekateri so sami izkusili odvisnost, drugi so jo doživljali ob svojih družinskih članih, prijateljih, sodelavcih. Sveto mašo je vodil cistercijski opat p. Maksimilijan File, ki nas je nagovoril, kako pomembno je, da znamo reči alkoholu ne in da ne prevzemamo problem alkohola očeta/moža/žene/otroka nase. Ob koncu so nam spregovorili zdravljeni alkoholiki, ki se še posebej zavedajo, kaj pomeni zasvojenost in kakšne posledice lahko prinese. Vsem pa je bilo skupno neizmerno veselje biti trezen. Poddobnega srečanja smo bili deležni na Sveti Gori, kjer smo bili deležni blagoslova p. Bogdana Rusa.

Sodelujoči v akciji 40 dni brez alkohola nam sporočajo, da se alkoholizem velikokrat začne kot beg od problemov, utišanje bolečine ali poskus popestriti življenje, ki se zdi prazno. Letošnje geslo **»Smej se«** nam predlaga, da obrnemo to perspektivo: da razlog za dobro voljo poiščemo v stvareh, ki nas ne bodo zasušile in uničile; da kljub velikim in majhnim stiskam, ki jih doživljamo, iščemo pravo, iskreno veselje in ne pozabimo na to, kako pomembni so v življenju dobri medsebojni odnosi z našimi bližnjimi. Velikokrat z omejitvijo alkohola spodbudimo k miru v družini, med zakonci, prijatelji ..., saj gre konec koncev za to, da bi na vseh ravneh zaživel bolj zdrave medsebojne odnose.

Akcija 40 dni brez alkohola se počasi približuje koncu. Naše povabilo je: zmernost pri alkoholu tudi vse preostale dni v letu. **»Smej se«** naj nas spremlja še naprej, da se bomo znali veseliti v zmernosti z alkoholom tako v domačem kot širšem družabnem okolju. Smeh, veselje naj krepí naše vsakodnevne odnose, predvsem pa spodbujajmo k miru v družini, službi, družbi.

Robert Štaba, predsednik Zavoda Varna pot: »Smej se« je slogan letošnje akcije Slovenske Karitas 40 dni brez alkohola. *»Le kako naj se smejimo,«* me je ogovorila ena izmed naših ambasadorok, *»ko pa je porast alkohola v najhujših prometnih nesrečah z 22 % dosegel že 37 % v letu 2021.«* *»In ti odstotki,«* še nadaljuje, *»imajo svoje ime, priimek, pa konec koncev tu ne gre samo za tiste, ki so umrli in bili hudo telesno poškodovani, posledice so prizadele tudi njihove sorodnike, prijatelje, kolege. Ne morem in ne znam se dati v kožo alkoholiziranih povzročiteljev, toda zdi se mi, da so oni in njihovi bližnji nedvomno tudi žrtve za-*



Peter Tomažič, generalni tajnik Slovenske karitas,
Uroš Kuzman in Aleš Novak, ambasadorja akcije 40 dni brez
alkohola, Karmen Henigsmann, NIJZ,
Jože Hribar, Javna agencija RS za varnost prometa,
Andreja Verovšek, med.over.net

čaranega in tragičnega davka alkohola. Koliko gorja bo ta alkohol še naredil pri nas,« zaključí. V njenih očeh vidim solze, obup, žalost, jezo. Brez besed, nežno jo objamem in stisnem k sebi. Ni potreben komentar, prepričevanje, le tišina, poslušanje in znak spoštovanja ter ljubezni. To je naše poslanstvo, ki smo mu zvesti že 15. leto. Ni dvoma, da nas je čas pandemije covid-19 v delu našega vsakdana še bolj stisnil in utesnil ter da je del posledic tudi rezultat stiske ljudi. Vendar je to tudi dokaz, da je alkohol, ko prestopi tanko mejo sreče, v naslednjem hipu tragika, zlo, uničevalec odnosov, ljubezni, življenja, torej bolezen današnje družbe. Ne moremo ga ignorirati, se pretvarjati, da ga v našem vsakodnevnem življenju doma, v službi, na cesti jutri ne bo. Lahko pa vas nagovarjamo, da skupaj z bližnjimi, prijatelji, znanci, sodelavci podarite sebi, družini, družbi dan, teden ali vseh 40 dni brez alkohola. Morebiti to postane nekaj lepega, novega, plodnega; če ne poskusimo, ne bomo nikoli vedeli. Zna se zgoditi, da nas nekoč nekje nekdo tudi vzame za zgled. Našo ambasadorko primem za roko, ji pogledam v oči in ... *»Veš kaj, tako kot čutimo drug drugega in potrebujemo oporo, prijateljstvo, ljubezen, tako ti, jaz in vsi mi še kako potrebujemo SMEH. Če kdaj, potem se mi zdi, da ga danes.«*





koper

OB VISOKEM JUBILEJU VELIKO ZDRAVJA IN SREČE

Franc Prelc

Nagovor – voščilo župnika pred nedeljsko sv. mašo

Na današnjo nedeljo, 20. februarja 2022, se pri sv. maši zahvaljuje za svojih 90 let življenja in približno 60 let katehetskega dela Kristina Prelc. Od leta 2006 (16 let) živi in deluje predvsem za našo župnijo Sv. Anton. Zato se tej zahvali Bogu in njej pridružuje tudi naša župnijska skupnost, ki ji bo po oznanilih izrekla svoja voščila. Za njeno delo se ji bo zahvalila tudi voditeljica Istrske območne Karitas ga. Pavla Brec.

Med mnogimi sodelavci me je ona prav gotovo najbolj podpirala ne le kot krvna sestra, temveč tudi kot katehistinja, pastoralna in karitativna sodelavka vseh 60 let duhovništva do letošnje biserne maše v vseh župnijah od Tomaja, Avberja, Klanca, Škofij, Pirana, Lucije, Portoroža, Bertokov in Sv. Antona. Zato je morda prav, da razkrijem nekaj drobcev iz njenega življenja.



Trideset let je bila kot druga mama močna opora še sedmim bratom in sestram v domači družini v Podgradu. Med 2. svetovno vojno je uspela zaključiti samo štiri razrede osnovne šole. Ostalih 60 let do danes je sooblikovala župnije na vseh področjih.

Najprej ob brezštevilnih čajih in nenapovedanih kosilih ali organiziranih počitnicah tudi za velike skupine, predvsem v turističnem središču Portorožu. Podpirala je gospodarske zadeve, posebno pri zidavi nove cerkve v Portorožu, hiše Karitas v Bertokih in drugih objektov. Skrbela je za karitativne dejavnosti, posebno za zasvojene z mamili in alkoholom (Skupnost Srečanje in Vrtnica). Brez njene trajne pomoči teh programov ne bi mogli speljati. Ob vseh rednih delih se je morala strokovno in delovno izobraževati: dokončala je osnovno šolo, končala Katehetsko šolo, opravila



vozniški izpit, naredila trimesečno kuhinjsko šolo v bogoslovnem semenišču v Ljubljani ter trimesečno duhovno formacijo pri fokolarinih v Italiji. Pri duhovni rasti ji še vedno pomagajo redna tedenska srečanja in vsakodnevna molitev brevirja ter vsakodnevna sv. maša.

Pokoncilski laik ima ogromno možnosti za graditev Cerkve za danes in jutri, potrebuje pa za to globoko in trajno izpopolnjevanje in rast.

Bogu in Mariji hvala za trajno pomoč in spremstvo. Iskrena hvala tudi mnogim iz različnih skupin in župnij, ki so ji pri tem pomagali. Srčna hvala in seveda molitev zate, Kristina, tudi z moje strani.

SONČNE, POMLADNE ZIMSKE POČITNICE

Tatjana Rupnik

Letošnje zimske počitnice so bile bolj podobne pomladnim, saj nas je cel teden razvajalo toplo sonce. Veseli smo bili, da nam je kljub naraščanju okužb uspelo izpeljati program v živo. Po številu otrok smo se vrnili v čas pred korono, saj je počitniški program obiskalo kar 34 otrok. Dan smo vedno začeli ob čaju, piškotih in pogovoru. Po dolgem času je bilo iz pogovora razbrati, da so otroci bolj sproščeni, čutiti je bilo manj zaskrbljenosti glede situacije, ki je, kot vsi upamo, za nami.

Ponedeljek smo namenili šivanju. Obiskala nas je ga. Blanka, ki nas je naučila šivati punčke in klobučke. Delavnica je bila zanimiva, a žoga nas je bolj mikala, tako da smo po končani delavnici svojo energijo sproščali na bližnjem igrišču, kjer smo igrali različne igre. Dan je bil namenjen tudi spoznavanju, saj je bilo v program prijavljenih veliko novih otrok. Seveda noben dan nismo po-





zabili na družabne igre, kjer je bilo med otroki zaznati veliko tekmovalnost. Vsak bi rad bil zmagovalec, zato je pogovor tekkel tudi v smeri, da nam življenje ne ponuja samo zmage, ampak so tudi padci, in zelo pomembno je, da znamo vstati in iti naprej.

Torek je bil nekaj posebnega, saj smo se poleg ustvarjalnih delavnic učili delati palačinke. Vsak od otrok je imel možnost speči svojo palačinko in jo namazati z najljubšim namazom. Vsi smo komaj čakali kosilo, da poskusimo naše palačinke.

Sreda je bila športno obarvana. Odšli smo na pohod v Vipavo, na vojaški stadion, kjer smo se dodobra razmigali, obiskal pa nas je tudi svetovni prvak v balinanju Anže Petrič, ki nam je pokazal, kako se pravilno balina. Pripravili smo pravo tekmovanje – in ni kaj reči, med nami so talenti.

Četrtek je bil spet namenjen gibanju. Ana nas je dodobra »namatrala« s svojimi vajami in ugotovili smo, da nam je čas epidemije pobral veliko kondicije. Ja, spet bo treba v akcijo.

V petek smo gostili Urško iz Vilalavande, ki je zelo lepo odišavila našo dvorano. Izdelovali smo borovo solno kopel z različnimi eteričnimi olji. Spoznavali smo naše gozdove, se učili bontona v naravi in odkrili, da nam narava ponuja ogromno, a je ne znamo izkoristiti v prave namene, brez da bi jo uničevali. Otroci so pri tej delavnici uživali, veliko spraševali, se zanimali in sodelovali. Hvala tudi Urški za čudovito predstavitev. Seveda ni manjkalo tekmovanje v tomboli, kjer je bil seveda spet samo en zmagovalec in veliko žalostnih obrazov, saj je zmagovalka dobila vrečko bombonov. A kmalu je bil poraz pozabljen, ker je Zala vse bombone razdelila med otroke. Zakaj pravim, da vse? Zato ker je na koncu ugotovila,

da zase ni pustila niti enega. A ni bila čisto nič žalostna.

Otrokom smo vsak dan pripravili topel obrok – za ta odlična kosila smo neizmerno hvaležni Gostilni in piceriji Anja iz Loga pri Vipavi. Seveda nismo mogli mimo pogovora o vojni v Ukrajini, saj se je prvi napad zgodil ravno v času počitnic. V očeh otrok smo ponovno lahko videli žalost in zaskrbljenost, kaj če vse to pride tudi k nam. Veliko smo se pogovarjali, a vsem je ostalo le upanje, da se ta morija čim prej konča.

Počitnice so zelo lepo uspele, za kar gre zahvala tudi vsem prostovoljcem, ki so pomagali pri izvedbi programa. Hvala staršem za njihove pohvale in za upanje svojih otrok. Tudi v prihodnje se bomo trudili, da bo otrokom lepo.

POSTNA DUHOVNA OBNOVA V VIPAVSKEM KRIŽU

Marjana Plesničar Jezeršek

Ob začetku postnega časa smo v Vipavskem križu organizirali postno duhovno obnovo za sodelavke in sodelavce ŠK Koper. Zbralo se nas je 65 z raznih koncev koprške škofije: Vipavske, Goriške, Idrijsko-Cerkljanske, Tolminske in Kraške.

Vodenje duhovne obnove smo zaupali g. Tomažu Kodriču, ki je ob začetku daroval sveto mašo, potem pa nas je nagovoril z veselo mislijo, v kateri se je opiral na postno pismo papeža Frančiška. Sporočilo letošnjega posta ne sloni na odpovedovanju, ampak na spodbujanju, da naredimo več dobrega. Post je odličen čas, da stopimo na pot osebnega in skupnostnega spreobrnjenja. Na poti namreč nikoli nismo sami, ampak smo občestvo Cerkev. Pomembno je, da na tej poti ne pozabimo, da smo na njej tudi skupaj z Jezusom, da je on tisti, ki vodi in usmerja našo pot. Prevečkrat se osredotočimo sami nase – kaj moram jaz narediti –, toda spreobrnjenja ne more biti, če zraven ne stopi





Bog. To ni samo pot postnega časa, ampak celega našega življenja. Papež nas v pismu tudi spodbuja, naj se ne naveličamo in ne omagamo. Jezus je trikrat padel pod križem, pa se je vselej pobral in šel dalje. Tudi nam ne gre vedno super, a nam je dana pomoč. Vedno se lahko opremo na molitev in na Božjo besedo. G. Tomaž je še enkrat ponovil spodbude papeža Frančiška, ki naj nam bodo vsem skupaj vodilo skozi ta postni čas – vodilo na poti k vstalemu Kristusu. Ne naveličajmo se **moliti, ruvati zla iz svojega življenja, prositi za odpuščanje, se boriti proti poželenju in predvsem delati dobro.**

To, da smo se po dolgem času spet srečali, in beseda, da post ne pomeni le odpovedi, temveč je tudi povabilo k več nasmeha na naših obrazih, nam je vsem skupaj odprlo srca, in domov smo odšli nasmejani. Hvala g. Tomažu in bratom kapucinom, ki so nas gostili v svojem samostanu, da smo lahko skupaj doživeli to lepo srečanje!

UMETNIKI ZA KARITAS V TRSTU

Marjana Plesničar Jezeršek

Razstava 27. likovne kolonije Umetniki za Karitas potuje naprej. V marcu se je iz Ljubljane premaknila v Peterlinovo dvorano v Trst. Prijazno nas je sprejel g. Sergij Pahor, predsednik Društva slovenskih izobražencev iz Trsta, ter njegovi sodelavci, ki so nam tudi pomagali postaviti likovna dela na pravo mesto.

Ga. Anamarija Stibilj Šajn je z izbranimi besedami predstavila udeležence 27. kolonije ter razstavljenega dela in geslo, kateremu kolonija in potujoče razstave sledijo: Z očetovim srcem. Glavni govorec ob odprtju razstave je bil g. Lojze Peterle, ki je predstavil svoj osebni pogled, ki temelji na obilici izkušenj, na trenutno situacijo, povezano z vojno v Ukrajini. Nekaj besed na to temo je ob koncu povedal tudi g. Andrej Černigoj.

Strokovni svet kolonije je sicer lani določil, da bo ves izkupiček od prodanih del namenjen materialni pomoči družinam v stiski in Centru Bogdana Žorža, vendar smo zaradi trenutne krize, ki jo je povzročila nesmiselna vojna v Ukrajini, na ravni Škofijske kari-

tas odločili, da bo izkupiček, ki se bo zbral v Trstu, namenjen pomoči ukrajinskim beguncem, ki se bodo ustavili na področju koprške škofije.

Prisrčno vabljeni, da si razstavo v Trstu ogledate, združite ljubezen do lepega z dobrim delom in prispevate za pomoč ljudem, ki jih je vojna pregnala iz njihovih domov in potrebujejo našo pomoč.



Foto: Lucijan Bratuš

ZBIRANJE POMOČI ZA UKRAJINO

Marjana Plesničar Jezeršek

Tako kot ljudje iz Vipavske doline so se tudi sodelavke Vipavske območne Karitas hitro odzvale na novo krizno situacijo, ki jo je prinesla vojna v Ukrajini. V Centru Karitas v Ajdovščini materialno pomoč za Ukrajino zbiramo vsak dan od ponedeljka do petka med 8h in 15h ter ob četrtnih še dodatno med 16h in 18h.

Ljudje iz naše okolice so se zelo srčno odzvali in poskušajo pomagati vsak po svojih zmožnostih. Pomoč za Ukrajino zbirajo vrtci, šole, župnije ter posamezniki. Mlada Karitas je izpeljala posebno akcijo, v kateri so pred trgovinami Hofer mladi prostovoljci zbirali pomoč za Ukrajino, Civilna zaščita pa je že dvakrat iz našega Centra Karitas odpeljala zbrano pomoč, ki so jo prostovoljke primerno razporedile in zapakirale. Do 10. marca je bilo tako zbranih in poslanih naprej 1.420 kg hrane in higienskih pripomočkov, v naslednjem tednu pa še približno 3.000 kg.

Hvala vsakomur, ki je na tak ali drugačen način že prispeval svoj del v tej verigi dobrih ljudi, in vsakomur, ki še naprej poskuša pomagati nedolžnim, ki so se z





danes na jutri znašli sredi grozot vojne – ljudem, ki so bili prisiljeni zapustiti svoje domove in se odpraviti v neznano.

Ohranimo svoja srca odprta in naj skupaj bijejo za konec tega trpljenja – za konec te nesmiselne vojne.

KAKO POMAGAMO V PIVKI

Milka Smrdel-Topič

Čas prehitro beži, in že nas razvaja pomlad s svojimi daljšimi in svetlejšimi dnevi ter nas navdaja z upanjem v boljši in lepši svet. Kljub mračnim novicam, ki jih vsak dan slišimo, moramo to upanje ohranjati in verjeti, da vedno zmaga dobro.

Sodelavke Karitas Pivka pa pridno delamo naprej. Vsako sredo dopoldne in četrtek popoldne sprejemamo ljudi, ki potrebujejo pomoč. Z vsakim od njih se trudimo poklepetati in vračati ali ohranjati vero v dobroto.

Lepih trenutkov je veliko. Eden takih je trajal kar dolgo, saj smo se sodelavke Karitas skupaj z županom Občine Pivka pridružile praznovanju stotega rojstnega dne. Častiti jubilej je praznovala naša občanka ga. Marija Moravec. Čestitk, dobrih želja in dobre volje ni manjkalo in razšli smo se z novo lučko upanja, ki jo je gospa prižgala v naših srcih. Želimo si še takih in podobnih praznovanj!

Hitro smo se odzvali na katastrofo, ki se dogaja v Ukrajini. Drugega dne v mesecu marcu smo zbirali materialno pomoč za tamkajšnje ljudi. Naši občani so pred skladišče Karitas Pivka s svojimi darovi prihajali še pred dogovorjeno uro. Zares so nas prijetno presenetili, saj tako množičnega odziva nismo pričakovali. Zbrali



smo ogromno hrane in higienskih pripomočkov. Vse zbrano bomo prepeljali v centralno skladišče Karitas v Sloveniji, od koder bodo material usmerili neposredno v Ukrajino. Upamo, da bomo tamkajšnjim ljudem stisko vsaj malo omilili. Predvsem pa jim pokazali, da niso sami, da jih podpiramo in čutimo z njimi. Podobne zbiralne akcije bomo še ponovili in o tem občane pravočasno obveščali. Zahvaljujemo se vsem, ki ste se ali še boste odzvali na akcijo. Bog povrni za vašo dobroto.

V našem skladišču si občani še vedno lahko izposodijo medicinske pripomočke in bolniške postelje. Na nas se lahko obrnejo vsi, ki potrebujejo pomoč oz. so se znašli v kakršni koli stiski. Za vse nadloge, ki nas pestijo, obstajajo rešitve. Ohraniti moramo upanje in vero v dobro ter delovati za boljši in pravičnejši jutri.

Bog naj vam povrne za dobroto in nas vse skupaj usmerja, da bomo za seboj pustili svetle sledi.

Ljubljana

CILJI MOJEGA DELA IN ŽIVLJENJA

Alenka Petek

Od 18. do 20. 2. 2022 je v Portorožu pod vodstvom dr. Stanka Gerjolja in Ane Rožman potekal 6. sklop izobraževanja za svetovanje. Tokratni naslov je bil Cilji mojega dela in življenja.

Na začetku smo razmišljali, katere besede oz. dejanja z decembrskega srečanja so nam najbolj ostala v spominu. Na mnogih je velik pečat pustil sociogram. Zanimivo je bilo, kako smo poskušali dati vrednost človeku s kovancem. Izbirali smo težo, videz, velikost in vrednost. Ni bilo vseeno, kaj si izbral za svoje najbližje.

Veliko udeležencev se je dotaknila tudi postavitev družine. Zanimivo je bilo opazovati, kako že en korak v drugo smer spremeni pozicije in odnose v družini. Tu je spet prišlo v ospredje že tolikokrat povedano: da lahko spreminjamo samo sebe.

Novo temo smo začeli z iskanjem simbolov. Iskali smo simbol za čas, ko ne bomo imeli skrbi in težav, ter simbol za današnji čas, ko smo obremenjeni s skrbmi. Naši simboli so bili zelo pomenljivi. Nekdo si je izbral kamen, ki mu je predstavljal del v mozaiku Božje ljubezni, cvet je bil simbol upanja, lovor simbol malih zmag, storž pot k svetlobi in luči.

Sledil je odlomek iz Svetega pisma o gorečem grmu. Goreči grm predstavlja oz. simbolizira čutenje mladega človeka. V njem prebudi občutek, da je življenje tako polno, da mu ne bo zmanjkalo moči. Kot grm, ki gori, pa ne izgori. V mladosti nisi nikoli tako



18

utrujen, da ne bi imel dovolj energije za še kakšno neumnost. Predstavlja osebo, ki je polna življenja, zato ji ne zmanjka moči, saj ima pred sabo ogromno ciljev. Te cilje želi doseči čim prej. Bog Mojzesa na poti ustavi, strezni, malo upočasnji. Če želimo cilj doseči na hitro, se lahko opečemo, zato nas Bog spodbuja, da hodimo bosi, saj takrat čutimo pot, po kateri hodimo. Vsak kamen nas zbode, in takrat postanemo previdni. Izogibamo se trdim bodečim preprekam na poti, ki bi nas lahko ranile.

Pomembno je, da smo čuteči, senzibilni, občutljivi. Potrebno je, da si znamo zastavljati cilje in stremeti k njihovi uresničitvi. Da znamo pri sebi poiskati resurse. Če bomo na tej poti znali vključiti Boga, bo pot do cilja lažja, saj ne bomo hodili sami, ker bomo imeli pomoč. Velikokrat sta na poti do cilja potrebna vztrajnost in pogum. Kar je v naši moči, moramo narediti. Tudi priznati napake, in če je treba, začeti znova. Lahko celo večkrat. Na poti vizij je veliko vmesnih in delnih ciljev, ki jih moramo doseči. Včasih se nam cilji tudi malo oddaljijo. Pomembno je, da na poti sami storimo tisto, kar lahko. Naj nas ne bo sram prositi bližnjih za pomoč. In nič ni narobe, če se po pomoč obrnemo tudi na Boga.

Nato smo morali razmisliti in napisati pet ciljev, ki jih imamo v življenju. Izmed njih smo morali izbrati glavni cilj in ostale prečrtati, ker smo jih določili za manj pomembne. Glavni cilj smo napisali na sredino lista, potem pa po listu zapisali besede, ki so nam prišle na misel, ko smo pomislili na cilj. Pobarvali in povezali smo jih s štirimi barvami. Paziti smo morali, da se barve niso prevečkrat križale. Križanja so predstavljala naše konflikte. Ugotovili smo, da je veliko stvari, ki jih lahko rešimo brez konfliktov. Lahko se pred njim tudi umaknemo. Vendar pa se moramo zavedati, da so težave in s tem povezani konflikti sestavni del življenja. Pomembno je, da se jih naučimo razreševati. Konflikti so sestavni del našega vsakdanjega življenja na vseh področjih in nivojih. Če želimo uspešno delovati, se moramo z njimi soočiti, jih prepoznati, predvsem pa se pravilno in pravočasno odzvati ter jih razrešiti. Konflikti so verjetno najbolj nepopularno področje komuniciranja. Ljudje jih poskušamo preprečiti, zatreti, prepovedati ali se jim izogniti. Vsak posameznik prevzema odgovornost za svoja dejanja. Edina oseba, katere vedenje smo zmožni kontrolirati, smo mi sami.

Sledila je naloga, ko smo s telesom morali ponazoriti svojo pot do cilja. Od začet-



ka do konca. Nato smo cilj tudi narisali. V skupini smo ga razložili. Zanimivo je bilo slišati, katere cilje smo si zadali: poglobiti vero, dobre, strpne medsebojne odnose, prijaznost, poglobiti delo na sebi, doseči svetost, notranji mir in zdravje, razumevanje, ljubezen do sebe in moža, premagovati jezo, zamero, zaupanje v vero in Boga ...

V mediaciji smo z vlakom potovali v prihodnost. Po 300 letih smo še ostali v dimenziji časa. Po 500 letih smo še imeli občutek za čas, po 700 letih pa se občutek za čas izgubi, stopimo izven časa. Na teh časovnih postojankah smo se spraševali, kaj bi svetovali sebi, temu majhnemu človeku, ki ga vidimo na zemlji. Ali nas bo slišal? Nas bo poslušal? Bo prisluhnil našim nasvetom, ali bo mislil, da mu hočemo soliti pamet z nasveti, za katere mislimo, da jih potrebuje? Zato je boljše, da tisto, kar želimo povedati, napišemo. S tem ustvarimo dovolj distance. Zanimivo je pogledati svoje življenje iz vesolja, z distance. To je pogled v preteklost, ki odstira pogled v prihodnost. Dokler hrepenimo in si zastavljamo cilje, ne stagniramo. Cilji nam dajejo vitalnost, nas motivirajo.

Na koncu smo napisali pogodbo s samim seboj za doseg cilja. S podpisom smo se zavezali, da se je bomo držali. Obvezali smo se, da bomo storili to, kar je v naši kompetenci in zmožnostih.

Najlepše doživetje pa je bila sv. maša, ki smo jo sooblikovali. Prebrali smo tudi psalme, ki smo jih napisali. Povzemam nekaj verzov:

- Velik si, dobri Bog, ti si moja moč. Čudovito si ustvaril nebo in zemljo. Uredil si svet, živali. Zaupam vate. Kako neskončna je tvoja ljubezen! Prosim te za moč, da obrnem svojo pot na tvojo pot.
- Pridi k meni, moj Bog. Zahvaljujem se ti za prejete darove in dobroto na zemlji. Pridi k meni na zemlji in pokaži mi pot k sebi. Ti si v meni in jaz v tebi.





- Iščem mir in ti, Bog, si mir in pot. Rešitev, to si ti. Iskanje, to sem jaz.
- Gospod, ti me poznaš. Z veliko talenti si me obdaril.
- Gospod, čuteče srce in pogum mi daj. Ti me vodi, da ne obupam in da zaupam.
- Pomagaj mi sprejeti se in pokazati to ljubezen tudi drugim. Daj mi notranji mir. Stoj mi ob strani in mi pomagaj najti pravo pot.
- Spremljaj me povsod, da ne zgrešim poti. Pomagaj mi, vodi me. Pokaži mi pot k cilju. Pomagaj mi sprejeti stvari, ki so težke in jih kljub svojemu prizadevanju ne morem spremeniti.
- Nič me ne odvrne od cilja, saj vem, da imam v tebi moč in oporo. Daješ mi moč, ko omagam, kažeš mi pot, ko obupam. Hvala ti, da sva na poti dva, ker je tako lažje.

maribor

MLADI ŽIVIJO PONOČI, KER JIH PODNEVI NIHČE NE POTREBUJE

Darko Bračun

Tradicionalno izobraževanje Karitas mariborske nadškofije

Kot vsako leto smo se tudi letos sodelavci in prostovoljci mreže Karitas mariborske nadškofije zbrali na tradicionalnem izobraževanju ob začetku koledarskega leta. Tokrat smo medse povabili očeta šestih otrok, neumornega mladinskega delavca, zvestega kristjana ter direktorja Socialne akademije, g. Mateja Cepina.

V začetni predstavitvi svoje življenjske poti je bil Matej zvest samemu sebi in je sodelujoče po video-povezavi nagovoril s temami, ki nas vznemirjajo: Živa Cerkev, Prostovoljstvo, Kje najti voditelje?, Kako privabiti mlade?, Kakšna bo prihodnost Karitas?, ter izpostavil dejstvo, da nas vključenost v poslanstvo Karitas pogosto kliče iz varnega območja, iz starih vzorcev k novemu nevarnemu, k spreobrnjenju, k učenju. To delo pri Karitas je zaokrožil s potovanjem, ko v običajno življenje vstopi klic k nečemu novemu – če temu klicu odgovorimo, vstopimo v držo učenčevstva. Tukaj se je Matej dotaknil gorečega grma, iz katerega izhaja edinstvena naloga vsakega posameznika. To so močni trenutki Božje prisotnosti, ki se lahko sestavijo v osebno poslanstvo (sprava s svojo identiteto, povezovanje

različnih situacij, usmerjenost, motivacija ...). Na tem mestu je odstrl svoj goreči grm, ki ga je skozi leta neumornega dela izoblikoval v stavek: Odkrivati in množiti edinstvene talente in darove v vsakem človeku, da bomo vsi živeli v varnih in spodbudnih skupnostih.

V naslednjem koraku se je Matej dotaknil voditeljstva iz dveh smeri: Voditelj je tisti, ki izziva status quo, ter voditelj drugim sporoča njihovo vrednost in potencial tako jasno, da ga spoznajo v sebi. Ta proaktivnost je odločitev, da se ne zgolj odzivam na različne impulze, napade, temveč je stalno delovanje v smeri razvijanja poslanstva, razumevanja sveta, piljenja večščin ter povezovanja s tistimi, ki hodijo ter skrbijo za uresničitev človeka.

Sledilo je pretresljivo vprašanje. Želimo, da bi se v Karitas vključilo čim več mladih: ali iščemo mlade, ki bodo vstopili v naš svet, v našo kulturo, ali mlade voditelje? Na tem mestu je potreben medgeneracijski dialog, ki potrebuje dovolj časa, vztrajnosti in zavzetosti. Pomembne so aktivnosti v Karitas, ki so ločene po generacijah, in skupne aktivnosti. Na tem mestu je Matej osvetlil stopnje participacije – sodelovanja: prva stopnja je popolnoma enosmerna, je neparticipacija in jo zaznamujeta manipulacija ter terapija (tisti, ki ga vključujemo, je popolnoma tiho, sledi, je pasiven), sledijo stopnje žetonov: informiranje, posvetovanje, vključevanje izbrancev, ter stopnje pravega povezovanja: partnerstvo, moč. Navedeno je bilo ob koncu podprto še z osmimi elementi medgeneracijskega sodelovanja v organizaciji: poslanstvo organizacije, komunikacijski kanali, oblike sodelovanja, prenašanje odgovornosti, teme, izrazi in jezik, uporaba metod in aktivnosti, vzajemno učenje ter sodelovanje z zunanjimi deležniki.

Srečanje smo sklenili v manjših skupinah, kjer so udeleženci po osebni predstavitvi drug drugemu podelili, kaj jih je nagovorilo, s čim se strinjajo, s čim morda tudi ne, ter podelili dva ukrepa, ki bi ju lahko uvedli na župnijski ali širši ravni.

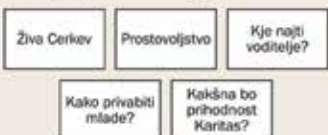
Da je bilo izobraževanje koristno in dobro, pove zapis sodelujoče ob koncu videosrečanja: Po diskusiji v skupini smo vse tri istega mnenja, da se nam je odprl nov pogled na vodenje – voditeljstvo; kot spodbuda, motivacijski pristop do mladih. Hvala za predavanje, bilo je odlično.

SKUPAJ NA POTI

Darko Bračun

Ponovno smo skupaj z nadškofom Alojzijem v živo osvetlili prehojeno pot Karitas v mariborski nadškofiji v preteklem letu in skušali zastaviti odgovore na sinodalna vprašanja:

Nekaj vprašanj in besed,
ki nas pogosto vznemirjajo





20

Kako danes na različnih ravneh mreže Karitas uresničuje »skupno hojo« pri oznanjevanju evangelija? Katere korake nam kaže Sveti Duh, da bo Karitas rasla na sinodalni poti Cerkve?

Katere so tiste izkušnje – poti Karitas, ki temeljno poslanstvo Cerkve uresničujejo?

Česa se lahko na tej poti veselimo in na katere težave ter ovire smo ob delu pri Karitas naleteli?

Katere rane so se odprle? Jih prepoznavamo in do kakšnih spoznanj prihajamo?

Kje sredi tega dela in izkušenj odmeva glas Svetega Duha? Se zaznava njegovo delovanje? Kam nas usmerja? Kaj nas prosi?

Kateri koraki so potrebni na tej poti in se odpirajo na poti Karitas za »izvajanje poslanstva v krajevni Cerkvi«?

Zadnji dve leti sta v naše življenje prinesli mnoge nepričakovane spremembe. Tudi v delo in pomoč v okviru Karitas. Odgovorili smo okoliščinam in možno-stim primerno. Stiske so se poglobile. Pred nami so mnoga vprašanja, kako bomo pomagali ob vse večjih stiskah družin in posameznikov, starejših, onemoglih ter invalidov, ob vseh podražitvah energentov, ogrevanja, rednih življenjskih stroških. Vse večja je psihosocialna stiska, težave v telesnem in duševnem zdravju. Stiske ob vojni krizi v Ukrajini ... Na drugi strani pa je dobrot darovalcev ter mnogih prostovoljcev neizmer-na. Zato: Ne naveličajmo se delati dobro. Tako nas vabi papež Frančišek ob začetku letošnjega posta.

Z navedeno mislijo se nas je več kot 200 sodelavcev in prostovoljcev Karitas, ki smo skupaj na poti v mariborski nadškofiji, povežalo ter srečalo v župnijski cerkvi sv. Janeza Boska.



murska sobota

OB SLOVESU

Sodelavci ŽK Martjanci

*Niti zbogom nisi rekla,
niti roke nam podala,
a v naših srcih vedno boš ostala.*

Obdana z Božjo voljo in Božjo pomočjo se je 1. decembra 2021 tiho poslovila in zapustila zemeljsko življenje naša draga sodelavka Župnijske karitas Martjanci, Marta Kerec.

Marta Kerec se je rodila 12. julija 1940 očetu Jožefu in mami Mariji v Tropovcih, kjer je preživela mladost v družbi svojih štirih bratov. V rani mladosti je izgubila mamo, zato je hitro poprijela za gospodinjstva dela in delo na kmetiji.

Življenjska pot je Marto pripeljala v Martjance, kjer si je z možem Kolomanom ustvarila družino. Srečna je bila ob rojstvih otrok. Velika žalost pa je prišla v družino, ko ji je umrl mož. Njene pridne roke in ljubezen do otrok so jo utrdile. Zaposlena je bila v gostinstvu v Murski Soboti kot izučena kuharica. Sonce so v njeno življenje prinesli njeni vnuki in presrečna je bila ob rojstvu pravnukov.

Tudi po upokojitvi je bila še vedno pokončna, marljiva in delovna. Zelo rada se je že zjutraj s svojim kolesom odpeljala v domačo cerkev. Tako je dan začela z molitvijo. Z veseljem in z veliko odgovornostjo je kot prostovoljka sodelovala pri martjanskem Karitas. Izpustila ni skoraj nobenega srečanja ali akcije. Zelo rada je kuhala na oratorijih. V njeni družbi je bilo vedno lepo, preprosto in veselo.

Marta je zelo dobro vedela, da je obkrožena z dobrimi in ljubečimi domačimi, sorodniki, prijatelji in sodelavci v skupini Karitas, ki smo jo spoštovali in jo imeli radi.

Življenje ima svoj začetek in svoj konec. Ko pride konec, prinaša s seboj bolečino in žalost. Vedno pa bo v naših srcih posebno mesto za našo Marto. Hvala ti, draga Marta, da smo lahko prehodili del tvoje življenjske poti skupaj s teboj.

POMOČ TRPEČIM V UKRAJINI

Emilija Kavaš

Po 30 letih vojne na Balkanu smo se ponovno znašli v hudi stiski, ko gledamo divjanje vojne in trpljenje nedolžnih ljudi v Ukrajini. Čez noč so otroci, družine, starejši ostali brez svojih domov, varnosti, toplega zavetja in vsega, kar ti nudi varna domovina, lokalna



skupnost, župnija, dom. Da ohranijo lastna življenja, so se podali na pot begunstva, ko se njihovi najdražji bojujejo v domovini in vsak trenutek izpostavljajo svoje življenje. Mnogo jih je žal tudi umrlo in mnogo jih bo ostalo sirot. Zato je nujno, da stopimo skupaj in vsak po svojih močeh pomagamo.

Da vsaj malo zmanjšamo stiske, smo se v Župnijski karitas Beltinci odločili, da bomo ob tej moriji pomagali z drobno kapljico. V nedeljo, 13. 3., smo zbirali prostovoljne prispevke po vseh mašah v župnijski cerkvi in zbrali 3.172 EUR. Naši akciji se je pridružil tudi župan Občine Beltinci, ki nam je doniral 2.000 EUR.

Za zbrani denar, tj. 5.172 EUR, smo nakupili najnujnejši sanitetni material in zdravila jih ter v petek, 18. 3., posredovali v centralno skladišče Škofijske karitas Murska Sobot, od koder je bil s pomočjo Slovenske karitas odpeljan na Karitas Ukrajina, ki ga bo dostavila na mesta, ki ga zelo potrebujejo.

Osnovna šola Beltinci pa je v sredo, 9. 3., organizirala dobrodelno akcijo zbiranja pomoči Ukrajini. Zbrali so 8 palet pomoči v obliki hrane, higienskih pripomočkov, šolskih potrebščin in nekaj obleke ter posteljnine. Za zbrani denar 500 EUR so nakupili sanitetni material in zdravila. Pošiljka je bila 10. marca odpeljana v centralno skladišče Škofijske karitas Murska Sobot v kraju Sveti Jurij, od koder so našo pomoč preko Slovenske karitas poslali v Ukrajino. Od tam smo dobili sporočilo, da so že prejeli pošiljko, ki so jo zbrali v Osnovni šoli Beltinci, in jo posredovali na najbolj pomoči potrebna mesta.

Ravnateljici ge. Mateji Horvat in vsem zaposlenim na Osnovni šoli Beltinci ter dobrim darovalcem pomoči se za plemenito gesto darovanja, čuteče srce in ljubezen najlepše zahvaljujemo.

Iskrena hvala tudi g. Županu Marku Viragu, ki nam je z donacijo Občine Beltinci pomagal, da smo lahko nabavili in odposlali pomoč v obliki zdravil in sanitetnega materiala.

Bog povrni vsem darovalcem po svetih mašah, ki so namenili svoj dar in odprli srce za trpeče ljudi v Ukrajini. S čutečim srcem in ljubeznijo skupaj kot župnija, lokalna skupnost in šola pomagamo trpečim v Ukrajini, ki našo pomoč nujno potrebujejo.

ново mesto

ZDRUŽENI ZA UKRAJINO

Simon Dvornik

Dobrodelni koncert OŠ Raka

Pretresljivi dogodki, ki jih je prinesla vojna v Ukrajini, nikogar ne puščajo ravnodušnega. Sočutje, ki ga občutimo do trpečih, seže na vse konce Slovenije. Tako so učitelji in otroci OŠ Raka pod okriljem ravnateljice Nine Pirc nemudoma začeli z organizacijo dobrodelnega koncerta Zdrženi za Ukrajino.

V petek, 18. 3. 2022, je po sveti maši za mir na svetu, ki je potekala v župnijski cerkvi Raka, v OŠ Raka zaigral bogat program nastopajočih – tako mladih kot bolj uveljavljenih ustvarjalcev. Občudovali smo mlade talente OŠ Raka, izmed katerih so mnogi nosilci odličij z velikih tekmovanj. Ples, recital, glasba so nas zazibali v spoznanje, kako pomembno je, da se zavzemamo za mir. Poslušali smo pretresljivi izpovedi dveh ukrajinskih državljanek, ki že leta delata in živita v Sloveniji. Pogovori z družino in prijatelji, ki še vedno živijo v Ukrajini, so resnično žalostni. Toda kljub vsemu so veseli, ko vidijo, kako jih vsi podpirajo, in se s tem ne počutijo osamljene. V glasbenem programu so nas z nastopi razveselili tudi bolj znani glasbeniki. Koledniki iz Rake, Ansambel Pogum in Vili Resnik so s svojimi zimzelenimi skladbami resnično združili polno dvorano v en glas.

Ob vsej lepi vsebini nas je na koncu koncerta razveslila tudi novica, da smo zbrali skoraj 4.000 evrov donacij dobrotnikov. Znesek je bil predan Škofijski karitas Novo mesto in bo v celoti namenjen pomoči prizadetim v vojni v Ukrajini.

Hvala vsem organizatorjem in ustvarjalcem za resnično lep dogodek ter vsem dobrotnikom za sočutje in odprta srca.





POMOČ KARITAS TRPEČIM V UKRAJINI

Jana Lampe

Kriza v Ukrajini je bila sedaj osem let pozabljena kriza. Ljudje so se ves ta čas soočali z oboroženimi spopadi, vendar le v manjšem obsegu na vzhodu države. V tem obdobju je bilo več kot 1,5 milijona ljudi razseljenih, 14.000 jih je izgubilo življenje. Karitas v Ukrajini je od leta 2014 pomagala skoraj **950.000 ljudem živeti dostojanstveno** z osnovno humanitarno in psihosocialno pomočjo.

Ruska invazija na Ukrajino, ki se je začela konec letošnjega februarja, pa vsak dan ogroža življenja na tisoče Ukrajincev. Karitas v Ukrajini, kjer sta dve organizaciji Karitas (rimokatoliška SPES in grkokatoliška), je ob začetku letošnjih spopadov nemudoma aktivirala celotno svojo mrežo, v kateri z vojno prizadetemu civilnemu prebivalstvu vsak dan neutrudno in pogumno pomaga **več kot 2.000 prostovoljcev in sodelavcev Karitas**, ki ob tem, ko pomagajo, tvegajo tudi svoja življenja. Med njimi je tudi mnogo duhovnikov in redovnic. Ljudem pomagajo s hrano, higienskimi potrebščinami, vodo, transportom z ogroženih območij in varnimi namestitvami, z informacijami in psihosocialno pomočjo ter podpirajo delo bolnišnic s sanitarni materialom in zdravili.

Tako kot mnoge druge Karitas v Evropi se je tudi Slovenska karitas takoj odzvala z dobrodelno akcijo za pomoč trpečim v Ukrajini. Zbiramo tako finančna sredstva kot tudi materialno pomoč v hrani, higienskih pripomočkih, spalnih vrečah. Hvaležni smo vsem posameznikom in podjetjem v Sloveniji, ki ste se odvali z res veliko solidarnostjo. Ob tem hvala tudi vsem ŽK, ki ste se angažirale in zbirate materialno pomoč za Ukrajino. V prvih treh tednih smo v sodelovanju s Karitas Ukrajine, kjer deluje tudi Slovenka Mira Milavec, s katero sodelujemo, neposredno v Ukrajino odposlali 5 pošiljk SK s **154 paletami materialne pomoči** ter

manjšo pošiljko tudi v Karitas Poznan na Poljsko. V pošiljkah je bilo do sedaj kar 65 ton pomoči. Zagotovo so bila **najdragocenejša zdravila podjetja Krka iz Novega mesta**, ki predstavljajo kar tretjino vrednosti od skupnih 300.000, na kolikor je ocenjen poslani material. Čeprav je naša pomoč delček v množici vseh potreb, pa je vendar pomoč z zdravili prispela do bolnišnic v Kijevu, s hrano do domov za starejše in celo do Harkova, Dnipra, Vinice, Jablanice in drugih ogroženih krajev. Ljudje v teh krajih se skrivajo v kletih in zakloniščih, ne upajo si priti iz bivališč. Mnogi so lačni, po več dni brez hrane in drugih dobrin. Naša pomoč preko rok sodelavcev Karitas iz Ukrajine pride do njih, zato je zelo dragocena.

Sodelujemo tudi z **Zdravniško zbornico Slovenije**, ki z zbranimi sredstvi svojih članov kupuje sanitetni medicinski material in ga dodaja našim pošiljkam. Skupaj z Zdravniško zbornico in poljskim veleposlaništvom v Sloveniji sodelujemo tudi pri organizaciji vključevanja slovenskih zdravnikov prostovoljcev v begunske centre na Poljskem v primeru potreb. Ob tem nam je na podoben način roko podala tudi krščanska humanitarna organizacija ADRA Slovenija, kjer tudi z veliko zavzetostjo zbirajo pomoč za bolnišnice v Ukrajini.

Za pomoč pa nas prosijo tudi sosednje Karitas Moldavije, Romunije, Madžarske in Slovaške, ki same ne zmorejo več, saj skupaj gostijo več kot 3 milijone beguncev. Slovenska karitas bo preko strateškega partnerstva na področju mednarodne humanitarne pomoči, ki ga izvaja ob **sodelovanju in finančni podpori Ministrstva za zunanje zadeve RS**, pomagala **z dvema projektoma, in sicer za pomoč beguncem s hrano na Poljskem in v Moldaviji** v sodelovanju z lokalnima Karitas. Vlada RS je namenila tudi 200.000 evrov Caritas Internationalis za izvedbo humanitarnega poziva, ki ga izvaja Karitas v Ukrajini, k čemur je Slovenska karitas do sedaj prispevala že zbranih 700.000 evrov od skupaj zbranega dobrega milijon evrov.





Fr. Vyacheslav Grynevychin, direktor Caritas Spes v Ukrajini (rimokatoliška karitas), je dejal: »Zahvaljujemo se Slovenski karitas in vsem ljudem v Sloveniji za hiter odziv na razmere, ki jih doživljamo v Ukrajini. V času vojne je zaupanje v Cerkev v Ukrajini

Slovenska karitas nadaljuje z zbiranjem denarnih sredstev za pomoč Ukrajini. Svoj dar lahko prispevate na: Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana, **TRR: SI56 0214 0001 5556 761, namen: Pomoč Ukrajini, sklic: SI00 870, koda namena: CHAR, BIC banke: LJBAS12X.**

Položnice so na voljo na vseh poštah in po župnijah. Prispevek v višini 5 EUR ali 10 EUR je mogoče posredovati z **SMS sporočilom KARITAS5 ali KARITAS10 na 1919.** Iz srca hvala!

zelo visoko. Katoliške župnije, samostani in pastoralni centri so postali ne le prostor molitve, ampak tudi prostor sprejema beguncev in pomoči za vse, ki trpijo zaradi vojne. Izjemno močno pričevanje vere v tem času so primeri duhovnikov in redovnic, ki ostajajo v svojih župnijah na vojnem območju in organizirajo pomoč na terenu.«



**MEDNARODNO RAZVOJNO
SODELOVANJE IN HUMANITARNA
POMOČ SLOVENIJE**

Mnenja, izražena v članku, ne predstavljajo uradnih stališč Ministrstva za zunanje zadeve in Vlade RS.

NAGRADNA KRIŽANKA

april

Monika Nared

Geslo marčevske nagradne križanke:

DOBRO DELO

Nagrajenci marčevske nagradne križanke:

1. nagrada: **Sara Kastelic**, Šmarje Sap
2. nagrada: **Katarina Kržišnik**, Gorenja Vas
3. nagrada: **Jože Pezdirec**, Metlika

Nagradno geslo:



Nagrade za april:

1. nagrada: **majica Caritas**
2. nagrada: **vrečka youngCaritas**
3. nagrada: **blok Caritas**

Vodoravno:

- 2 Letos jo praznujemo 17. aprila.
- 7 Ime hriba, kjer je bil križan Jezus.
- 8 Dan spominjanja Jezusovega prikazovanja njegovimaučencema na poti v Emavs
- 9 Zelišče, ki jajca obarva v rumeno.
- 10 Slovenska velikonočna postna juha iz posušeni repinih olupkov

Navpično:

- 1 Žena, ki se ji je Jezus po vstajenju najprej prikazal, je bila Marija ...
- 3 Del zemeljskega površja, ki se vidi s točke opazovanja.
- 4 Simbol trnove krone.
- 5 Barva velikega petka.
- 6 Pojav, ki se pojavi v gorah - mavričen obroč okoli naše sence, ki je posledica loma svetlobe skozi meglene kapljice.

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 18. 4. 2022 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 kraja bivanja v glasilu Žarek dobrote. Slovenska karitas varuje osebne podatke v skladu s predpisi o varstvu osebnih podatkov.



Počitnice, spomladansko vreme in sproščanje ukrepov po epidemije je omogočilo druženje otrok v programu ŠK Celje v Vrbju



Mladi povezani v Mlado Karitas so zbirali materialno pomoč za Ukrajino.



»Pomoč je prispela v Ukrajino!«
Sodelavci Caritas Spes, katoliške organizacije Caritas v Ukrajini pri prevzemu pošiljke Slovenske karitas.



Osnovnošolci in učitelji OŠ Alojzija Šuštarja so se v času posta odločili, da se pridružijo akciji Kolesa za otroke v okviru katere se zbirajo sredstva za nakup koles za otroke iz socialno ogroženih družin.



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

