

žarek dobrote

5/XX
maj
2022

glasilo slovenske karitas



Karitas



TEMA MESECA

3 ••• Pomagajmo preživeti in živeti

3 ••• Pokloni zvezek

VARUJMO ŽIVLJENJE

4 ••• Kaj pomeni »gospodovati Zemlji«?

STISKE SODOBNE DRUŽBE

5 ••• Motnje hranjenja (III. del)

TO MORAMO VEDETI

10 ••• Komuna ti da prihodnost

KARITAS MLADIH

7 ••• Koraki za vzpostavitev ali nadgradnjo
Mlade Karitas (III. del)

NA OBISKU

8 ••• Bivanje v materinskem domu jim je spremenilo
življenje na bolje

9 ••• Družbena ljubezen

10 ••• Srce, odprto za ves svet

KOPER

11 ••• Sprejmimo svet z odgovornostjo

12 ••• Postni čas na programu Popoldan na cesti

13 ••• Materinski dom Solkan in Šempeter

14 ••• Dobrodelna postna akcija župnij Dornberk
in Prvačina

14 ••• Obisk v domovih starejših v Postojni

14 ••• Osvajanje računalniškega znanja

15 ••• Župnija Ilirska Bistrica uredila prostore za begunce
LJUBLJANA

16 ••• eKamra

16 ••• Poskrbimo, da ne postanemo Bileamova oslica

MARIBOR

17 ••• Avantura ljubezni

18 ••• Odprtje centra za ponovno uporabo

18 ••• Prostor srečanja

NOVO MESTO

19 ••• Korak, ki kaže velike reči

20 ••• Izdelava velikonočnih butaric

POROČILO MREŽE KARITAS

20 ••• Koper: Skupaj v istem čolnu

21 ••• Ljubljana: Veselite se s tistimi, ki se veselijo,
in jokajte s tistimi, ki jočejo

22 ••• Maribor: Poročilo o delu Karitas v mariborski
nadškofiji v letu 2021

23 ••• Murska Sobota: Z majhnimi koraki hitimo po poti ljubezni

25 ••• Novo mesto: Škofijska karitas Novo mesto v 2021

61 ••• Slovenska karitas

• FOTO NASLOVNA STRAN in ZADNJA STRAN Zdenka Štiligoi •

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



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

VABILO

**V soboto, 18. junija 2022 bo zopet v živo
potekalo 54. narodno romanje bolnikov,
invalidov in starejših na Brezje. Sveta maša
bo ob 10.00. Sodelavci Karitas povabljeni,
da v vaših župnijah organizirate prevoze in
spremstvo na romanje.**



Foto: Zdenka Štiligoi

'Družbena ljubezen je ključ do pristnega razvoja:

*»Da bi postala družba bolj človeška, vrednejša
človeka, je potrebno v družbenem življenju – na
politični, gospodarski, kulturni ravni – zopet
ovrednotiti ljubezen in jo spremeniti v trajno in
najvišje pravilo delovanja.«*

*V tem okviru nas, skupaj z zelo pomembnimi
drobnimi vsakdanjimi dejanji, družbena ljubezen
priganja k misli na velike strategije, ki bi
učinkovino ustavile uničevanje okolja in spodbudile
kulturo, ki bi s to skrbjo prežela celotno družbo.
Ko kdo prepozna božje povabilo, naj z drugimi
deluje v takšnem družbenem dogajanju, se mora
zavedati, da to sodi v njegovo duhovnost, da je vaja v
ljubezni; mora vedeti, da v takšnem svetu zori
in se posvečuje.'*

papež Frančišek, okrožnica Hvaljen, moj Gospod



tema meseca

POMAGAJMO PREŽIVETI
IN ŽIVETI

Mojca Kepić

V prvih majskih dneh začnemo z dobrodelno akcijo **POMAGAJMO PREŽIVETI IN ŽIVETI**. Namenjena je predvsem **pomoči starejšim, vključevanju trajno nezaposljivih in podpori ljudem z minimalno plačo ter nizkimi prihodki v Sloveniji**. Žal se za mnoge, ki jim redno pomagamo na Karitas, kljub trenutno boljšim gospodarskim kazalcem in zaposljivosti razmere ne izboljšujejo. Z vključevanjem trajno nezaposljivih oseb pomagamo pri pridobivanju novih veščin za delo ter povezovanju v skupnost.

V materialnem pomanjkanju je več kot 40.000 gospodinjstev, ki jim redno pomagamo predvsem s hrano in plačilom položnic. Temu pa se pridružujejo mnogi, ki so dobili delo, vendar prejemajo minimalno plačo ali zelo nizke dohodke, s katerimi v svojih okoliščinah zelo težko preživijo. Število novih prejemnikov pomoči se bo zaradi vse višjih osnovnih stroškov za energijo, hrano in nujne potrebščine še povečalo.

Z zbranimi sredstvi v akciji Pomagajmo preživeti in živeti želimo še naprej biti v oporo vsem, ki živijo v pomanjkanju in negotovosti. **Solidarnost, ki jo izrazimo z darom ali sočutno pozornostjo do ljudi v stiski, ima neprecenljivo vrednost.**

Svoj pridevek lahko prispevate na:

Slovenska karitas

Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana

Namen: POMAGAJMO PREŽIVETI IN ŽIVETI

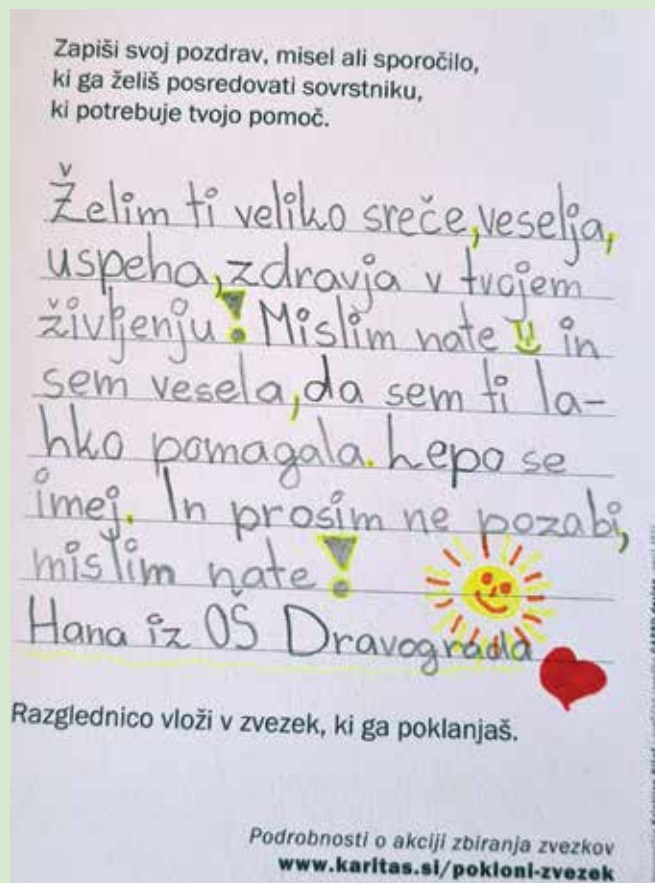
SI56 0214 0001 5556 761, Sklic: SI00 930

POKLONI ZVEZEK

Jana Flajs

Na Slovenski karitas smo letos že 14. leto zapored povabili vse vrtce in osnovne šole 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 otroke spodbuditi k solidarnosti do sovrstnikov in seveda zbrati zvezke za družine s šoloobveznimi otroki, ki si sredstev za nakup ne morejo zagotoviti same.

Zvezke zbiramo za 13.000 socialno ogroženih otrok, ki jim bo Karitas poleti pomagala s šolskimi potrebščinami. Otroke in njihove starše prosimo, da osnovnošolcem poklonijo **nov veliki črtani zvezek**. Otroci, ki bodo zvezek podarili, bodo prejeli razgledni-



co, na katero bodo lahko zapisali misel, pozdrav in/ali narisali tudi risbo za skritega prijatelja v stiski.

Akciji Pokloni zvezek se že tretje leto zapored pridružuje tudi podjetje Acron, d. o. o., z vsemi poslovalnicami Bags&More in 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, d. o. o., vse v njihovih prodajalnah zbrane zvezke podarilo Karitas.

Veseli smo lepega odziva v preteklih letih. V šolskem letu 2021/22 je v akciji Pokloni zvezek sodelovalo 208 osnovnih šol in 83 vrtcev, ki so skupaj zbrali **več kot 28.000 zvezkov**, še **več kot 13.000 zvezkov** pa je bilo zbranih v poslovalnicah Office&More in Bags&More.

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

Upam, da sem ti s tem zvezkom olajšala šolsko leto. Name se lahko zneseš še večkrat.

Želim ti veliko sreče, veselja, zdravja v tvojem življenju. Mislim nate in sem vesela, da sem ti lahko pomagala.

Zelo sem vesela, da ti lahko podarim zvezek, in želim ti uspešno šolsko leto.

Želim ti uspešno in veselo leto. Imej se lepo. Upam, da ti bo moj zvezek všeč.





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

Za sodelovanje veroučnih in mladinskih skupin pišite za prejem gradiva (razglednic in plakatov) na e-naslov: jana.flajs@karitas.si.

4

Varujmo življenje

KAJ POMENI

»GOSPODOVATI ZEMLJI«?

Roman Globokar

Številni okoljski aktivisti vidijo v svetopisemskem navodilu, naj si človek podvrže Zemljo in ji gospoduje (prim. 1 Mz 1,28), izvor sodobne izkoriščevalske države človeka v odnosu do naravnega okolja. V njihovih očeh je krščanstvo najbolj antropocentrična religija, kar pomeni, da v središče postavlja človeka, ki so mu podrejena vsa druga bitja in celotno naravno okolje. Zaradi tega po prepričanju omenjenih aktivistov v krščanstvu ne moremo najti podlage za nujno spremembo našega odnosa do narave. Temelje za okoljsko odgovornost zato iščejo v različnih vzhodnih verstvih (predvsem v budizmu) in v prvotnih verstvih narave, ki naj bi bolj poudarjala vrednost vseh živih bitij in svetost celotnega naravnega sveta.

Če pogledamo zadnjih nekaj stoletij razvoja človeške družbe, potem moramo priznati, da je krščanstvo, še posebej znotraj protestantske misli, sprožilo nagel razvoj znanosti in tehnike. Moderna civilizacija je človeštvu prinesla blagostanje in lažje življenje, hkrati pa tudi omogočila, da človek bistveno spreminja naravne procese. Dejstvo je, da je krščanstvo odvzelo naravnim pojavom in ostalim živim bitjem značaj svetosti in presežnosti. Če v drugih religijah narava ohranja značaj nečesa svetega, pred čemer mora človek gojiti strahospoštovanje, pa Sveto pismo jasno pove, da je narava ustvarjena od Boga in da je edino Bog sveti. Stvarstvo je delo Božjih rok, ki je zaupano človeku, da ga »obdeluje in varuje« (prim. 1 Mz 2,15). Ustvarjena narava torej sama v sebi ni božanska in sveta, prav tako nimajo značaja božanskosti in svetosti druga živa bitja. To pa še ne pomeni, da narava in druga živa bitja nimajo v sebi nobene vrednosti in da je vse ustvarjeno izključno za človeka. Sveto pismo zelo jasno pove, da človek ni absoluten vladar in da ne sme samovoljno ravnati s stvarstvom, ki mu je zaupano v oskrbo.

Papež Frančišek v okrožnici *Laudato si' (Hvaljen, moj Gospod)* prizna, da je napačna razlaga svetopi-

semskih besedil v preteklosti spodbudila izkrivljen pogled na človekovo mesto znotraj celotnega stvarstva. »Četudi je res, da so si včasih kristjani narobe razlagali Pisma, moramo danes odločno zavrnilo, da bi iz dejstva, da smo ustvarjeni po Božji podobi, iz poslanstva, da naj si podvržemo zemljo, mogli izpeljati polno prevlado nad drugimi ustvarjenimi bitji. Pomembno je brati svetopisemska besedila v povezavi s hermenevitično razlago in spomniti, da nas le-ta vabi k 'obdelovanju in ohranjanju' svetovnega vrta (prim. 1 Mz 2,15). Medtem ko 'obdelovati' pomeni orati ali prekopavati zemljo, pa 'varovati' pomeni ščititi, negovati, braniti, ohranjati, čuvati. To vsebuje razmerje odgovorne vzajemnosti med človekom in naravo« (LS 67). Ko papež govori o hermenevitični razlagi, hoče poudariti, da je treba svetopisemska besedila brati znotraj njihovega zgodovinskega in kulturnega konteksta, hkrati pa znotraj zgodovinske razlage odkriti tudi nadčasovni pomen teh besedil. Treba se je poglobiti v besedilo in razumeti, kakšen je prvotni pomen določenih besed in kako so prvotni bralci razumeli posamezna besedila, hkrati pa najti tudi sporočilo teh besedil za današnji čas. Papež zapiše, da Sveto pismo poudarja, da mora človek spoštovati naravne zakone in občutljivo ravnanje med ustvarjenimi bitji. Prav zaradi tega človek ni odgovoren le zase in za soljudi, ampak tudi za druga živa bitja. »Pri odgovorni rabi stvari smo povabljeni, da tudi drugim živim bitjem priznavamo, da imajo lastno vrednost pred Bogom in ga 's svojim preprostim obstojem hvalijo in slavijo', kajti Gospod se veseli svojih del (prim. Ps 104,31). ... Danes Cerkev ne poenostavlja tega vprašanja rekoč, da so druga bitja podrejena človekovi blaginji, kakor da bi bila sama brez vrednosti in bi lahko z njimi ravnali po lastni želji« (LS 69). Vsako ustvarjeno bitje ima vrednost v sebi in človek mora spoštovati dobrobit vseh ustvarjenih stvari, zato jih ne sme sebično uporabljati v lastno korist.

Papež Frančišek je prepričan, da pretirani antropocentrizem, ki ima za posledico izkoriščevalsko držo človeka do naravnega okolja, ne izhaja iz svetopisemskega izročila, ampak se je taka drža izoblikovala znotraj sodobne znanstveno-tehnične civilizacije. Moderni človek skuša uveljaviti neodvisnost od naravnega okolja in v njem prevzeti mesto Boga. »Če se človek izreče, da je neodvisen od narave, in nastopi kot absoluten gospodar, podle temelj svojega obstoja: 'Namesto da bi uresničeval svojo nalogo kot Božji sodelavec pri stvariteljskem delu, se postavlja na Božje mesto in s tem končno izziva upor narave, ker jo bolj tiranizira, kakor upravlja'« (LS 117).

Kakšno mesto človeku v resnici pripisuje svetopisemski pripoved o stvarjenju? Kaj Bog naroča človeku glede njegovega odnosa do celotnega stvarstva? Človek ima znotraj stvarstva posebno vlogo, saj je



ustvarjen po Božji podobi in je postavljen v svet, da kot oskrbnik skrbi za stvarstvo in nadaljuje Božje delo. Človek je najprej del stvarstva, povezan z ostalimi živimi bitji in celotnim naravnim okoljem. Kot ustvarjeno bitje pa ima tudi odgovorno nalogo gospodarjenja. Vendar moramo to gospodarjenje razumeti na pravi način. Če človek ostane v tesnem odnosu z Bogom in deluje kot Božja podoba, sme izvrševati gospodovanje nad živalmi in zemljo. Izrazov »podvreči« in »gospodovati« ne smemo razumeti v smislu popolnega in poljubnega gospodovanja nad zemljo, ampak ti glagoli kažejo veliko bolj na »kraljevski« način gospodarjenja. V svetopisemskem okolju je bila idealna podoba kralja povezana z likom pastirja, ki skrbi za svoje ljudstvo in razume svojo oblast kot službo in skrb za svoje ljudstvo. Naročila Stvarnika človeku torej ne smemo razumeti v smislu podelitve moči za izkoriščevalsko gospodovanje in izkoriščanje preostalega stvarstva, temveč ga moramo razumeti kot zaupanje naloge za skrbno in odgovorno gospodarjenje s stvarstvom.

Stvarstvo se ne more rešiti brez človeka. Človek je pomemben pri vzpostavljanju novega ekološkega reda. Ključno pa je, da se iz drže egocentričnega izkoriščevalca preobrazi v odgovornega oskrbnika.

stiske sodobne družbe

MOTNJE HRANJENJA III.

zbrala: Helena Zevnik Rozman

Nadaljevanje iz prejšnjih števil, kjer sta bili predstavljeni anoreksija in bulimija.

Kompulzivno prenažedanje

Kompulzivno prenažedanje je motnja, ki se kaže z epizodami intenzivnega prenažedanja, ki ga oseba ne more nadzirati. Količina zaužite hrane je ogromna, včasih celo dva- do trikrat večja od običajne. Hranjenje je hitro, hlastno in nenadzorovano, lahko celo do telesne slabosti. V nasprotju z bulimijo mu pozneje ne sledijo ukrepi, ki naj bi preprečili pridobivanje telesne teže (bruhanje, stradanje, zloraba odvajal, prekomerna telesna aktivnost). Posledično so obbolele osebe najpogostejše prekomerno hranjene (ITM je večji od 25 kg/m²).

Prenažedanje se navadno začne zaradi čustvenih stisk, negotovosti, notranje praznine, občutka zavrženosti, osamljenosti, tesnobe, depresivnosti ... Epizodi kompulzivnega prenažedanja namreč sledi značilna otopelost (»sladkorna omamljenost«), ki osebo začasno pomiri. Ker hrana otopi tudi neprijetna čustva, omili občutek manjvrednosti in neustreznosti ter zapolni notranjo praznino, po svoje učinkuje antidepresivno, zato gre pri tem za nekakšen poskus

»samozdravljenja«. Otopelost in včasih celo telesne bolečine zaradi velikih količin zaužite hrane zakrinkajo občutke nemoči in tesnobe, ki so pravi vzrok za to motnjo. Temu sledita sram zaradi izgube nadzora in nov cikel omamljanja s hrano. Oseba s to motnjo prikriva epizode kompulzivnega prenažedanja; hrano skrivaj nadomešča ali pa jo kopiči na skrivnih mestih. Povečevanje ali nihanje telesne teže pripisuje različnim vzrokom (dednost, hormoni ...).

Kompulzivno prenažedanje je najpogostejša motnja hranjenja, ki ima pogosto za posledico preveliko težo in s tem večje tveganje za nastanek številnih zdravstvenih težav. Raziskave celo kažejo, da od 70 do 80 % debelih ljudi izpolnjuje kriterije za kompulzivno prenažedanje, razdelitev po spolu naj bi bila enakovredna. Poleg tega pogosto vzbuja sram in občutek krivde, kar slabo vpliva na samopodobo in socialne stike, torej še poglobi težavo, zaradi katere se je sploh začelo.

V strokovnih krogih je sprva prevladoval odpor, da bi to motnjo uvrstili med medicinsko opredeljene bolezni, saj je dolgo veljal predsodek, da je kompulzivno prenažedanje zgolj posledica osebne odločitve. Prav zato so ga kot samostojno motnjo šele pred nekaj leti uvrstili med bolezenska stanja.

Kompulzivno prenažedanje se lahko razvije pri katerikoli starosti, pogosto po obdobju dietnega prehranjevanja. V nasprotju z drugimi motnjami hranjenja je še najmanj povezano s puberteto – neredko nastopi šele v zgodnjem ali srednjem odraslem obdobju, med 35. in 45. letom. Toda tudi za to motnjo je adolescenca izrazito tvegano obdobje. To je razumljivo, saj pred mladega človeka postavlja velike izzive in zahteve: telesno zorenje, ki ga spremljajo hormonske spremembe, iskanje spolne identitete, oblikovanje prvih partnerstev, osamosvajanje od staršev, odhod od doma ... Te naloge so za nekatere čustveno tako zahtevne, da lahko pomenijo tveganje za razvoj različnih motenj, tudi kompulzivnega prenažedanja.

Tri četrte primerov motnje kompulzivnega prenažedanja spremlja kaka druga duševna motnja. Najpogostejše je to depresija (pri več kot polovici), impulzivnost (pri skoraj polovici), anksioznost (pri tretjini) ali zasvojenost z alkoholom/drogami (pri četrtni), tudi bipolarna motnja ni redka. Nezmožnost nadzora nad impulzi je pogosto tudi simptom mejne osebnostne motnje.

Kompulzivno prenažedanje je pogosto povezano z anoreksijo ali bulimijo; vse tri motnje se utegnejo izmenjevati.

Nekateri strokovnjaki menijo, da kompulzivno prenažedanje ustreza vsem kriterijem zasvojenosti, saj obsega izgubo nadzora nad količino zaužite hrane, duševno in telesno odvisnost od hrane, abstinenčne



simptome ter negativne posledice (povečana telesna teža, socialna osamitev ...).

Med posledice kompulzivnega prenehanja spajajo čezmerno povečanje teže ter z njim povezane telesne bolezni, kot sta metabolični sindrom in diabetes tipa 2.

Viri:

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>.

6

to moramo vedeti

KOMUNA TI DA PRIHODNOST

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

1. Nov začetek

»Komuna ... Težka preizkušnja, ki pa mi je prinesla vse, po čemer sem hrepenel ves čas zasvojenosti. Ves dvom, strah in zaskrbljenost ob vstopu so bili odveč. Pridobil sem vse potrebno za novo življenje. Po prihodu domov sem vse, kar sem nekoč sanjal, začel živeti. Ne bom rekel, da je kot v pravljici. Ni. Za vse se moram potruditi in tega sem se naučil v Skupnosti Srečanje. Komuna je največja stvar v mojem življenju, ki sem jo naredili zase in svoje bližnje.«

Andrej

2. Pripravljen na izzive življenja

»Komuna mi je dala ogromno. Videti svoje težave v pravi luči, pomagati, razmišljati in prisluhniti sebi in drugim. Ob lastni iniciativi, lastnem vložku truda, je izkušnja komune izjemno koristen dar za prihodnost.«

anonimus

»Danes sem povsem drug človek, ki živi normalno življenje, ki je zadovoljen sam s sabo in se zna soočiti z vsakdanjimi izzivi, ovirami in odločitvami, ki jih življenje prinaša.«

Mišo

3. Vrednote, izvirne želje

»Komuna odvisniku omogoči, da (ponovno) najde ali pa na novo odkrije vrednote življenja, kot so: družina, zdravje, ljubezen, blagostanje, v redu služba, prijateljstvo, razumevanje in zaupanje. Bolj ali manj v tem vrstnem redu. Droga mu je vzela veliko (vse) in dala le minljive užitke. Nauči se (ponovno) ceniti preproste stvari, ki življenju dajo okus in vonj ... in počasi gre,

bolj zadovoljen in miren, na drugo, pošteno in odgovorno pot. Spozna svoje pristne želje (hrepenenja, poželjenja), ki vodijo v pravo srečo, in jih tudi začne dosežati. Skupaj s svojci in sodelavci v komuni postaja bolj zadovoljen sam s sabo in svojim življenjem, ozdravi od znotraj in začnejo se mu izpolnjevati želje, ki pomagajo uresničiti sebe, v najboljši izvedbi! In če narediš komuno tako, kot je prav, si neizmerno HVALEŽEN!

Alojzij Štefan, strokovni delavec

4. Zaupanje in odnosi

Svojci s pomočjo koordinatorjev, terapevtov in tistih, ki opravljajo program v komuni, skušamo spremeniti življenje, odnos do življenja in naše medsebojne odnose. V komuno je vse nas pripeljal napačen način življenja. Napačni so bili naši privzgojeni vzorci skupnega življenja. Zaradi tega se s komuno razvijamo vsi. Razvijamo nove vzorce, nove vzore življenja in nove odnose. Skušamo se naučiti prisluhniti drugemu, četudi nas boli njihova resnica. Učimo se odprtih pogovorov o preteklosti in prihodnosti. Zagotovo so takšni pogovori težki, vendar so edino upanje za spremembo nas vseh v prihodnosti. Le če spremenimo odnose do mož/fantov, do drugih družinskih članov in do na samih, bo cilj komune – potrebna sprememba vseh – dosežen. Le tako bomo zaživel drugačno življenje, ki se kaže predvsem v dobri komunikaciji in lepših odnosih.

Judita

5. Uživaš življenje trezen

Sedaj ko živim popolnoma drugo življenje, ga znam živeti v celoti. Znam uživati v malih stvareh. Vem, kaj mi je pomembno in kaj ne. Živim za dolgoročne stvari, ki mi bodo dale zadovoljstvo in me polnile – kot so ljubezen, prijateljstvo, starševstvo, in ne materialne stvari. Sedaj znam ceniti tisto, kar imam, in biti s tem zadovoljen, kar ne pomeni, da si ne želim več in še večjih življenjskih uspehov. Na prvem mestu mi je moja družina in se ne oziram na to, kar si o meni mislijo drugi, ampak samo tisti, ki me ljubijo in jaz njih. Lahko rečem, da zares živim, ne le ker sem trezen, ampak ker živim polno življenje.

Brane, koordinator Skupnosti Srečanje

DOGAJA se

Družabništvo za otroke v ukrajinskem dobrodelnem Centru

V maju začnemo z izvajanjem družabništva za otroke v Ukrajinskem dobrodelnem centru v Ljubljani. K sodelovanju vabimo prostovoljce, ki so pripravljeni vsaj en mesec enkrat tedensko sodelovati pri aktivnostih. Več na www.youngCaritas.si.



karitas mladih



KORAKI ZA VZPOSTAVITEV ALI NADGRADNJO MLADE KARITAS (3. del)

Luka Oven

ZAKAJ MLADA KARITAS?

V Karitas se pogosto vračamo k vprašanju: »Zakaj bi morali vložiti toliko truda v to, da bi Karitas postala privlačno mesto za mlade?« Spodaj je le nekaj primerov razlogov za to. Zbrani so na podlagi odgovorov strokovnjakov za mladinsko delo v Karitas, ki jih je zbrala Caritas Europa.

Nova moč.

Mladi prinašajo nove in sveže ideje, močan angažma, dinamiko, entuziazem, ustvarjalnost in energijo. Njihova prisotnost v Karitas prinaša dobre medgeneracijske izkušnje, večjo etnično raznolikost in inovativne pristope.

Širitev dejavnosti.

Mladi prinašajo v organizacije Karitas dodatna znanja in izkušnje, povečanje izvajanja storitev, spodbujanje razvoja organizacije ter vpogled v teme in probleme mladih. Organizacije Karitas seznanjajo z novimi izzivi in priložnostmi: medverskimi in medkulturnimi vprašanji ter vključevanjem ljudi iz različnih držav in okolij. Zahvaljujoč njim je z našimi akcijami lažje doseči druge mlade. Dajejo nam možnost, da spremenimo/odpremo misli za različne družbene teme, da bi prispevali k skupnemu dobremu in socialno pravični družbi, uvajajo pa tudi uporabo novih tehnologij.

Boljša promocija poslanstva in dela Karitas.

Mladi pomagajo promovirati delo Karitas in širiti informacije o organizaciji med širšo populacijo. Pomagajo nam izboljšati našo podobo in komunikacijo. Podpirajo nas pri zastopanju Karitas kot organizacije, ki je profesionalna in dinamična.

Naložba za prihodnost.

Mladi so bodoči zaposleni, prostovoljci in donatorji Karitas. Vlaganje časa in sredstev v vključevanje mladih lahko odpre prostor za inovacije in zagotovi več rok za doseganje ciljev Karitas.

Poleg teh zelo praktičnih razlogov obstaja še en argument za vključevanje mladih, ki izhaja neposredno iz katoliške identitete Karitas:

Papež Frančišek v svoji posinodalni apostolski spodbudi *Christus Vivit* (2019) mlade poziva, naj črpa-jo iz Božje ljubezni in kar najbolje izkoristijo svojo mladost tako, da svojo energijo vlagajo v dobro. Opaža: »Krščanska služba predstavlja edinstveno priložnost za rast in odprtost za Božje darove vere in ljubezni. Veliko mladih pritegne možnost pomoči drugim, predvsem otrokom in revnim. Ta služba je pogosto prvi korak k odkritju ali ponovnemu odkritju življenja v Kristusu in Cerkvi« (225).

Mladi se ne bodo mogli odzvati na papežev klic, če se organizacije, kot je Karitas, ne bodo odprle mladim in jim ustvarile priložnosti za sodelovanje. Naša dolžnost je omogočiti mladim, da uspevajo v svoji poklicnosti, in poslušati njihove preroške glasove.

Posamezni koraki za vzpostavitev Mlade karitas

Pripravite svojo organizacijo na sodelovanje mladih

Preden se obrnete na mlade, se prepričajte, da se celotna ekipa v vaši organizaciji Karitas strinja z vizijo Mlade karitas in ima vse pripravljeno za zagotovitev, da bodo mladi lahko uspevali. Spodnji koraki vam bodo pomagali doseči ta cilj:

1. **Odločite** se za ustanovitev YC.
2. **Ocenite** aktualno mladinsko delo.
3. **Določite**, kako bo videti Mlada karitas.
4. **Določite** jasne cilje in rezultate.
5. Zagotovite **sredstva**.
6. **Načrtujte** dejavnosti.
7. Zagotovite **varnost**.

Odločite se za ustanovitev Mlade karitas

Namen tega prvega koraka je zagotoviti, da je Mlada karitas uradna odločitev vaše organizacije, sprejeta na najvišji ravni odločanja. Bistveno je, da vsi pravilno razumejo, kaj to pomeni v smislu vlaganja časa in denarja, ter da obstaja pripravljenost, da se ta ideja uresniči. Začeti je treba uradno, s polno podporo organizacije za vsak korak procesa. Če obstajajo nasprotni glasovi, je to čas, da se z njimi pogovorite in jih spodbudite k tej novi pobudi.





Zakaj je to tako pomembno?

Prvič, naš cilj je zagotoviti smiselne prilike za sodelovanje mladim. Zato si moramo zagotoviti potrebna finančna in materialna sredstva in imeti dovolj zaposlenih, ki bodo lahko spremljali mlade v naših organizacijah. Če se vodstvo Karitas ne bo odločilo za zagotovitev teh sredstev, delovanje Mlade karitas ne bo mogoče. To ne pomeni, da bi morala imeti organizacija zagotovljen velik proračun, da bi lahko ustanovila Mlado karitas, temveč gre za vključevanje mladih v obstoječa sredstva in ustrezno načrtovanje. Pomembno je oceniti možnosti organizacije, videti, kakšni viri so že na voljo, ali je treba najti več, ali je že dovolj, da začnemo na tej točki.

Drugič, za doseganje zgornje točke je ključnega pomena zagotoviti, da vodstvo priznava vrednost sodelovanja mladih. Šele takrat se bo perspektiva mladih jemala resno in bo bolj naravno vključena. Brez tega bo nenehen odpor ali 'strah' pred hierarhijo. Vsakdo mora pravilno razumeti prednosti sodelovanja mladih, če želimo, da je uspešno.

In tretjič, z mladimi želimo ravnati resno, kar pomeni, da bo njihovo angažiranje del uradne strateške usmeritve in načrtovanja Karitas. Potrebujemo vse na krogu, da zagotovimo, da bodo mladi lahko cveteli v Karitas.

na obisku

BIVANJE V MATERINSKEM DOMU JIM JE SPREMEMILO ŽIVLJENJE NA BOLJE

zbrala: Suzana Gliha Škufca

Na obisku v Materinskem domu Zavoda Pelikan – Karitas

MARTINA LENARČIČ: Po poklicu sem diplomirana socialna delavka. V materinskem domu sem kot strokovna delavka zaposlena že 17 let. Kljub temu da je delo v materinskem domu včasih težko, si ne predstavljam, da bi delala na kakšnem drugem področju socialnega varstva. Delo v materinskem domu imam neizmerno rada, zlasti zaradi naših uporabnic in tudi zaradi mojih sodelavk, s katerimi smo odlična ekipa. K nam prihajajo ženske in otroci v različnih socialnih stiskah, zato je še kako pomembna vzpostavitev dobrega delovnega odnosa. Pomembno je tudi čutenje z ženskami in otroki ter opolnomočenje, saj le na ta način pridemo do zelenih rezultatov. Bistveno je, da žensk, ki pridejo k nam, ne obsojamo, ampak jih poslušamo in tudi slišimo ter jih sprejememo takšne, kakršne so.

JOŽA JERE: V materinskem domu sem kot delovna terapevtka zaposlena že kar nekaj let – razgovora za službo na Ciril-Metodovem trgu se dobro spominjam, kakor da je bil pred kratkim.

Posebnost delovne terapije je, da za obravnavo uporabljamo aktivnost (dejavnost). Aktivnosti so medij, s katerim uporabniki omogočimo tisto, kar naj bi v obravnavi dosegli – to pa je čim večja samostojnost. Za vsako uporabnico je pomembno, da je aktivna in neodvisna. V današnjem času je pristop usmerjen na uporabnico in možnost samoodločanja pri izbiri aktivnosti in okupacij.

Ko pogledam za nazaj, vem, da sem od uporabnic dobila veliko, njihov odziv mi daje energijo za naprej. Moje delo ni nikoli monotono – včasih je napeto kot v akcijskih filmih, a že naslednji dan se najdem v komediji. Delo z otroki me »pomlajuje«, so najlepši del doma, z njimi ni nikoli dolgočasno. So iskreni in hkrati iskri. Ko jih opazujem, se veselim malih napredkov, s katerimi dosežejo svoje cilje. Tako pri malčkih kot pri šolskih otrocih. S svojimi idejami mi bogatijo življenje.

MIRJAM GUSTINČAR: Socialno delo je plemenito poslanstvo. Predvsem zato, ker si nekomu v oporo, zgled in pomoč pri premagovanju stiske ter opolnomočenju. Po preizkušanju in večletnem delu na različnih področjih socialnega dela sem ugotovila, da mi najbolj ustreza prav delo v materinskem domu. Vsak dan je izziv, povsem nepredvidljiv, kar posledično terja dinamičnost in ustrezno odločanje, velikokrat v hipu. Ter seveda timsko delo, brez katerega ne gre. Vsaka ženska je svet zase, pristop pa je treba krojiti v skladu z njenimi potrebami in individualnostjo. Pomembno je sprejemanje brez predalčkanja, poslušanje, dialog. Poleg tega so tu otroci, ki mi dajejo dodaten zagon; nadvse rada delam z njimi, saj so neposredni in sproti izražajo hvaležnost in veselje.

NATAŠA JANŽIČ: Odkar pomnim, sem želela pomagati drugim, predvsem tistim v stiski. Skozi življenje, še posebej pa pri študiju psihoterapije sem spoznala, da je prava pomoč v tem, da z drugimi delimo svoje znanje in izkušnje ter spodbujamo samostojnost. Pomembno je, da si postavimo cilje in se naučimo, da smo sami kreatorji svojega življenja in sami izbiramo, kako se bomo odločili med možnostmi, ki obstajajo.

Delo v materinskem domu me veseli, saj verjamem, da je naša interakcija vsakdanje učenje razumevanja nas samih in drugih ter pridobivanje novih izkušenj in načinov delovanja. Prosti čas poskušamo preživeti čim bolj kvalitetno in zabavno, popestrimo si ga z raznimi delavnicami, izleti, sprehodi in pogovori.

Moja vloga svetovalke mi predstavlja izziv, v njej sem lahko ustvarjalna, kar me še dodatno motivira. Najbolj me vedno znova pozitivno preseneča, da naše



od leve proti desni: Jože Jere, Suzana Gliha Škufca, Mirjam Gustinčar, Martina Lenarčič, Nataša Janžič

uporabnice kljub svojim težkim preizkušnjam v življenju niso obupale, ampak skupaj z nami iščejo rešitve za boljšo prihodnost.

SUZANA GLIHA ŠKUFCA: V materinskem domu sem kot strokovna delavka zaposlena že 18 let, januarja letos pa sem prevzela vlogo strokovne vodje programa.

Skozi leta se je nabralo veliko zgodb s srečnim koncem, lepih doživetij in spominov, povezanih z materinskim domom. Pridejo pa tudi težki trenutki, ko me kakšna zgodba ženske ali otroka močno pretrese ali ko pri reševanju stiske zadenemo ob na videz brezizhodno situacijo. Takrat sem še posebej hvaležna za podporo sodelavk in njihovo pripravljenost, da skupaj iščemo rešitve v korist naših uporabnikov.

Dober občutek je, ko s svojim znanjem lahko nekomu pomagam, da doseže zastavljene cilje in svojo življenjsko zgodbo obrne v pozitivno smer. Vesela sem, ko se katera od uporabnic, ki je bila v preteklosti vključena v program, oglasi in pove, da ji je bivanje v materinskem domu spremenilo življenje na bolje.

O PROGRAMU:

Program Materinskega doma Zavoda Pelikan – Karitas je nastanitveni program za pomoč ženskam v stiski. Vključujemo: nosečnice, porodnice, matere z majhnimi otroki, ženske z otroki ali brez otrok, ki so doživljale nasilje, pa ni nevarnosti, da bi nasilnež sledil, in druge ženske, ki se znajdejo v stiski.

Delujemo na dveh lokacijah: na Škofljici in v Ljubljani. Prostora imamo za 13 žensk z otroki.

Uporabnicam v Materinskem domu nudimo psihosocialno pomoč, svetovanje, zagovorništvo, pomagamo jim z urejanjem dokumentacije, jih spremljamo na različne institucije, z različnimi metodami in aktivnostmi, kot so socialne delavnice, delovna terapija, ustvarjalne delavnice, sprostitevne aktivnosti, prispevamo h krepitvi njihove samopodobe ter spodbujamo razvoj pogojev za kakovostnejše življenje tudi po zaključku programa.

Na nas se lahko obrnete po pomoč preko:

- telefona: **01 366 77 21**,
od ponedeljka do petka od 8. do 20. ure,
- e-pošte: materinski.dom@karitas.si,
- spletnega foruma Za ženske v stiski na portalu Med.over.net,
- Facebooka: <https://www.facebook.com/MDpelikan>



komentar meseca

DRUŽBENA LJUBEZEN

Jože Kern

O ljubezni je po eni strani lahko govoriti, saj s to besedo zajemamo mnoge in raznovrstne človeške izkušnje. Po svoje pa je v tem govorjenju zahtevno ostati resen in realističen.

Ljubezen se gotovo najprej nanaša na naše medčloveške odnose, predvsem tiste bolj osebne in intimne. V tem smislu ljubezen zaznamuje bogato doživljanje, čustva in čutenja. Iz tega osrednjega pomena pa pojem ljubezni lahko razširimo na širši spekter medčloveških odnosov in doživljanja, pri čemer pa seveda v pojem ljubezni vključujemo mnoge druge vrednote in pomene.

Razumevajoča ljubezen v zakonu in družini najprej gotovo vsebuje vrednote zaupanja, iskrenosti in predvsem zvestobe. Ta ljubezen je v veliki meri podprta z našim spontanim doživljanjem in vzgibi. Raste iz človekove narave, zahteva pa tudi skrbnost in napor, posvečati ji moramo veliko časa in energije. Če naj traja vse življenje, jo zaznamuje vztrajnost v dobrem in trdna odločitev.

Odločitev pa je verjetno najpomembnejši izvir ljubezni do ubogih in odrinjenih, do ljudi, ki jih zaznamujejo stiske in mnoge posebnosti. Še bolj pa odločitev zaznamuje našo ljubezen do sovražnikov in nasprotnikov. Ta raste iz napore in odločitve, mogoča je predvsem zaradi obljube podpore milosti in Božje pomoči. Samo naravno duševno dogajanje v nas bi nas največkrat vodilo ravno v nasprotno smer od ljubezni, v odpor ali celo v sovražnost in maščevalnost.

Je pa še posebna vrsta ljubezni do vsega ustvarjenega, do narave in vseh živih bitij. Izvira najprej iz ozaveščenosti in premisleka, pa tudi dojemljivosti za lepoto ter iz sposobnosti čudenja in občudovanja. Papež Frančišek v okrožnici o ekologiji Hvaljen, moj



Gospod, pravi: »V tem okviru nas, skupaj z zelo pomembnimi drobnimi vsakdanjimi dejanji, družbena ljubezen priganja k misli na velike strategije, ki bi učinkovito ustavile uničevanje okolja in spodbudile kulturo, ki bi s to skrbjo prežela celotno družbo. Ko kdo prepozna Božje povabilo, naj z drugimi deluje v takšnem družbenem dogajanju, se mora zavedati, da to sodi v njegovo duhovnost, da je vaja v ljubezni; mora vedeti, da v takšnem svetu zori in se posvečuje.«

Ob naslonitvi na papežev izraz družbena ljubezen pa se nam odpre še ena dimenzija ljubezni, morda celo najpomembnejša: ljubezen, ki druge pa tudi nas same varuje pred zlom. Ta ljubezen zahteva od nas moč in modrost, sposobnost za premislek in presojo. Vodi nas na naporno pot varovanja in branjenja sočloveka pred vsakovrstnimi zlorabami, krivicami in nepoštenostjo. Od tistih, ki jo skušajo uresničevati, terja pogum in neustrašnost, odpornost na kritiko in izključevanje, večkrat moč za plavanje proti toku.

Ta družbena ljubezen ima tudi širši vidik, ki ga v tem času tako nazorno lahko gledamo in sodoživljamo v divjanju zločinske vojne v bližnji Ukrajini. Kristjan je dolžan prepoznati in obsoditi zlo tudi v takih, lahko rečemo političnih dogajanjih. Res je, da informacije o vojni in z njo povezanih zločinskih dogajanjih do nas prihajajo iz političnih logov in so del političnega diskurza. Vendar za presojo takih dogajanj ne velja politična poljubnost interpretacije, niti nezavezujoča tolerantnost in tako imenovana politična korektnost. V takih primerih, kot je vojna v Ukrajini, je treba onkraj političnega diskurza prepoznati zlo in zlorabe ter to obsoditi. Treba se je postaviti nad politiko v ožjem pomenu besede in dogajanje presoditi z vidika človečnosti, osnovnih moralnih načel in zla, ki v zgodovini človeštva vedno znova dviga glavo. Papež Frančišek je jasen: »Treba je zavrniti vojno, ta kraj smrti, kjer očetje in matere pokopavajo svoje otroke, kjer ljudje ubijajo svoje brate, ne da bi jih sploh videli, kjer močni odločajo in revni umirajo ... Pogledajte to zverinskost vojne, to barbarsko in bogoskrunsko dejanje!«

In treba je pomagati, kakor je komu mogoče in kjer so možnosti. Pogosto v primerih vojn in agresij, v primeru Ukrajine pa še prav posebej, ni mogoče storiti tistega, kar čutimo in sodimo, da bi bilo nujno, in k čemur nas zavezuje solidarnost in sočutje ob tolikem trpljenju. Verni ljudje pa kljub takim razmeram vedno lahko najdemo pot usmiljenja do trpečih po molitvi. Moč molitve zagotovo lahko premaguje zlo in prinaša mir in olajšanje. Papež Frančišek je nedavno dejal: »Ponovno molimo, ne da bi se utrudili, h Kraljici miru, ki smo ji posvetili človeštvo, predvsem Rusijo in Ukrajino, ob veliki in intenzivni udeležbi, za kar se vam zahvaljujem. Molimo skupaj.«

SRCE, ODPERTO ZA VES SVET

papež Frančišek

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

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

Plodna izmenjava

Vzajemna pomoč med državami vsekakor koristi vsem. Država, ki napreduje na temelju lastne izvirne kulturne podlage, je zaklad za vse človeštvo. Nujno je utrjevanje zavesti, da se bomo danes rešili vsi ali pa se ne bo rešil nihče. Revščina, propadanje, trpljenje na enem koncu sveta so tiho gojišče težav, ki nazadnje zadenejo ves planet. Če nas skrbi izumiranje nekaterih vrst, bi nas morala še bolj mučiti misel, da smo vsepovsod priče ljudem in ljudstvom, ki ne razvijajo svojih danosti in njihove lepote zaradi revščine ali drugih strukturnih omejitev. To bo namreč osiromašilo vse nas.

Tega smo se sicer vedno zavedali, danes pa se – zaradi globalizacije vsestransko povezanega sveta – zavedamo še toliko bolj. Potrebujemo pravni, politični in ekonomski svetovni red, ki »bi spodbujal in usmerjal mednarodno sodelovanje k solidarnemu razvoju vseh narodov«. To bo končno koristilo celotnemu planetu, saj mora na »pomoč pri razvoju revnih držav gledati kot na resnično orodje za ustvarjanje bogastva za vse«. S stališča celostnega razvoja pričakujemo, da se »tudi revnejšim narodom dodeli učinkovitejši glas pri skupnih odločitvah« in da se jim omogočijo takšne oblike sodelovanja, »ki lahko privedejo do mednarodnega trga držav, ki jih pestita revščina in nerazvitost«.

Zastonjskost, ki sprejema

Te trditve nikakor nočem zožiti na nobeno obliko utilitarizma. Zastonjskost obstaja. Je sposobnost, ki nekatere stvari počne zgolj zato, ker so same po sebi dobre, ne da bi zaradi tega imela kakršnokoli uglednost, ne da bi v zameno karkoli pričakovala. To nam omogoča, da sprejmemo tujca, četudi nam v tistem trenutku ne prinaša otipljive koristi. In vendar so nekatere države pripravljene sprejeti samo znanstvenike in vlagatelje.

Kdor ne živi v duhu bratske zastonjskosti, spremeni svojo življenje v mučno trgovino, ki to, kar da, ve-



dno primerja s tem, kar dobi v zameno. Bog pa daje zastonj do te mere, da pomaga celo tistim, ki niso ver-
ni, in »daje svojemu soncu, da vzhaja nad hudobnimi
in dobrimi« (Mt 5,45). Zato Jezus priporoča: »Kadar
pa ti daješ miloščino, naj ne ve tvoja levica, kaj dela
tvoja desnica. Tako bo tvoja miloščina na skrivnem, in
tvoj Oče, ki vidi na skrivnem, ti bo povrnil« (Mt 6,3-4).
Življenje smo prejeli v dar, nič nismo plačali zanj. Vsi
torej lahko damo, ne da bi pričakovali karkoli; delamo
dobro, ne da bi od človeka, ki mu pomagamo, zahte-
vali enako. Prav to je Jezus svetoval svojim učencem:
»Zastonj ste prejeli, zastonj dajte« (Mt 10,8).

Pravo vrednost različnih držav merimo po tej spo-
sobnosti, da ne mislijo samo kot dežela, temveč tudi
kot človeška družina. To se kaže zlasti v težavnih ob-
dobjih. Zaprti nacionalizmi vsekakor dokazujejo to ne-
sposobnost zastonjskega ravnanja. Zmotno mislijo,
da se lahko razvijajo na pogorišču drugih in da bodo
z zapiranjem pred drugimi bolj zaščiteni. Na priseljen-
ca gledajo kot na samozvanca, ki ničesar ne prinaša.
To vodi k naivnemu mišljenju, da so reveži nevarni in
nekoristni, močni pa da so velikodušni dobrotniki. V
prihodnost vodi le tista socialna in politična omika, ki
razume pomen zastonjskega sprejemanja.

koper

SPREJMIMO SVET
Z ODGOVORNOSTJO

Marjana Plesničar Jezeršek

**Romanje na Sveto goro v sklopu postne akcije 40
dni brez alkohola**

V sklopu akcije 40 dni brez alkohola, ki jo organizira Slovenska karitas, smo na Tiho nedeljo z namenom molitve za žrtve alkohola in njihove svojce poromali na Sveto goro nad Novo Gorico.

Križev pot je vodil **p. Bogdan Rus**, ki je tudi avtor besedila, ki je letos objavljeno v knjižici Slovenske ka-
ritas Poglobimo postni čas. Zbralo se je večje število
romarjev od pričakovanega, p. Bogdan pa je poskrbel,
da smo molili tudi za žrtve vseh drugih odvisnosti ter
za mir v Ukrajini.

V baziliki Svetogorske Matere Božje je p. Bogdan
tudi daroval sveto mašo z enakim namenom, kot ga
je imel križev pot. Cerkev se je napolnila še z drugi-
mi romarji in skupaj smo prisluhnili navdihujoči Božji
besedi ter besedam p. Bogdana. V pridigi se je naj-
prej navezal na evangelij o grešnici in farizejih, ki nas
opominja, da nismo poklicani za razsodnike, četudi
smo večkrat v skušnjavi, da bi sodili. Kar prelahko je
obsojati drugega. Prav hitro lahko začnemo obsojati
tudi tiste, ki so zasvojeni, prelahko nam je izreči: »On
je alkoholik, narkoman, človek, zasvojen s pornografi-
jo, podivjanim seksom, računalniškimi igricami, mi pa
ne.« Pa je res tako?

Kdor tega ni doživel, se težko postavi v kožo zasvo-
jenca ali človeka, ki živi ob zasvojenju. P. Bogdan je
zato povzel pričevanje fanta, ki je bil zasvojen z drogo:
»Takole je rekel: *Nekaj let sem se zdravil odvisnosti od
droge. V enem mesecu sem se očistil droge, v enem
letu je telo nehalo zahtevati drogo in sem se nekoliko
uredil kot človek, v treh letih sem začel normalno ži-
veti. Toda nekaj je še manjkalo. Slutil sem, da moram
še ostati. Ostal sem sedem let. In moja slutnja se je
izkazala za pravilno. Po veliko letih sem spoznal, da
moja največja težava v resnici ni bila droga, ampak laž.
Da sem lagal samemu sebi, drugim in Bogu. Da bom*





nehal, da bom samo še enkrat vzel, da zmorem, da se lahko sam pozdravim, da ni nič hudega, da škoda, ki sem jo naredil, ni velika ... Pa tisti, ki smo ob zasvojenju, delamo podobno: da bo nehal kar sam od sebe, da bo že kako, da je že kar dobro, da je opravil izpit, zdaj je pa vse dobro... Laž na laž.»

Laž je nekaj, kar vsi poznamo – to je skupna točka, preko katere lažje razumemo zasvojene in njihove svojce. Naloga vseh nas je, da se skupaj proti laži borimo. Tudi sklicevanje farizejev na Postavo je bilo laž, saj so namerno »pozabili«, zakaj je bila Postava napisana. Ne zaradi pravil samih, ampak zaradi Ljubezni.

»V tem se lahko vsi borimo proti zlu. Ne s tem, da svet doživljamo črno-belo, ampak da ta svet z vso odgovornostjo sprejmemo v vsej zahtevnosti, ki jo ponuja.«

Da je bilo vzdušje v baziliki še lepše, je poskrbel moški pevski zbor Janez Svetokriški iz Vipavskega Križa ter gotovo tudi Svetogorska Marija, ki ima za obiskovalce svojega svetišča vedno na voljo mir in materinsko ljubezen.

POSTNI ČAS V PROGRAMU POPOLDAN NA CESTI

Tatjana Rupnik

Postni čas v programu Popoldan na Cesti je bil zelo aktiven. Veseli smo, da lahko neomejeno izvajamo vse aktivnosti, kot smo jih pred epidemijo – le prireditve ob materinskem dnevu nismo uspeli izpeljati. Poleg učne pomoči smo otrokom pripravili različne

aktivnosti. Veliko je bilo ustvarjanja, pogovorov in različnih drugih delavnic.

Za materinski dan smo posebej pripravili delavnico, ki je bila zelo lepo obiskana. Izdelovali smo darilca in voščilnice za naše drage mame. Otroci so k delavnici zelo zavzeto pristopili. V programu smo se tudi veliko pogovarjali o postnem času. Vsak od otrok si je za čas posta izbral eno dobro delo. V pomoč nam je bila kocka, ki smo jo dobili v reviji Mavrica. Kadarkoli smo se srečali, smo drug drugega spomnili na obljubo, in moram priznati, da smo se skoraj vsi držali tistega, kar smo si zadali v začetku postnega časa.

Zelo lepo je bila obiskana tudi cvetna delavnica, kjer smo izdelovali butarice. Ker v naših krajih nimamo posebnih butaric, je na vrsto prišla domišljija. Seveda smo morali otroke opozoriti na to, da butarica ni bila preveč okrašena. Poleg oljke smo uporabili veliko drugega zelenja, iz krep papirja smo izdelovali rože, iz darilnih trakov pa pentljice. Nastalo je veliko lepih butaric, s katerimi smo na cvetno nedeljo veselo mahali in se s tem spomnili na veličasten prihod Jezusa v Jeruzalem.

Na cvetni delavnici se je porodila ideja, da bi lahko za sobotno večerno vigilijo izdelovali laternice. Na hitro smo se odločili in pripravili vse potrebno za izvedbo. Takoj naslednji delovni dan smo se spet srečali v dvorani. Otroci so zelo lepo sodelovali. Vsak je laternico najprej izdelal zase, nato pa vsaj še eno za otroke, ki niso prišli na delavnico.

Kozarec smo ovili z žico, ki bo služila za ročaj. Na kozarec smo prilepili križ iz papirja, ga namazali z mekolom in potresli s peskom. Nato smo križec odlepili,





da bo skozi križ sijala svetloba sveče. Na koncu smo vrh kozarca okrasili z darilnim trakom in različnim zelenjem. Ob delu smo se pogovarjali o svetem tridnevju. Mlajši otroci so spraševali, zakaj bodo morali vsak dan hoditi k maši. Obnovili smo vse, kar se bo dogajalo v času od četrтка do ponedeljka. Seveda so vsi z nestrpnostjo čakali, kdaj bodo barvali jajčka, fantje pa so z veseljem pričakovali sobotno jutro, ko so po vasi raznašali velikonočni ogenj.

Tudi prostovoljci Mlade Karitas so bili v tem času zelo aktivni. Poleg izvajanja učne pomoči in sodelovanja pri ostalih aktivnostih so se z veseljem pridružili akciji Mladinskega sveta Ajdovščina, kjer so pristopili k projektu Slovenske filantropije Dan za spremembe, ki letos poteka pod geslom Soustvarjamo skupnost. Zelo lepo so okrasili velik balon, ki predstavlja kroglico zapestnice. Na njem je znak Škofije Koper, Škofijske karitas Koper in programa Popoldan na Cesti. Hvala vsem prostovoljkam, ki so pokazale svoj talent za ustvarjanje.

Pred nami je še veliko aktivnosti. Približujejo se šolske počitnice, med katerimi bomo otrokom pripravili zanimiv program. Če nam uspe, bomo po dveh letih vendarle lahko izpeljali končni izlet programa, vsi pa že komaj čakamo poletje, ki ga bomo preživel v vasi Soča, kjer se bomo naužili lepot smaragdne reke in čudovite narave.

MATERINSKI DOM SOLKAN IN ŠEMPETER

Tanja Žorž in Klementina Bajec

Program Materinskega doma izvajamo na dveh lokacijah, in sicer v Solkanu in Šempetru pri Gorici. V lanskem letu smo nastanitev nudili 33 osebam (19 ženskam in 14 otrokom). Največ jih je bilo iz goriške regije: 13 žensk, 2 ženski iz obalno-kraške regije, 2 iz primorsko-notranjske regije ter po ena iz gorenjske regije in regije jugovzhodna Slovenija.

V program vključujemo matere z otroki, samske ženske, žrtve različnih oblik nasilja, ko ni več neposredne fizične ogroženosti in so se zaradi različnih okoliščin znašle v socialno-ekonomski stiski. Iz različnih vzrokov se umaknejo iz matične družine, partnerske zveze, čeprav so nekatere zaposlene, prejemale nizke prihodke, druge so prejemnice denarne socialne pomoči ali pokojnine ter si najemniškega stanovanja ne morejo privoščiti.

V delo z uporabnicami in njihovimi otroki vključujemo tudi prostovoljce, ki pomembno prispevajo predvsem h kvaliteti bivanja otrok, vključujejo pa se tudi v razne delavnice in dela pri vzdrževanju hiše in okolice.



V letu 2021 je bilo v program Materinskega doma vključenih 15 prostovoljcev, ki so skupno opravili 553 ur.

V pomladnem mesecu marcu smo obeležili materinski dan. V materinskem domu smo z ženskami in otroki razmnožili in presadili sobne rastline: zlate pothose, krasule, zebraste tradescancije in jih podarili mamam v Materinskem domu Solkan in Šempeter ter mamam, ki bivajo v Varnih hiši Goriška. Opremili smo jih z lepimi mislimi, zahvalami na tablicah, da se ob skrbi na rožico spomnijo, da so močne, pogumne, lepe in vredne ljubezni.

Ker radi ustvarjamo in šivamo, smo iz filca izdelovali pomladne živalce, čebele, pikapolonice, ptičke, zajčke in rože. Ob šivanju smo se z otroki pogovarjali, kaj nam pomeni mama. Poglejmo, kaj so povedali:

»Mama je čarobna oseba. Vedno mi stoji ob strani. Rada jo imam bolj kot vse na svetu, tudi če sem jezna nanjo. Mama je zame bog.«

»Najbolj mi je všeč, ko ponoči hodim kot miška k njej v posteljo, da se skupaj pocrkljava.«

»Mama mi pomeni vse na svetu.«

»Všeč mi je, ko me mama pelje na izlet, ko z njo ustvarjam na delavnicah in ko skupaj pečeva palačinke.«

»Mama je le ena, ampak ena od najboljših oseb.«

»Draga mama, želim ti lep materinski dan.«



DOBRODELNA POSTNA AKCIJA ŽUPNIJ DORNBERK IN PRVAČINA

Elvira Baša

14

V letošnjem postnem času so naši veroučenci na pobudo katehistinj z odpovedjo razvadam pridno zbirali finančna sredstva in jih prinašali k verouku. Pri zbiranju so bili zelo zavzeti, najbolj pa so se izkazali prvoobhajanci in birmanci. Zbrali so lepo vsoto denarja, ki so ga namenili delno za obdaritev starejših, delno pa za pomoč Ukrajini.

Tako smo letos starejše obdarili s pincami, ki nam jih je pripravila pekarna Vintola.

Poleg običajnih voščilnic Karitas so veroučenci zanje pripravili tudi različne svoje voščilnice in darilca. Tako smo starejše doma in v domu upokojencev letos še posebej razveselili ter jim ponesli blagoslov ob velikonočnih praznikih.



OBISK V DOMOVIH STAREJŠIH V POSTOJNI

Zinka Vadnjal

Na cvetno nedeljo smo sodelavke Pivške območne Karitas obiskale varovance v Domu upokojencev v Postojni in v domu Talita kum. Vsakemu smo prinesle voščilnico za veliko noč in blagoslovljeno oljčno vejico. Čeprav je bil zaradi velikega števila starejših obisk pri vsakem kratek, jim je naša pozornost veliko pomenila.

Prejšnje leto so zaradi epidemije obiski odpadli, zato je bilo to srečanje zanje še dragocenejše. Vsi so se nam zahvaljevali, ker smo se jih spomnili in jim prinesli blagoslov. Še po hodniku so nam hiteli pripovedovat, kako so nas veselili.

Vesele smo domov odšle tudi mi, saj nismo mogle pozabiti njihovih hvaležnih pogledov in solznih oči od sreče in zadovoljstva. Koliko lepih občutkov je



ostalo v naših srcih, ko smo videle, kako malo je treba narediti, da nekoga tako osrečiš. Ta obisk nam bo ostal še dolgo v spominu.

OSVAJANJE RAČUNALNIŠKEGA ZNANJA

Marjana Plesničar Jezeršek

V sklopu projekta Prostovoljstvo na dosegu roke – digitalna, tehnična in mobilna preobrazba, ki ga financira Ministrstvo za javno upravo, smo izvedli kratko računalniško izobraževanje za naše starejše (in druge) prostovoljce in prostovoljke, ki niso (bili) veščji uporabe računalnika. Izvedli smo tri srečanja, na katerih so udeleženci osvajali osnove uporabe programov Word in Excel ter osnove pošiljanja elektronske pošte, skeniranja dokumentov in brskanja po spletu. Začeli smo s čisto osnovnimi nalogami, za tiste, ki so jim bile le-te prelahke, pa smo pripravili tudi malo kompleksnejše izzive.

Srečevali smo se v računalniški učilnici Škofijske gimnazije Vipava, ki nam je poleg prostora »posodila« tudi g. Danijela Mikulčiča, ki je vaje pripravil in potrpežljivo vodil udeležence do končne rešitve. Bilo je poučno, uporabno in zanimivo, odziv udeležencev pa je zelo pozitiven. Tako je svoje vtise povzela ena od udeleženk, ga. Ljubica Ženko: »Priznam, moje znanje in





delo na računalniku me ni preveč zanimalo, svoj prosti čas sem rajši izkoristila za meni bolj 'pomembne zadeve', ustvarjanje, ročna dela, delo z otroki ... Ampak spoznala sem, da v prostovoljstvu tako ne bo šlo in sem šla na tečaj z eno samo željo, spoznati Word, napisati dokument, dodati sliko, shraniti v mapo in poslati po elektronski pošti. Uspelo mi je! Neskončno sem hvaležna vsem, ki ste se trudili z nami. Boglonaj!«

Hvala g. Danijelu in Škofijski gimnaziji Vipava ter tudi vsem prostovoljcem, ki so se odločili, da nadgradijo svoje znanje.

ŽUPNIJA ILIRSKA BISTRICA UREDILA PROSTORE ZA BEGUNCE

Petra Skok

Vojna v Ukrajini nas kliče, da ostajamo sočutni in nudimo pomoč potrebnim. Na podlagi povpraševanja predsednika Škofijske karitas Koper ter pobude škofa Jurija Bizjaka, da beguncem ponudimo prostor za bivanje, je župnik župnije Ilirska Bistrica Stanko Fajdiga za 10. marec sklical izredno sejo Župnijskega pastoralnega in gospodarskega sveta, ki je potekala v župnijski cerkvi sv. Petra. »Situacija je negotova, zato je treba zavihati rokave. Uredili bomo Janezovo stanovanje,« so člani soglasno potrdili predlog na tej skupni seji. Verjamemo namreč, da se naše delo, ko se združimo v dobrem, vedno še pomnoži.

Sprejeli bi lahko do 15 oseb. S prošnjo Bogu za umiritev razmer v svetu in željo za spremembo src in misli ljudi po svetu ter za povrnitev dialoga smo se odločili, da ne bomo pogledali stran od vojne, temveč bomo prizadetim in vsem, ki bežijo pred napadi, aktivno pomagali.

Stanovanjske prostore nasproti glavne stavbe župnišča, kjer je pred leti stanoval duhovni pomočnik, je bilo treba temeljito prenoviti. Predlagani potek del je v večji meri potekal po načrtih. Že v soboto, dva dni po odločilnem »da«, se je na župnijskem dvorišču

zbralo veliko prostovoljcev, ki so stanovanje izpraznili, sledili so pregled in vzpostavitev ogrevanja, popravilo vodovoda in električnih instalacij, kmalu tudi menjava svetil, v nekaj sobah še namestitev novih laminatov. Nadaljevali smo z beljenjem, čiščenjem, sočasno pa tudi z zbiranjem finančnih in predvsem materialnih sredstev, in sicer vse od pohištva do jedilnega pribora. Večino del so opravili prostovoljci, ki so požrtvovalno darovali svoj prosti čas in delo svojih rok.

Zbiralna akcija je široko množico župljanov ter drugih krajanov dosegla tudi preko župnijske Facebook strani, ki jo zdaj že dobro leto dni vodi skupina župljanov. V kratkem času smo tako uspeli zbrati 15 ležišč, več omar in druge opreme za stanovanje, ki v dveh etažah obsega sedem sob, skupno kuhinjo, dnevni prostor ter jedilnico, v vsakem od nadstropij pa tudi skupno kopalnico.

Na cvetno nedeljo, 10. aprila, je sledil dan odprtih vrat teh župnijskih prostorov, namenjenih namestitvi ukrajinskih beguncev, ki so zdaj že pripravljeni na sprejem.

Naj ob tem velja zahvala vsem, ki so pomagali pri pripravi prostorov. Tudi v tem se je izkazal rek: »Skupaj zmoremo!«, kot že velikokrat doslej, nazadnje pri obširni prenovi župnijske cerkve v letu 2020. Naj Bog povrne prav vsakomur. Želimo si, da bi med župljani Ilirske Bistrice begunci dobili potrebno zatočišče in varen kraj, v vsakem od nas pa človeka, ki jih sprejema.





Ljubljana

eKAMRA

Tina Petkovšek

Se želite spoprijateljiti z uporabo računalnika in postati bolj digitalno pismeni? Potem ste lepo vabljeni v prostor, kjer lahko razvijate ali okrepite svoje digitalne spretnosti!

16

Na Škofijski karitas Ljubljana je marca 2022 svoja vrata odprla **eKamra** – prostor, opremljen z računalniki in računalniško opremo. Toplo vabljeni, da rezervirate svoj termin za individualno učenje, in tako začnete razvijati ali pa krepiti svoje digitalne spretnosti.

Ne glede na to, ali ste popoln začetnik in z računalnikom niste še nikoli delali, ali pa si želite svoje znanje samo malo nadgraditi oziroma utrditi, ste dobrodošli. Termin, ki ga boste rezervirali, bo namenjen samo vam in vsebina prilagojena vašim željam oziroma potrebam. Učenje je vedno prilagojeno vsakemu posamezniku in njegovemu nivoju znanja.

Za svoj termin lahko pokličete na: **01 431 22 14**, vsi tisti, ki se že dobro razumete z elektronsko pošto ☺, pa se lahko prijavite na: tina.petkovsek@lj.karitas.si.

Poleg eKamre smo v marcu 2022 v sodelovanju s Slovensko karitas začeli tudi s terenskim izvajanjem izobraževanj za krepitev digitalnih kompetenc. Prva izobraževanja so potekala na Župnijski karitas Cerknica; učili smo se osnov uporabe e-pošte, spletnega nakupovanja, spletnega naročanja na termin pri zdravniku in še mnogo več. Če bi si želeli imeti brezplačna izobraževanja tudi na vaši župnijski Karitas, nam sporočite – z veseljem se bomo oglasili pri vas.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO

Projekt sofinancira Ministrstvo za javno upravo iz Sklada za NVO (digitalna preobrazba nevladnih in prostovoljskih organizacij ter povečanje vključenosti njihovih uporabnikov v informacijsko družbo).

POSKRBJIMO, DA NE POSTANEMO BILEAMOVA OSLICA

Alenka Petek

Od 18. do 20. marca je v Portorožu potekalo šolanje za svetovanje pod delovnim naslovom Sem ljubljeno Božje bitje. Vodila sta ga dr. Stanko Gerjolj in Ana Rožman.

Prvi večer smo spregovorili o čustvih in našem odzivu nanje. Obstajajo osnovna čustva, ki so univerzalna v vseh človeških kulturah. To so strah, gnus, jeza, presenečenje, sreča in žalost. Vendar se lahko različna čustva kombinirajo in 'mešajo'. Vsi si želimo čuti ljubezen, veselje, navdušenje, ponos, samozavest, medtem ko bi se čustvom žalosti, jeze, strahu, razočaranja najrajši izognili. Toda vsa čustva so del nas. Nobeno čustvo ni pravo ali napačno. Gre za reakcije, ki preprosto so. Imajo pomembno funkcijo, saj nas varujejo, opozarjajo, ženejo naprej in nam pomagajo, da smo v ravnesju.

Obstajajo številna osnovna univerzalna čustva, ki jih doživljamo ljudje po vsem svetu, ne glede na ozadje ali kulturo. Čustva pa lahko doživljamo tudi zelo subjektivno. Čustvo jeze lahko doživljamo od blage sitnosti do hudega besa. Za prepoznavanje čustev je pomembno, da znamo pozornost obrniti iz glave v telo. To zahteva sposobnost opazovanja lastnih odzivov telesa na določeno čustvo. Pomembno je, da prepoznamo fiziološki odziv na določena čustva. Lahko nas boli želodec, čutimo tesnobo, imamo potne dlani ali pospešen srčni utrip ... Če nas je sram, bi se najraje umaknili. Če smo jezni, bi nekaj udarili, odrinili. Če nas je strah, bi zbežali. Odrasli imamo zmožnost kontroliranja svojega čustvenega odziva. To pa ne velja za otroke in mladostnike, ki še nimajo izgrajenih psihičnih struktur oziroma razvitih možganskih povezav, ki bi jim omogočale nadzor nad vsemi impulzi.

Sledila je vodena meditacija, na koncu katere smo oblikovali svoje telo v kip. Naslednji dan smo si ogledali naše izdelke in pri vsakem zapisali, kaj vidimo, kako se kot ta oseba počutimo ter kaj tej osebi želimo.

V kipcih smo videli osebo, ki sprejema, razigrano osebo, nežno bitje, plesalko, pravilčno osebo, razigrano žensko, srečno osebo, veliko žensko, posodo, školjko, prijazno osebo, osebo brez dlani, osebo z velikimi ušesi. Zanimivo je bilo, da so bili kipci različnih oblik, velikosti in izraznosti. Eni so ležali, drugi klečali, nekje glava ni bila povezana s telesom ali vrat slabo pritrjen, nekje je bila ena noga debelejša, pri drugem oseba sestavljena iz dveh delov, spet nek kip je imel veliko vdolbin in ran, nekateri pa so imeli odprte roke za sprejemanje.



Kot ta oseba bi se mi opazovalci počutili prijetno, razigrano, pomirjeno, otožno, vznemirjeno in srečno. Tem osebam smo izrazili različne želje. Zaželeli smo jim sprostitev, veselje, srečo; da vstanejo in gredo sreči nasproti. Zaželeli smo jim obilo miru, veselja in zdravja. Zaželeli smo jim, da bi svojo moč, radoživost, veselje delili z drugimi. Da bi postali ali ostali zadovoljni. Tistim sklonjenim brez energije pa, da dvignejo glavo in vstanejo.

Položaje teles smo potem v skupini tudi ponazorili. Nekateri položaji so bili zelo neprijetni in smo v njih težko vztrajali dlje časa.

Kaj vse smo razbrali iz naših izdelkov! Nekateri morajo znati poskrbeti zase in ločiti nenujno delo oz. opravilo od nujnega, spet drugi se morajo naučiti reči ne, postaviti meje, tretji ne smejo pretiravati in težkih situacij doživljati težjih, kot so.

V nedeljo smo se srečali z biblijsko zgodbo o Bileamu in njegovi oslici. Bileam se je z oslico podal na pot. Oslico je med potjo trikrat pretepel, ker ni videl angela z mečem, ki se mu je oslica na poti umikala. Kot Bileam se tudi mi večkrat srečamo z obveznostmi, ki so za naše telo prezahtevne. Večkrat se precenimo in se ne želimo takoj ustaviti. Jezni smo zaradi telesnih omejitev, zato telesa ne poslušamo in do njega postanemo še zahtevnejši. Tepemo in trpinčimo ga ter hočemo nadaljevati z enakim tempom. Telesa, ki nas opominja, ne poslušamo, temveč ga prisilimo, da nas še naprej uboga. Če ne gre drugače, si pomagamo s kavo in kakšnimi nevarnejšimi poživilimi. Ko postanejo znaki utrujenosti ali bolezni očitnejši, s telesom ravnamo še bolj surovo. Jezni smo, ker nas ne poslušajo. Tepemo ga na podoben način, kot je Bileam tepel osli-



co. Šele ko nas bolezen že zelo ogroža, smo telesu pripravljeni prisluhniti. Takrat moramo drastično spremeniti svoje ravnanje in poskrbeti za telo. Največkrat to storimo šele takrat, ko nam zdravnik postavi določene omejitve ali nas čaka težka operacija. Pripoved nas uči, da moramo poslušati telo, da pri naporih ne smemo pretiravati, ampak jih moramo prilagoditi svojim sposobnostim in zmožnostim. Bog od nas ne zahteva pretiravanja, ampak le toliko, kot zmoremo, kajti če zbolimo ali izgorimo, ne bomo nikomur koristili. Poskrbimo zase, da ne bo treba drugim skrbeti za nas.

Pri nedeljski sv. maši smo pred oltar položili svoje kipce in prosili Boga, naj nam pomaga prepoznati naše omejitve in pretežka bremena, ki smo si jih naložili. Naj nas pravočasno opomni in bo do nas prizanesljiv.

Ne smemo pretiravali in se preveč obremenjevati z mislimi, da vedno naredimo premalo oz. kaj bi še lahko naredili. Zelo pomembno je, da znamo poskrbeti za telesno zdravje, in to pravočasno.

maribor

AVANTURA LJUBEZNI

Sodelavke in sodelavci Župnijske karitas Ravne na Koroškem

30 let Župnijske karitas Ravne na Koroškem

V soboto, 2. oktobra 2021, smo ob praznovanju 30. obletnice delovanja Župnijske karitas v cerkvi sv. Egidija na Ravnah pripravili svečano akademijo s slovesno sv. mašo. »**Majhna skupina župljanov je prestopila meje svojih družin in župnije. Začela se je avantura ljubezni, avantura Župnijske karitas Ravne,**« je ob ustanovitvi zapisal takratni župnik Slavko Bek. Zbrane so pozdravili domači župnik in predsednik ravenske Karitas Edvard Vajda, predsednik NKMB Branko Maček, ravenski župan dr. Tomaž Rožen in nadškof msgr. Alojzij Cvikl, ki je tudi daroval sv. mašo ter za dolgoletno služenje in delo podelil priznanja sodelavcem Karitas. Med njimi naj izpostavimo voditeljico Mihaelo Zadravec in njeno »desno roko« Jožico Ruprecht, ki je sodelavka od samega začetka. Trenutno je v Karitas 12 rednih članov, nekaj prostovoljcev, pridobili pa smo tudi mlajše moči, ki se počasi vključujejo v delo.

Sredstva imamo od občine in donatorjev, veliko pa jih s svojim delom pridobimo tudi sami. V delavnicah izdelujemo adventne venčke, snope (butare), voščilnice, ki jih ponudimo ljudem.

Zelo odmevni so bili dobrodelni koncerti Luč upanja in prodajna razstava Sadovi dobrote. Ob praznikih obiskujemo starejše doma in v domovih. Vsako leto



organiziramo romanje starejših in invalidov na Brezje ter njihovo srečanje s sv. mašo, pogostitvijo in druženjem pod šotorom, za kar so nam zelo hvaležni. Organiziramo tudi romanje za sodelavke in sodelavce Karitas ter podpornike, da si nabereмо novih moči za telo in dušo.

Žal smo se v začetku letošnjega leta poslovili od dolgoletne voditeljice ge. Mihaele Zadravec. Iskreno smo hvaležni, da smo lahko del njene poti hodili skupaj. V molitvi zanjo se je bomo z veseljem spominjali in ji želimo miren večni počitek.

Hvala pa tudi vsem sodelavkam in sodelavcem za poslanstvo, ki ga opravljate. Z njim mnogim lajšate težave in prinašate luč upanja. Ali kot je dejal msgr. Alojzij Cvikel oktobra ob praznovanju: »Drage sodelavke in sodelavci Karitas Ravne na Koroškem, pogumno naprej v novo desetletje z Božjim blagoslovom!«



ODPRTJE CENTRA ZA PONOVO UPORABO

Petra Gregorek

V soboto, 19. marca 2022, smo v Vuzenici, pod okriljem Nadžupnijske karitas Vuzenica, odprli Center ponovne uporabe, kjer lahko vsak najde nekaj zase: oblačila, obutev, igrače, modne dodatke, celo računalniško opremo.

Ob požrtvovalni voditeljici Nadžupnijske karitas Vuzenica ga. Sabini Praper ter sodelavcih prostovoljcih in youngCaritas je bil na odprtju prisoten tudi generalni tajnik Nadškofijske Karitas Maribor g. Darko Bračun. Prostore Centra je po slovesnem odprtju blagoslovil dekan g. Tadej Legnar.

Prostor nam je v brezplačno uporabo odstopil g. Iztok Topler, podjetje TIP inženiring.

V Centru imamo majhen kotiček, kjer lahko obiskovalci ob kavici ali čaju poklepetajo in se družijo.

Prostovoljni prispevki, ki so v Centru zbrani, so namenjeni ljudem v stiski.

Zamisel o trgovinici oziroma centru z rabljenimi oblačili in drugimi izdelki je dolgo zorela med nami, šele ob vztrajnosti in veliki navdušenosti ge. Alenke Brišnik Perkuš pa je Center zares ugledal luč sveta.

Osnovna ideja našega Centra ponovne uporabe je, da z oddajanjem ali prejemanjem rabljenih predmetov ravnamo odgovorno do okolja, in tako dodamo svoj kamenček k ohranjanju že tako preobremenjene narave. S ponovno uporabo ohranjamo dragocene naravne vire, ki so sicer potrebni za proizvodnjo novih izdelkov.

V Centru deluje tudi šivilja, ki je na voljo za manjše šiviljske usluge, npr. zamenjavo zadrge ali krpanje obrabljenih hlačnic.

Trenutno naš Center služi tudi kot zbirni center za sprejemanje hrane, higienskih pripomočkov in sanitetnega materiala za pomoči potrebne prebivalce Ukrajine.

Bog povrni vsem, ki so odprtje Centra omogočili, predvsem lastniku prostora g. Toplerju. Hvala tudi g. Primožu Praperju in podjetju EU Dom, ki nam je bilo pri odprtju v veliko podporo, Občini Vuzenica, predvsem našemu županu g. Franju Golobu, ter vsem prostovoljcem in dobrotnikom, ki so nam ob snovanju in uresničevanju ideje stali ob strani.

Dragi obiskovalci, pristrčno se vas veselimo v Centru ponovne uporabe v Vuzenici.



PROSTOR SREČANJA

Darko Bračun

Pomoč Karitas beguncem iz Ukrajine

V okviru pomoči Karitas razseljenim ob vojni krizi v Ukrajini smo tudi sodelavci in prostovoljci strnili vrste in skušali pomagati žrtvam vojne ter odgovoriti na stiske beguncev, ki so se zatekli na širše mariborsko področje. Poleg pomoči v hrani, higieni ter posredovanju informacij smo skupaj z nekaterimi že dlje časa v Mariboru živečimi prostovoljkami, ki imajo korenine v Ukrajini, uspeli vzpostaviti mrežo dobrote ter pomoči



tudi na način tedenskih srečanj, na katerih so svojim rojakom v ukrajinščini pomagale pri razumevanju in pravilnem izpolnjevanju vlog za prijavo in pridobitev ustreznega statusa ter druge pomoči glede nastanitve oz. bivanja.



Tako smo odprli prostore na Strossmayerjevi ter enkrat tedensko nudili prostor srečanja za vse, ki so zaradi vojne v Ukrajini morali zapustiti svoj dom in trenutno bivajo v okolici Maribora.

Prostor je zaživel v vsej polnosti. Namen pomoči je bil ob mnogih stiskih ter rešenem prenekaterem vprašanju glede izpolnjevanja obrazcev, pa ob različnih dejavnosti otrok, ki so v misli na vse, ki so ostali doma v Ukrajini, brezskrbno risali, izdelovali različne izdelke, barvali pirhe ..., več kot dosežen.



Zaveza, da Karitas poleg osnovne materialne pomoči nudi tudi prostor srečanja, je bil av okviru poslanstva v polnosti udejanjena. Po začetnih vprašanjih, jezikovnih pregradah ter negotovosti se je ob srečanju stkala povezanost, ki je preseгла pričakovanja in odprla zaupen prostor podelitve skrbi in pogleda v prihodnost z gotovostjo upanja in sprejetosti.

ново mesto

KORAK, KI KAŽE VELIKE REČI

Simon Dvornik

Donacija 100 tabličnih računalnikov za lažje šolanje ukrajinskih otrok na daljavo

Na pobudo ministra za digitalno preobrazbo Marka Borisa Andrijiča je Telekom Slovenije predstavniku Slovenske karitas Petru Tomažiu v prostorih Škofijske karitas Novo mesto predal donacijo za 100 tabličnih računalnikov za potrebe šolanja mladih Ukrajincev, ki so zatočišče našli v Sloveniji.

V polni veliki dvorani Baragovega doma smo bili priča veselemu, toplemu dogodku, ki odzvanja vse-

splošno pozitivno naravnost slovenskega naroda k pomoči trpečim. Uvodoma je zbrane pozdravil gostitelj, generalni tajnik Škofijske karitas Novo mesto Simon Dvornik, ki je poudaril, da jim donacija tabličnih računalnikov omogoča, da pristopijo do žrtev vojne v Ukrajini, jih opremijo s tehnologijo in jih tako tudi sprejmejo v našo družbo. *»Postavitev računalniških učilnic po mreži Karitas bo beguncem omogočila vsakodnevno rabo digitalnih storitev. Donacija računalnikov je vstopna točka h gradnji kvalitetnih medkulturnih odnosov in integracije ter sprejemanja žrtev vojne v našo družbo,«* je še dodal ob svojem nagovoru.

Na dogodku donacije tabličnih računalnikov Slovenski karitas je zbrane pozdravil tudi predsednik Republike Slovenije Borut Pahor, ki se je zahvalil za dobrodelno aktivacijo pomoči potrebnim. V svojem nagovoru je povedal, da *»gre za korak, ki kaže velike reči. Vsem, ki ste tako ali drugače sodelovali pri tej akciji, želim izreči iskrene čestitke in zahvalo vsem, ki ste se danes zbrali, da bi izrazili podporo dobroti in ukrajinskemu ljudstvu,«* ter ob tem zaželel čim več upanja, da bo na koncu zmagalo dobro.

Dogodek predaje tablic so obogatili člani ukrajinskega orkestra Music for the Future, ki so zaradi vojne zapustili svoje domove in s pomočjo Slovenskega mladinskega orkestra zatočišče našli v Ljubljani. Nastopil je tudi Luan Sitari s Konservatorija za glasbo Jurij Slatkonja iz Novega mesta.





Veliko zahvalo namenjamo ministru za digitalno preobrazbo g. Andrijaniču in predstavnikom Telekom Slovenije za njihovo pobudo in dar. Zahvaljujemo se tudi predsedniku Republike Slovenije Borutu Pahorju, da je s svojo prisotnostjo dodatno obogatil dobrodelni dogodek. Hvala Gostišču Loka za pogostitev in pripravo prostora za druženje. Na koncu pa hvala tudi vsem prisotnim prostovoljcem Škofijske karitas Novo mesto za množično udeležbo, ki je dogodku še dodala novo veselo in pozitivno globino.

IZDELAVA VELIKONOČNIH BUTARIC NA ŠKOFIJSKI KARITAS NOVO MESTO

Tamara Dvornik

Vse se je začelo že v ponedeljek po tihi nedelji, ko smo se z youngCaritas odpravili iskat material za izdelavo butaric. Dobre volje smo nabirali zelenje in medtem premlevali, kako bo delavnica izgledala, koliko otrok lahko pričakujemo, kako bomo sploh lahko vse izpeljali.

Polnih vreč in polnih glav idej za izvedbo delavnice smo se vrnili domov in komaj čakali na sredo. Ta je še prehitro prišla, z njo pa tudi otroci. Sprva smo obudili naše znanje o cvetni nedelji, nato pa se lotili izdelave butaric. Če smo sami potrebovali eno uro, da smo izdelali butarico, so nekateri, še posebno fantje, delo opravili v rekordnih treh minutah.

Osupli nad otroško iznajdljivostjo, hitrostjo in ustvarjalnostjo smo zaključili delavnico. Ob prihodu zadovoljnih staršev ter njihovi pripravljenosti, da še sami ustvarjajo, smo delavnico zaključili z rajalnimi igrami.



koper

SKUPAJ V ISTEM ČOLNU

Marjana Plesničar Jezeršek

Občni zbor Škofijske karitas Koper

V soboto, 26. marca, je v Vipavi potekal občni zbor Škofijske karitas Koper. Začeli smo s sveto mašo v cerkvi Marije Tolažnice v Logu pri Vipavi, ki jo je ob so-maševanju duhovnikov daroval škof Jurij Bizjak. Zbralo se je več kot 70 sodelavcev Karitas iz celotne kopske škofije.



Nadaljevali smo v avditoriju Škofijske gimnazije Vipava, kjer smo pregledali, kaj vse smo skupaj naredili v preteklem letu. Naj povzamemo samo nekaj od vseh zbranih podatkov, ki so dostopni v našem Zborniku.

V letu 2021 je v ŠKK delovalo **987 rednih in 869 občasnih prostovoljcev**, ki so opravili **77.767 ur**, kar je nekaj manj kot pretekla leta, predvsem na račun tega, da je zaradi epidemije odpadla marsikatera prireditel ali dejavnost. Poleg tega je bila aktivna tudi Mlada karitas, **50 mladih prostovoljcev** je skupno opravilo **2.315 prostovoljskih ur**.

Skupaj smo na različne načine, od pomoči s šolskimi potrebščinami do učne pomoči in letovanj, pomagali več kot **3.500 otrokom** ter z obiski, obdaru-vanjem, materialno in drugo pomočjo več kot **6.500 starejšim, bolnim ter preizkušanim osebam**. V Centrih karitas smo zbrali in med **1.326 družin ter 884 posameznikov** (skupaj 6.055 oseb) razdelili kar **276.348 kg** hrane in higienskih pripomočkov. Približno **200** družinam in posameznikom smo pomagali tudi pri plačilu položnic, na katerih se zneski neprizanesljivo višajo.

Pregledali smo tudi delovanje dveh socialno-varstvenih programov, ki delujeta znotraj ŠKK: Popoldan na Cesti, ki deluje na področju otrok in mladih (**256 otrok in 69 prostovoljcev**), ter Pomoč brezdomcem, ki deluje kot dnevni center v Bertokih (**63 različnih oseb**).



Voditeljice DOK so se strinjale, da je njihovo delovanje v letu 2021 zaznamovala predvsem epidemija in iskanje iznajdljivih rešitev.

Ravnatelj je predstavil tudi finančno poročilo in načrt, kaj nas čaka v letu 2022.

V tretjem delu občnega zбора je nastopil g. Ervin Mozetič, ki nam je spregovoril na temo Karitas in sinoda ter podal nekaj spodbud za naše nadaljnje delovanje.

Hvaležni smo za vse, kar se skriva za temi številkami, predvsem za vsa srca, ki v duhu karitas ostajajo odprta za stisko bližnjega, in se priporočamo Bogu, da bomo skupaj, v istem čolnu, pluli še naprej.

Ljubljana

VESELITE SE S TISTIMI, KI SE VESELIJO, IN JOKAJTE S TISTIMI, KI JOČEJO

Polona Miklič

Veseli smo, da smo se po dvoletnem premoru v začetku aprila sodelavci ŠKL in prostovoljci ŽK lahko ponovno »v živo« srečali na občnem zboru. Lepo je bilo videti in pozdraviti znane obraze in lep občutek je bil, ko je preddverje dvorane na Teološki fakulteti ob tej priložnosti in številnih udeležencih ponovno zaživevalo.

Zjutraj smo se najprej zbrali v ljubljanski stolnici, kjer je mašo daroval ljubljanski nadškof Stanislav Zore ob somaševanju duhovnikov. Iskreno se je zahvalil vsem, ki oblikujemo organizirano dobrodelno dejavnost v ljubljanski nadškofiji.

»Beseda zahvale najprej velja prostovoljcem. Veliko vas je in vi, dragi prostovoljci, ste najbližje tistim, ki so potrebni pomoči in prosijo zanjo. Včasih morda niti ne prosijo. Vsi namreč vemo, da je prositi težko, saj je ljudi sram, če jim primanjkuje sredstev za vsakdanje življenje in skrivajo stanje, v katerem so se znašli, dokler le morejo,« je najprej nagovoril prostovoljce in nato še sodelavce ŠK. »Na vas, dragi voditelji Škofijske karitas, je tudi odgovorna naloga, da ste s pozorno budnostjo in pretanjenim poslušom za človeka in za njegove odnose z drugimi sposobni zaznati tudi tiste potrebe, ki presegajo pakete s hrano, z oblačili in s

plačevanjem položnic. Gre za tiste potrebe in stiske ljudi, ki jemljejo svetlobo in prihodnost življenju. Za tiste potrebe in stiske, ki zagrenijo vsako jed in zvodenijo vsako upanje. Za tiste potrebe in stiske, ko se zdi, da ljudem nič ne manjka, in vendar je njihovo življenje prazno, brez upanja, brez luči in veselja. Te potrebe veliko globlje in usodnejše zaznamujejo človeka in njegovo življenje kot zgolj pomanjkanje materialnih dobrin.«

Vsem nam bodo v spodbudo njegove besede: »Dovolite mi, da vam rečem, da morate prositi Boga, naj on sam skozi vaše oči gleda na vse ljudi, ki jih srečujete. Naj on sam poskrbi, da bodo vaše oči zagledale tudi ljudi, ki so pomoči potrebni. Vaš pogled naj postane Božji pogled, pogled, poln sočutja in nežnosti, kakor pravi papež Frančišek. In naj vam potem tudi Bog sam navdihne način in besede, s katerimi boste lahko nagovorili te brate in sestre v pomanjkanju, čeprav sami morda ne bodo naredili potrebnega koraka.«

21





Z letošnjim geslom »Veselite se s tistimi, ki se veselijo, in jokajte s tistimi, ki jočejo« (Rim 12,15) smo želeli poudariti osrednjo temo občnega zbora, to je sočutje oziroma empatija, ki ji je bilo posvečeno tudi predavanje dr. Ive Nežič Glavica z naslovom *Empatija, ključ do sočloveka in narave*. Med drugim je predavateljica poudarila ključni pomen empatije pri našem delu. »Empatija nam omogoča, da zaznamo, začutimo na primer stisko drugega, a se z njo ne poistovetimo; jo razumemo, hkrati pa smo se sposobni od nje distancirati. Empatija mora biti sočutna in sposobna simpatije, kajti brez tega lahko postane zgolj hladna preračunljivost. ... Prava, resnična vrednost empatije se pokaže v vzpostavljanju in ohranjanju medosebnih odnosov, saj nam prav empatija omogoča pravo mero in obliko sočutja z drugim in nas vodi v altruizem.«

Poročilo o delu ŠK in ŽK v preteklem letu je pripravila Alenka Petek, vodja socialne službe, finančno poročilo pa računovodkinja Lidija Dolenc Jakšič.

Nenazadnje ne gre pozabiti na glasbeni nastop klape Lumin, ki je nas je ogrela na ta siv in hladen dan. Njen član je naš sodelavec Milan Capuder in lepo ga je bilo videti na odru in v povsem drugačni vlogi, kot smo ga vajeni.



Škofijska karitas Ljubljana in ŽK ljubljanske nadškofije v letu 2021

Preteklo delo ŠKL v številkah

prostovoljci	3.138 prostovoljcev na ŽK je opravilo 141.599 ur prostovoljnega dela 42 prostovoljcev na ŠK je opravilo 7.838 ur prostovoljnega dela
materialna pomoč hrana	- EU hrana 371.141 €, 22.114 prejemnikov - standardni paketi 215.626 € - podarjena hrana 264.567 € - ozimnica 7.508 €, 176 družin
pomoč pri plačilu položnic	127.141 € plačilo položnic za osnovne življenjske stroške 59.195 € namenske pomoči 57.959 € akcija Družina, 248 družin 85.783 € akcija Šolske potrebnosti, 1.725 otrok

Počitnice in tabori

letovanje otrok	64 otrok in mladostnikov
letovanje družin	14 družin, 59 družinskih članov
strokovno vodene počitnice	28 prostovoljcev ŽK in ŠKL
poletni tabor slepih	26 udeležencev

Ostali redni programi pomoči

SVETOVALNA DEJAVNOST	POMOČ DELOŽIRANIM OSEBAM	POMOČ REPATRIIRANIM OSEBAM IZ VENEZUELE	IZOBRAŽEVANJE ZA SVETOVALNO POMOČ	STROKOVNA PREDAVANJA ZA PROSTOVOLJCE	POMOČ V BIH
----------------------	--------------------------	---	-----------------------------------	--------------------------------------	-------------

Razdeljena pomoč župnijskih Karitas

pomoč družinam	pomoč starejšim	pomoč otrokom	pomoč brezdomcem	pomoč samskim osebam	pomoč beguncem
215.563 €	71.629 €	113.189 €	12.000 €	55.619 €	22.445 €
5.171 družin	10.605 starejših	8.648 otrok	387 oseb	2.952 oseb	2.058 družin

Zgornje tabele še zdaleč niso prikaz celotnega dela v preteklem letu, saj je vse opravljeno težko strniti v kratko poročilo. Mnogo ur in truda se ne da izmeriti in prikazati v grafih in številkah. Vse to pa je gotovo zapisano v »nebeškem knjigovodstvu«, kot je poudaril nadškof na občnem zboru.

maribor

POROČILO O DELU KARITAS V MARIBORSKI NADŠKOFIJI V LETU 2021

Darko Bračun

- 93 ŽK – pokriva področje 104 župnij
- 1.222 sodelavcev in prostovoljcev
- 95.884 ur prostovoljnega dela
- 17.868 osebam nudile pomoč



NŠKM – humanitarni programi



- 8.549 obravnáv
- 597 prošnji za poplačilo položnic in računov
- 3.065 paketov s prehrano
- 741 paketov z oblačili in obutvijo

- 69,3 t – hrane in hig. Potrebščin
- 21 t – oblačil
- 6.356 kosov druge hum. pomoči



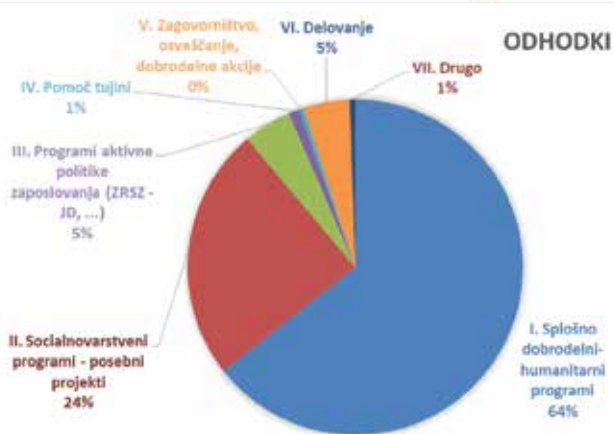
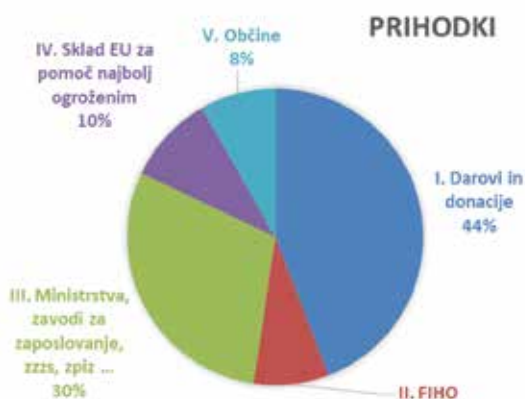
NSKM – humanitarno skladišče

- 43 ton oblačil
- 1.527 parov obutve
- 310 ton EU hrane
- 43 ton donacij hrane in higienskih potrebščin
- 319 t – Donirana hrana,
- 93 kosov različnih darovanih artiklov (stanovanjska oprema, invalidski pripomočki, ...)
- 2.608 humanitarnih prevozov – 74.434 km

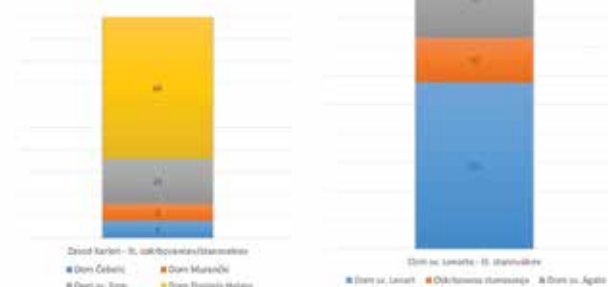




NŠKM – socialnovarstveni program Karitas



Ustanove NŠKM



Pričujoče številčne vrednosti le delno zaobjamejo vse delo, ki je bilo udeleženo po sodelavcih in prostovoljcih v mreži Karitas mariborske nadškofije. Le ti poročajo, da so največje stiske v tistih primerih, ko družine in posamezniki ne morejo poravnati osnovnih položnic za nujne življenjske potrebščine (najemnina, elektrika, voda, ogrevanje, ...) in druge sprotne obveznosti. Povečani življenjski stroški ter stroški energentov so v zadnjih mesecih največja stiska za večino prisilcev.

Na naša vrata Karitas trkajo brezposelni, ki prejmejo denarno socialno pomoč in otroške dodatke pa tudi zaposleni, ki se le s težavo prebijajo iz meseca v mesec. Vse več je upokojencev, ki kljub skromnosti težko preživijo s prejšnjo pokojnino. Opazne so tudi družine in posamezniki, ki do sedaj še niso potrebovali pomoči Karitas in so jih je nenadna stiska, bolezen oz. druge okoliščine pahnila v revščino, da ne morejo preživeti. Ti so še posebej ranljivi, saj so se prvič znašli v brezizhodni situaciji in si sami ne znajo pomagati.

Vedno pogostejše je opaziti, da imajo številni iskalci pomoči tudi težave s telesnim in duševnim zdravjem. Poleg potrebe po materialni pomoči moramo ponovno opozoriti na zelo veliko psihosocialno stisko. Zato skušamo nuditi pomoč v obliki informativnih, razbremenilnih ter svetovalnih razgovorov

murska sobota

Z MAJHNIMI KORAKI HITIMO PO POTI LJUBEZNI

Jožef Kociper

15. plenum Škofijske karitas Murska Sobota smo imeli v soboto, 2. aprila 2022, v Veržeju

Murskosoboški škof msgr. dr. Peter Štumpf je ob somaševanju duhovnikov pridigo začel z besedami: »Stiska preganjanja Jezusu ni bila neznana. To je stiska, ki jo je v sebi nosil vse od rojstva, saj je bil ves čas svoje zemeljskega bivanja begunec pred roko krivice in zločina, ki mu je grozila na vsakem koraku.« V nadaljevanju pa je izrazil zahvalo in hvaležnost sodelavcem v Karitas »za izjemno hitro in učinkovito ukrepanje pri sprejemanju beguncev iz Ukrajine«. Zaključil pa je z besedami: »Številna čudovita dela Karitas so kot ta cvetlični kruh iz nebes, ki mnoge tolaži in ohrabljuje v njihovi stiski. Naj nam nikdar ne zmanjka tega svetega kruha dobrote. Zato molimo in prosimo Jezusa in Marijo. Amen.«



Našemu plenumu se je pridružil tudi generalni tajnik Slovenske karitas Peter Tomažič z ženo, ki nas je v dvorani Marianuma tudi bogato nagovoril. Prav tako smo bili veseli našega rojaka Imreta Jerebica, ki je naš plenum tudi pozdravil.

Vsakokrat smo se na plenumu obogatili tudi z razmišljanji duhovnih in strokovnih osebnosti. Tokratni posebni gost je bil predsednik Škofijske karitas Murska Sobota Jože Hozjan, ki nas je nagovoril s predstavitvijo naših malih poti dobrotelnosti po papežu Frančišku: *»Zgled svete Terezije iz Lisieuxa nas vabi, naj z majhnimi koraki hitimo po poti ljubezni in naj ne izpustimo priložnosti za prijazno besedo, nasmeh, še tako neznamno dejanje, ki seje mir in prijateljstvo.«*



Plenumska knjižica 2022, ki smo jo ponesli s sabo, dokumentira velika karitativna dela v malih korakih, ki so nam zemeljskim ljudem običajno nevidna.

Pomurje in Škofija Murska Sobota sta v Sloveniji edinstvena po tem, da imata iste teritorialne meje. Naših **820 prostovoljcev** je v lanskem letu pomagalo **9.038 ljudem v stiski**. Zanje so bili pripravljeni podariti kar **60.724 prostovoljskih ur**.

V koronačasu zadnjih dveh let smo na župnijski ravni zaznali veliko manj sodelovanja z drugimi humanitarnimi organizacijami, prav tako tudi med občestvi znotraj župnij. Morda pa so poskušali ta manko nekako nadomestiti s povečanim obveščanjem preko župnijskih listov.

Na župnijskih Karitas so v okviru programa pomagali **družinam oz. 6.042 posameznikom, 1.602 starejšim ljudem in 591 posameznikom ter 803 otrokom**. Skupno je materialno pomoč prejelo **8.235 ljudi**, z oblačili pa so pomagali z **12.823 kg**. Velike omejitve obiskovanja starejših in bolnih so poskušali

nadomestiti s telefonskimi pogovori, predvsem pa s pošiljanjem pozdravov preko sorodnikov in prijateljev.

Pri obravnavi večjih stisk smo na škofijski ravni v lanskem letu priskočili na pomoč z obravnavo **892 prošenj**. V preteklih letih smo skupaj obravnavali že 17.647 prošenj.

Na Škofijski karitas Murska Sobota smo v lanskem letu imeli **694.147,24 EUR prihodkov in odhodkov**. V Prvem pomurskem materinskem domu s svetovalnico imamo pripravljenih 20 rednih postelj, vendar so potrebe po tovrstni pomoči vsako leto večje. V lanskem letu smo v povprečju imeli zasedenih **23 postelj**. Kar nekaj mamic smo morali sprejeti v dnevni prostor. Prav tako smo tudi v svetovalnici morali skorajda podvojiti obravnave napram odobreni

vlogi na Ministrstvu za delo družino socialne zadeve in enake možnosti. Za izvajanje tega programa smo namenili **257.867,17 EUR**.

V Lazarjevem domu, ki je v samem središču Murske sobote v škofijski stavbi, je med vsemi programi najbolj prepoznavna ljudska kuhinja. Skupaj z Mestno občino Murska Sobota in Centrom za socialno delo smo v začetku leta 2014 načrtovali pomoč s toplim obrokom za okrog 40 ljudi. Že takoj po otvoritvi ljudske kuhinje smo zaznali mnogo višje potrebe. Tako smo se morali omejiti na 80 toplih obrokov na dan, kar smo Občina in mi še zmogli. V lanskem letu smo za ta program za **19.293 toplih obrokov** skupaj porabili **95.264,04 EUR**.

V zaključku 15. plenuma je ga. Danica Kocet prejela zahvalno listino za 30 let vodenja Župnijske karitas Turnišče.

V letu 2022 je koronavirus žal zamenjala vojna v Ukrajini, ki nam je poslala mnoge matere z otroki. Hvala vam, dobri ljudje, ki ste jim ponudili streho nad glavo.



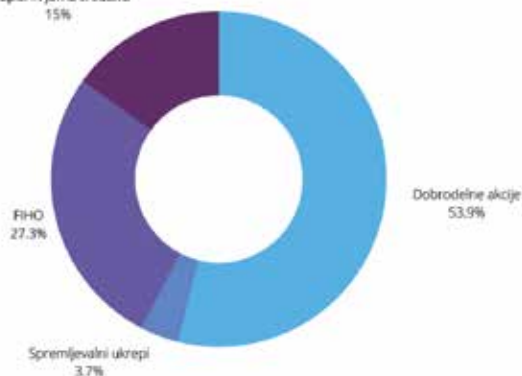
Novo mesto

Škofijska karitas Novo mesto 2021

V letu 2021 smo pridobili status humanitarne organizacije v javnem interesu

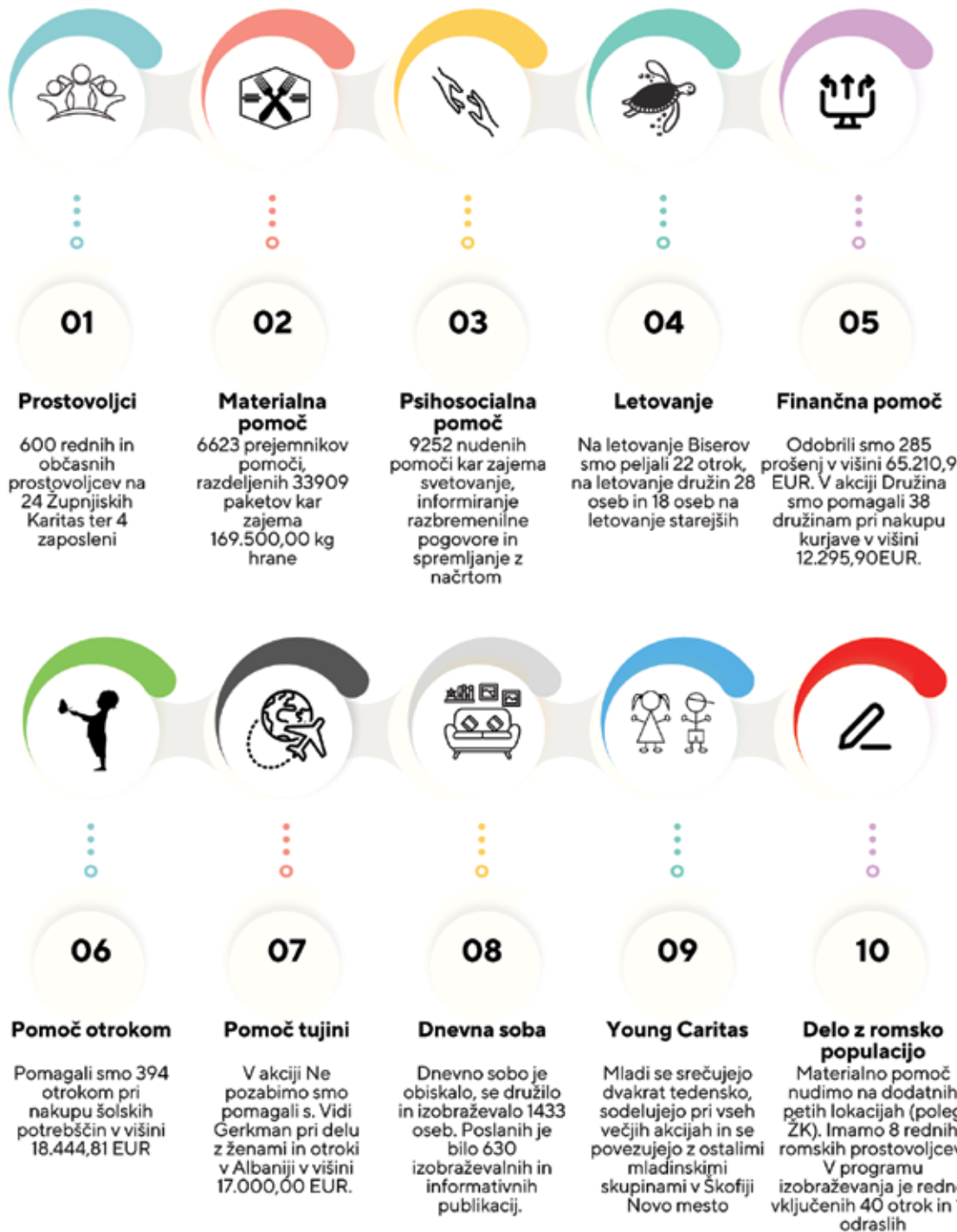
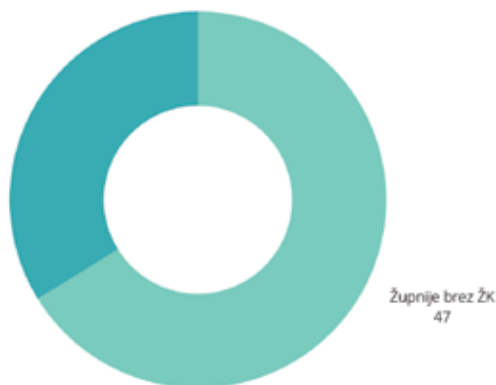
Viri prihodkov v letu 2021

Razpisi in javna sredstva
15%



Število župnijskih karitas v Škofiji Novo mesto

Župnijske
karitas
24





slovenska kartas

POROČILO O DEJAVNOSTI KARITAS V LETU 2021

Peter Tomažič

V letu 2021 je v Sloveniji v okviru mreže Karitas delovala krovna organizacija Slovenska karitas, šest škofijskih Karitas, 453 župnijskih in območnih Karitas ter dva zavoda, ki izvajata socialno-varstvene programe na področju pomoči ženskam v stiski in pomoči zasvojenim. V Karitas je v letu 2021 delovalo **več kot 9.000 prostovoljcev**, ki so skupaj opravili **543.300 ur** prostovoljnega dela.

V letu 2021 je bilo v različne programe Karitas vključenih več kot 114.000 oseb, od tega več kot 21.900 otrok in 26.700 starejših.

Pomoč v hrani je skupaj prejelo 89.700 oseb:

- 74.100 staršev z otroki in posameznikov,
- 15.030 starejših ter
- 624 brezdomcev.

ODHODKI MREŽE KARITAS	2021
I. SPLOŠNO-DOBRODELNI PROGRAMI	
Pomoč družinam in posameznikom	3.559.930,50
Pomoč ob večjih nesrečah in stiskah	316.333,85
Pomoč otrokom	766.118,80
Pomoč starejšim, bolnim, invalidnim ...	649.682,89
Poklonjena hrana in material – od podjetij	1.023.606,68
Drugi manjši programi	265.695,79
SKUPAJ (splošno-dobrodelni)	6.581.368,51
II. SPECIFIČNI SOCIALNI PROGRAMI	
Pomoč zasvojenim	963.459,05
Pomoč ženskam v stiski	814.116,08
Pomoč migrantom in žrtvam trgovine z ljudmi	292.255,63
Pomoč brezdomcem in brezplačna ambulanta	542.087,56
SKUPAJ (specifični)	2.611.918,32
SKUPAJ PROGRAMI POMOČI V SLO (I. + II.)	9.193.286,83
III. Pomoč tujini	1.270.296,33
IV. Zagovorniške kampanje, izobr., osvešč.	274.299,11
V. DELOVANJE	873.117,04
VI. STROŠKI DOBRODELNIH AKCIJ	168.122,52
SKUPAJ ODHODKI (I., II., III., IV., V., VI.)	11.779.121,82

* 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.

V sklopu materialne pomoči je bilo razdeljenih 3.050 ton hrane. Karitas je pomagala tudi z rabljenimi oblačili, higienskimi pripomočki in kurjavo. Dodatno pomoč je prejelo:

- 11.013 oseb pomoč v obliki plačila položnic,
- 1.382 oseb ob večjih stiskah, naravnih in drugih nesrečah,
- 12.950 otrok šolske potrebščine v obliki paketa ali bonov za delovne zvezke,
- 1.684 osnovnošolcev in dijakov pomoč pri plačilu kosila, prevoza in obšolskih dejavnosti,
- 482 otrok je bilo vključenih v Botrstvo in Posvojitev na razdaljo.

Svetovanje in socialno vključevanje (omejen obseg zaradi epidemije):

- Strokovni delavci in usposobljeni prostovoljci na škofijskih in župnijskih Karitas so izvedli več kot 9.470 individualnih svetovanj, v katera je bilo vključenih 4.203 gospodinjstev.
- V različne oblike družabnih dogodkov je bilo vključenih 2.663 starejših.

- Prostovoljci so v več kot 46.800 obiskih razveselili preko 22.200 starejših.
- 1.334 družinskih članov iz socialno ogroženih družin je bilo vključenih v strokovno vodene skupine, delavnice in izobraževanja.
- Več kot 8.600 otrok je bilo vključenih v obdarovanja, 5.100 v delavnice in 256 v centre za mlade in otroke.
- 609 otrok, družinskih članov in starejših je bilo vključenih v letovanje v Portorožu in v Soči.

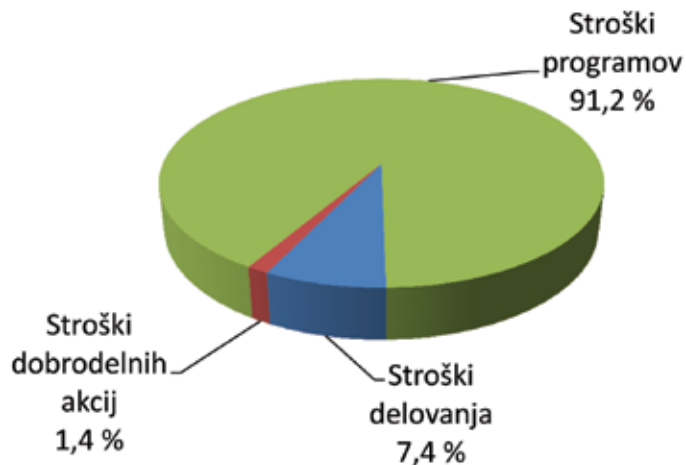
Socialno varstveni programi

Poleg splošno dobrodelnih programov organizacije Karitas izvajajo tudi socialno varstvene 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 204 žensk in otrok, v šestih sprejemnih in terapevtskih centrih ter v komunah je bilo vključenih 123 odvisnikov in v zavetiščih za brezdomce je bilo oskrbe deležnih 77 oseb. V ljudskih kuhinjah je hrano redno prejelo 653 oseb.



Prikaz glavnih skupin odhodkov v deležih glede na celotne odhodke mreže Karitas v letu 2021

Vrste odhodkov mreže Karitas v letu 2021



* V skladu z metodologijo, ki jo uporablja FIHO, med stroške programov štejemo 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 štejemo 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 (poština, delo, tisk, stroški prireditev itd.)

Celotna mreža Karitas brez koncesijske dejavnosti je v lanskem letu imela skupaj 11.779.121,82 EUR odhodkov, in sicer 91,2 % za programe, 7,4 % za stroške delovanja in 1,4 % za stroške dobrodelnih akcij.

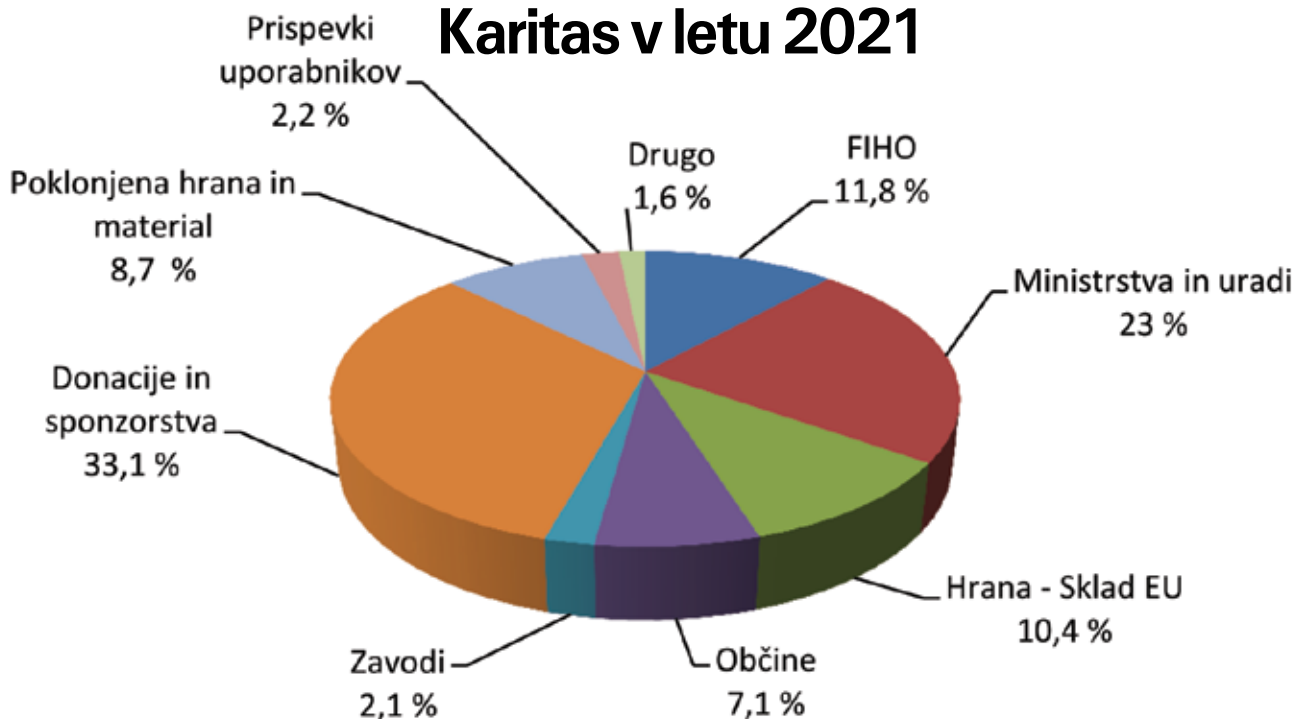
Zaposleni v Karitas

V škofijskih Karitas, zavodih in na Slovenski karitas je bilo v letu 2021 na področju splošne dobrodelnosti, v programih in splošnem delovanju redno zaposlenih 41 oseb in 14 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 socialno-varstvenih 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 61 redno zaposlenih in 9 preko javnih del.

Sedem zaposlenih je delovalo na področju preventive, izobraževanja, razvojnih programov 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 celotne dejavnosti mreže Karitas v letu 2021





V Ljubljani in Mariboru smo odprli prostore za srečevanje beguncev iz Ukrajine, kjer poleg pomoči in informacij, dobijo tudi prostor, kjer lahko delijo tudi svoje stiske in upanje v prihodnost.



Zbor sv. Nikolaja iz Litije je podaril tisto, kar ima – duhovne pesmi, ki so umirile mnoga srca bolečin, ki jih je povzročila vojna v Ukrajini in sporočile molitev za mir, ki ga Ukrajina najbolj potrebuje.



»S ponovno uporabo ohranjamo dragocene naravne vire, ki so sicer potrebni za proizvodnjo novih izdelkov in s tem ravnamo odgovorno do našega okolja,« sporočajo sodelavci ŽK Vuzenica z odprtjem Centra za ponovno uporabo.



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

