

žarek dobrote

6/XXI
junij
2023

glasilo slovenske karitas



Karitas



vsebina & napovednik

TEMA MESECA

3 ••• Dobrodelna akcija Otroci nas potrebujejo
VARUJMO ŽIVLJENJE

5 ••• Negativni vplivi kajenja

KARITAS MLADIH

5 ••• DOS – dobrodelno okrog Slovenije

6 ••• Kolo za družino iz IOK

NA OBISKU

7 ••• Trud, ki ga vlagaš v dobro, te brusi, da lahko vztrajaš

8 ••• 'Vsako človeško življenje je vredno

9 ••• Dejavnja ljubezen stori, da smo

10 ••• Zaključek literarnega natečaja Beseda zdravi

11 ••• Beseda zdravi

12 ••• Prisluhni in zaupaj

12 ••• Okrepiti bratske in medkulturne vezi

CELJE

13 ••• Druženje ob kavi in gibanje v naravi

13 ••• Počitnice za starejše

KOPER

14 ••• Mozaik dobrote v Spodnji Idriji

15 ••• Družina, ognjišče ali pogorišče?

16 ••• Dvigalo za Danija

16 ••• Občinska nagrada župnijskim Karitas
v Občini Renče-Vogrsko

17 ••• S svojo preprostostjo je znala ljudi potolažiti

18 ••• Obiskale so nas Bele žene, varuhinje rek

LJUBLJANA

18 ••• Obisk Caritas Vrhbosanske nadškupije v Ljubljani

19 ••• Romanje župnijskih Karitas ljubljanske nadškofije
po Dolenjski

MURSKA SOBOTA

20 ••• ŽK Turnišče na obisku na ŠK Ljubljana

21 ••• Caritas Internationalis v bratski povezanosti

23 ••• Nagradna križanka

• FOTO NASLOVNA in ZADNJA STRAN Zdenka Stilogoj •

IZDAJA:  **Karitas** Kristanova 1 • SI-1000 Ljubljana
• info@karitas.si • www.karitas.si • TELEFON: 00386 1 300 59 60 •
ODGOVARJA: Peter Tomažič, generalni tajnik Slovenske karitas •
UREDNIŠKI ODBOR: Darko Bračun, Polona Miklič, Marjana Plesničar
Jezeršek, Marjan Dvornik, Barbara Godler, Peter Perše, Karlo Šmudiš,
Helena Zevnik Rozman • UREDNICA: Helena Zevnik Rozman •
LEKTORIRANJE: Majda Strašek Januš • OBLIKOVANJE & GRAFIČNA
PRIPRAVA: Andrej Šauperl • ZALOŽILO: Ognjišče, d.o.o. • TISK:
Grafično podjetje SCHWARZ d.o.o., Ljubljana • Poština 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

55. NARODNO ROMANJE

BOLNIKOV, INVALIDOV
IN STAREJŠIH NA BREZJE



Romanje vodi **dr. Andrej Saje**, novomeški škof
in predsednik Slovenske škofovske konference.

9.00 molitev rožnega venca in petje
10.00 slovesna romarska sveta maša
13.00 večernice s petimi litanijami

Vabimo bolnike, invalide in starejše,
da se udeležijo romanja.
Sodelavce Karitas vabimo, da organizirajo
romanje v svojih župnijah.



SEMINAR KARITAS 2023

Tema: Paliativna oskrba in spremljanje umirajočih

Termin	Lokacija
22. in 23. 9. 2023	Zavod Marianum, Veržej
6. in 7. 10. 2023	Dom sv. Jožef, Celje
20. in 21. 10. 2023	Stella Maris, Strunjan
27. in 28. 10. 2023	Samostan Stična

Karitas 

Teden Karitas

27. 11. – 3. 12. 2023

geslo: **UPANJE ZA VSE!**

29. 11. Romanje na Ponikvo
29. 11. Klic dobrote
3. 12. Nedelja Karitas

**tema meseca****DOBRODELNA AKCIJA
»OTROCI NAS POTEBUJEJO«**

Mojca Kepic

»V Center karitas je po pomoč prišla mama samo-hranilka, ki je po težavni ločitvi ostala sama s tremi šoloobveznimi otroki. Gospa ima redno zaposlitev, a stroški, ki se mesečno naberejo tako za osnovne življenjske potrebe kot za šolske obveznosti in obšolske dejavnosti, presegajo njene zmožnosti. Oče preživnino plačuje neredno, zato pridejo meseci, ko je paket živil, ki ga prejme na Karitas, več kot dobrodošel. Otrokom želi omogočiti brezskrbno otroštvo in predvsem, da zaradi socialnega položaja, v katerem so se znašli, ne bi bili zaznamovani med svojimi vrstniki ter bi lahko še naprej razvijali svoje veščine v športu, ki jih veseli. Ob koncu šolskega leta je izrazila skrb, kako bo nakupila vse šolske potrebščine, ki jih bodo otroci v novem šolskem letu potrebovali. Z iskreno hvaležnostjo je sprejela zvezke in druge šolske potrebščine, ki smo ji jih ponudili, ter ob naslednjem obisku povedala, da so bili tudi otroci veseli novih potrebščin.«

To je le ena izmed mnogih zgodb, zaradi katerih Slovenska karitas v drugi polovici junija začne z dobrodelno akcijo **Otroci nas potrebujejo**, ki je namenjena zbiranju materialnih in finančnih sredstev za pomoč socialno ogroženim družinam s šoloobveznimi otroki, ki potrebujejo pomoč pri nakupu šolskih potrebščin. Tudi letos pričakujemo, da bo vsaj 12.000 otrok potrebovalo tovrstno pomoč na Karitas. Lani smo s šolskimi potrebščinami pomagali 12.349 otrokom po vseh župnijskih in škofijskih Karitas. Skupna pomoč v šolskih potrebščinah in pri položnicah je presegla 437.178 EUR. Stiske žal ostajajo v podobnem obsegu kot v preteklih letih oziroma se na nekaterih območjih celo povečujejo. Tudi letos številne družine s šoloobveznimi otroki prosijo za pomoč. Še posebej tiste, ki so prizadete zaradi nizkih dohodkov staršev, bolezni in drugih težkih okoliščin. Prav vse lepo vabimo k darovanju in podpori otrokom ob vstopu v novo šolsko leto.

»Pomoč v Centru karitas prejema petčlanska družina iz mestnega okolja. Oba starša sta zaposlena za minimalno plačo, otroci pa obiskujejo osnovno šolo. Živijo v najemniškem stanovanju, kar pomeni, da plačujejo visoko najemnino. Poleg najemnine morajo poravnati še vse ostale življenjske stroške pa tudi stroške, ki jih prinese šola. Plačljivih obšolskih dejavnosti si ne morejo privoščiti. Večkrat na leto se zgodi, da jim enostavno zmanjka denarja za plačilo vseh položnic, in takrat se obrnejo na Karitas, da jim pri tem

pomagamo. Pred začetkom šolskega leta so še posebej hvaležni za vsakršno pomoč, saj je nakup vseh potrebščin za tri otroke velik, prevelik zalogaj. Pomagamo jim z bonom za šolske potrebščine pa tudi z zvezki in drugimi potrebščinami, ki se zberejo v akciji Pokloni zvezek. Mama včasih skrušeno pove, kako hudo ji je, da mora, kljub temu da oba z možem pošteno delata, za pomoč prositi tudi nas.«

Darove zbiramo na:

**Slovenska karitas, Kristanova ulica 1,
1000 Ljubljana,
TRR: SI56 0214 0001 5556 761, sklic: SI 00 362,
namen: Otroci nas potrebujejo.**

Darujete lahko tudi s poslanim **SMS-sporočilom** s ključno besedo **ZVEZEK5 na 1919**, in prispevali **bo-ste 5 €** za šolske potrebščine.

Zgibanke s položnico bodo na voljo tudi po vseh župnijah in na spletni strani karitas.si.



»V Centru karitas pomagamo družini s sedmimi otroki: dva sta še predšolska, štirje so osnovnošolci, eden pa je že srednješolec. Zaposlen je samo oče, mama pa doma skrbi za otroke in manjši košček zemlje, na katerem pridelajo nekaj zelenjave. Pred začetkom novega šolskega leta se znajdejo v stiski, kako vsem otrokom omogočiti, kar potrebujejo in kar si želijo, zato jim že več let pomagamo tudi z zvezki in drugimi potrebščinami, ki se zberejo v akciji Pokloni zvezek, ter boni za šolske potrebščine. V lanskem letu smo jim tako ponudili dve lepo ohranjeni šolski torbi, ki ju je mama z veseljem sprejela. Ob naslednjem obisku je ganjena povedala: 'Ne veste, kako se je moja hčerka razveselila, ko sem domov prinesla šolsko torbo. Ravno takšno si je želela!«

Učenci v osnovnih šolah in otroci v vrtcih do 9. junija 2023 v okviru akcije Pokloni zvezek še vedno zbirajo nove velike črtaste zvezke. Zbrane zvezke bodo sodelavci Karitas avgusta oz. do začetka novega šol-



skega leta razdelili šoloobveznim otrokom iz socialno ogroženih družin. Mnogi pa bodo deležni pomoči tudi pri nakupu drugih šolskih potrebščin.

»V program Karitas Popoldan na Cesti so med drugim vključeni tudi otroci iz priseljenih družin. Obiskujejo slovensko šolo in se šele učijo slovenskega jezika, kar se odraža na ocenah, ki niso dobre. Največkrat ti otroci ponavljajo razred, ker ne znajo dovolj slovensko, da bi bili uspešni še pri drugih predmetih. Starši so nemočni, saj jim ne morejo pomagati, ker tudi sami ne znajo jezika. Očetje delajo, matere pa so največkrat doma in skrbijo še za mlajše otroke. Program obiskujeta brat in sestra, stara 10 in 13 let. Veliko vadimo slovenščino. Oče še nekako zna slovensko, mati pa sploh ne. Domače naloge delajo po zmožnostih, otroka potrebuje veliko pomoči. V družini je zaposlen samo oče, mama je gospodinja in skrbi za dom ter najmlajšega otroka, ki se bo naslednje leto vključil v šolo. Družina potrebuje pomoč, ker imajo veliko stroškov za vse šolske potrebščine, oblačila in obutev. Z enim dohodkom je težko zagotoviti vse, kar otroci potrebujejo za šolo, in so veseli vsakršne pomoči. Pred začetkom šolskega leta se razveselijo tudi zvezkov in drugih šolskih potrebščin.«

Stiske družin, ki jim Karitas pomaga, so zapisale strokovne sodelavke ŠK Koper.

Varujmo življenje

NEGATIVNI VPLIVI KAJENJA

zbrala: Helena Zevnik Rozman

Letno zaradi tobaku pripisljivih bolezni umre 3.123 prebivalcev Slovenije, kar pomeni 60 tobaku pripisljivih smrti vsak teden. Nekaj več kot polovico tobaku pripisljivih smrti beležimo med moškimi (57 %). Tobaku je pripisljiva skoraj vsaka šesta smrt (15 %), med moškimi skoraj vsaka peta smrt (18 %), med ženskami skoraj vsaka sedma (13 %). Zavedati se moramo, da bi vse te smrti lahko preprečili, če ne bi kadili.

Najpogostejši vzrok tobaku pripisljivih smrti je rak – vsaka druga tobaku pripisljiva smrt je posledica raka. Bolezni srca in žilja so vzrok skoraj vsaki tretji tobaku pripisljivi smrti, bolezni dihal pa vsaki šesti. Vendar pri tem obstajajo znatne razlike med spoloma. Pri moških je rak vzrok skoraj dvema tretjinama tobaku pripisljivih smrti, pri ženskah pa sta glavna vzroka tobaku pripisljivih smrti rak ter bolezni srca in žilja, vsak v približno enakem odstotku.

Letno zaradi tobaku pripisljivih bolezni umre 1.188 prebivalcev Slovenije mlajših od 70 let. Prezgodnje smrti predstavljajo 38 % vseh tobaku pripisljivih smrti. Večino tobaku pripisljivih smrti beležimo med moškimi (70 %). Tobaku je pripisljiva skoraj vsaka četrta prezgodnja smrt (24 %). Pri prezgodnji umrljivosti ima torej tobak obsežnejše posledice kot pri celokupni umrljivosti, kjer je tobaku skupno pripisljiva vsaka šesta smrt.

Trend smrti se zadnjih 20 let rahlo znižuje, kar je opaznejše pri moških kot pri ženskah, kjer je celo nekoliko večji.

V Sloveniji kadi skoraj vsak četrti odrasli prebivalec, pasivno kadi približno vsak peti, tobaknemu dimu pa je izpostavljeno tudi znatno število otrok in mladoletnikov. Kjer kadijo kadilci, tudi nekadilci vdihavajo tobačni dim – iste škodljive snovi kot kadilci. Tobakni dim vsebuje več kot 7.000 različnih kemičnih snovi, stotine od teh so škodljive zdravju, okoli 70 jih povzroča rak. Varne ravni izpostavljenosti tobaknemu dimu ni; kakršenkoli obseg izpostavljenosti tobaknemu dimu je zdravju škodljiv.

Ne dovolite, da kdo kadi kjerkoli v vašem domu. Ne dovolite, da kdo kadi v vašem avtomobilu, tudi če so odprta okna avtomobila ali je vključeno prezračevanje. Kajenje v tako majhnem prostoru, kot je avtomobilska kabina, privede do visokih ravni škodljivih snovi iz tobačnega dima, ki so podobne tistim v zakajenih lokalih ali pa jih celo presežejo. V največji možni meri poskušajte zagotoviti, da nihče ne kadi v bližini vas in vaših otrok. Če kadite, opustite kajenje.

Posamezne skupine prebivalcev so še posebej ranljive za učinke izpostavljenosti tobaknemu dimu, to so še nerojeni otroci, dojenčki, majhni otroci in nosečnice. Posledice izpostavljenosti so lahko prezgodnji porod, nizka porodna teža otroka, zajčja ustnica, volčje žrelo, nenadna smrt dojenčka, pogostejše kot pri neizpostavljenih otrocih so okužbe spodnjih dihal, bolezni srednjega ušesa, astma ali njeno poslabšanje ter številne druge bolezni in zdravstvene težave. Tudi bolniki s kroničnimi boleznimi, npr. dihal, srca in ožilja, sodijo med ranljivejše skupine za škodljive učinke izpostavljenosti tobaknemu dimu.

Nikotin lahko spremeni možgane tako, da hrepenijo še po več nikotina, kar vodi v zasvojenost. Uporaba



nikotina med otroci, mladostniki in mladimi pa lahko privede tudi do dolgotrajnih negativnih učinkov na pozornost, učenje, spomin, počutje, povečuje impulzivnost, tesnobo in tveganje za uporabo drugih drog.

Opustitev kajenja je koristna za zdravje v katerikoli starosti, največje koristi pa prinaša pred 40. letom starosti. V Sloveniji so kadilcu na voljo različne vrste dodatne pomoči pri opuščanju kajenja. Brezplačni **svetovalni telefon za pomoč pri opuščanju kajenja na številki 080 2777** deluje vsak dan, tako med delavniki kot tudi med vikendi in prazniki, med 7. in 10. uro ter med 17. in 20. uro. Na tej telefonski številki lahko posameznik pridobi vse potrebne informacije glede različnih vrst pomoči za opuščanje kajenja, lahko pa se s svetovalcem tudi dogovori za podporo pri opuščanju kajenja preko telefona.

https://niz.si/wp-content/uploads/2021/12/Tobaku-pri-sljiva-umrljivost-v-Sloveniji_1997_2019.pdf

<https://niz.si/zivljenjski-slog/tobacni-in-povezani-izdelki/izpostavljenost-tobacnemu-dimu-lahko-resno-ogrozi-zdravje-odraslih-in-otrok/>

<https://niz.si/zivljenjski-slog/tobacni-in-povezani-izdelki/nikotin-in-zasvojenost-informacije-za-mladostnike/>

karitas mladih

DOS – DOBRODELNO OKROG SLOVENIJE

Bernarda Narobe

foto: Vid Ponikvar / Sportida photo agency

DOS je največji vseslovenski humanitarni dogodek, ko Dami Zupi, idejni kolesar projekta, skupaj s 25 kolesarji prekolesari traso okrog celotne Slovenije. V petih dneh kolesarji prevozijo 1.225 km s cestnimi kolesi. Letošnji DOS je potekal med 2. in 6. majem.

Glavni namen je zbiranje sredstev za nakup koles za otroke iz socialno ogroženih družin, pri čemer je glavni koordinator Slovenska karitas. Dogodku se je letos pridružila tudi Zveza društev diabetikov Slovenije, s pomočjo katere je potekalo ozaveščanje o sladkorni bolezni.



Dogodek je združeval tako mlade prostovoljce, ki so ponudili svoje roke in čas ter sodelovali pri izvedbi, kot tudi starejše prostovoljce iz župnijskih Karitas, s katerimi smo se srečali na poti okoli Slovenije. Hvala vsaki župnijski in škofijski Karitas, ki ste kolesarje in ekipo vedno dobrosrčno pričakali in sprejeli. DOS si prizadeva za promocijo dobrotelosti in zdravega načina življenja po vsej državi. V petih dneh kolesarjenja okoli Slovenije, kjer udeleženci prevozijo nekaj več kot 1.200 kilometrov, se kolesarji soočijo z različnimi izzivi na poti, s številnimi nasmehi, iskricami v očeh. Pot je težka, a hkrati nagradujoča izkušnja, ki pripomore k zavedanju o dobrih delih ter uresničevanju pomembnih družbenih ciljev.



»DOS je pri meni pustil zelo dober vtis. Zanimivo je, koliko ljudi je pripravljenih pomagati ljudem v stiski. Želim si, da bi bilo še veliko takih projektov.« (Valerija, prostovoljka promo ekipe)

»Dobrodelno okrog Slovenije je prav poseben dogodek tako za kolesarje kot za prostovoljce. Čeprav so





osrednji del dogajanja res kolesarji, smo ravno prostovoljci tisti, ki dogodek osmišljamo in povzdvigamo iz navadnega kolesarskega maratona v karitativni in dobrodelni dogodek. Skupaj stremimo k istemu cilju in vlagamo ogromno časa in truda, da bi osrečili čim več ljudi. Na koncu se naporno delo in pomanjkanje spanca v celoti poplačata, če se le ustaviš in pomisliš, koliko otrok bo letos prav zaradi DOS-a lahko kolesarilo.» (prostovoljec Matija, voznik spremljevalnega vozila)

6

KOLO ZA DRUŽINO IZ IOK – PROJEKT DOS

Brigita V. in Pavla B.

V Istrski območni Karitas smo sredi aprila prejeli povabilo k sodelovanju v projektu DOS – Dobrodelno okrog Slovenije. To je projekt, v katerem se s pomočjo kolesarjev zbirajo sredstva za nakup koles za otroke iz socialno ogroženih družin. Odločili smo se za sodelovanje s pripravo stojnice in povabili k udeležbi tudi župnijske Karitas in uporabnike drugih programov v okviru Škofijske karitas. Veseli smo bili odziva uporabnikov programa MOST – reintegracija oseb po zaključeni socialni rehabilitaciji zaradi zasvojenosti z alkoholom. Še posebno smo se razveselili njihove ponudbe, da pripravijo pecivo za pogostitev kolesarjev in obiskovalcev na stojnici.

Dogodek je bil napovedan za torek zvečer – 2. maja, zaključek počitnic in prazničnih dni. Vse dni do torka je bilo vreme lepo, prav v torek, ko so kolesarji startali v Novem mestu in imeli predvideno etapo do Kopra in Portoroža, pa je skoraj ves dan deževalo. Toda pogumni kolesarji in tudi kolesarke se niso dali in so vztrajali celo etapo. V Kopru smo jih v Taverni pričakali okoli 18. ure z mogočnim aplavzom. Prikolesarili so ponosni in veseli, da jim je uspelo. Pogovarjala sem se s kolesarko z Dolenjske, ki mi je povedala, da je treba veliko treninga, usklajevanja v službi in družini. Vendar je ob doseženem rezultatu vse poplačano. Na stojnici Karitas smo zbirali prostovoljne prispevke. Dobri ljudje so darovali nekaj evrov, ki smo jih izročili vodji projekta pri Slovenski karitas.

V zadnjih dneh pred prazniki pa smo izvedeli, da bomo prav v Kopru prejeli prvo darovano kolo iz te akcije. Po pogovorih s sodelavkami Karitas je bila izbrana družina iz Sečovelj, ki je v težki finančni situaciji. Imajo dva otroke v zadnji triadi osnovne šole, a jima zaradi nizkih dohodkov ne morejo kupiti kolesa. Kolo je še pred kolesarji prispelo v Koper. Ker družina nima prevoza, da bi ga lahko prevzeli v Kopru, je to opravila voditeljica IOK in poskrbela, da je kolo potovalo naprej do Portoroža. S pomočjo g. Marjana iz programa Vrtnica je bilo kolo že naslednji dan pri družini. Veselje pa žari s fotografije.

Hvala in Bog povrni vsem, ki so v tej akciji sodelovali.



MLADI se predstavijo

Živjo, sem Eva Lavriha in sem študentka petja na Akademiji za glasbo v Ljubljani. Prihajam iz Sostrega, kjer sem od soanimatorke tudi prvič slišala za Bisere. Ta soanimatorica me je pred šestimi leti pripeljala na Bisere, kjer sem vsa ta leta vztrajala v vlogi animatorke, letos pa se bom prvič predstavila v vlogi voditeljice.

Prostovoljstvo: Poleg svojih šestih let na Biserčkih sem bila nekajkrat tudi animatorica na oratoriju. Tu in tam pa sem tudi pela na kakšni dobrodelni prireditvi.

Hobiji: Petje, ustvarjanje, kuhanje in peka.

Najljubša hrana: Gratinirani melancanini zvitki s sirom v paradižnikovi omaki

Kraj: Težka odločitev, ker je toliko lepih krajev, ampak mislim, da je kras eden mojih najljubših.

Najljubša pesem: Mon coeur s'ouvre a ta voix – arija Dalile v operi Samson in Dalila (Camille Saint-Saëns).

Najljubši kotichek: Drevo sredi jase blizu doma.

Najljubša slovenska beseda: Hrepenenje, ker ima lep prizvok in ker je vedno lepo hrepeneti po čem lepem.





na obisku

TRUD, KI GA VLAGAŠ V DOBRO, TE BRUSI, DA LAHKO VZTRAJAŠ

Marjana Plesničar Jezeršek

Na obisku pri voditeljici Postojnske območne Karitas, ge. Anici Milavec

Za začetek vas prosim, da se nam na kratko predstavite.

Sem **Anica Milavec**, po rodu Dolenjka, sedaj pa že 35 let poročena v župniji Studeno pri Postojni. Moja osnovna izobrazba je naravoslovno-matematični tehnik. Delam pa kot pomočnica vzgojiteljice v vrtcu Sežana.

V delovanje Karitas sem se vključila leta 1992, ko smo ustanovili Župnijsko karitas Studeno. Naš tedanji župnik, g. Marjan Jakopič, je v pogovorih večkrat razmišljal, da je karitas ena od treh vej delovanja Cerkve (oznanjevanje, bogoslužje, karitas). Poudarjal je, da je karitativno delovanje Cerkve bistveno za njeno prepoznavnost.

Tako je bila na osnovi vseh pogovorov 12. decembra 1992 ustanovljena ŽK Studeno. Sprejela sem vlogo voditeljice. Gospod župnik pa nas je res zelo očetovsko spremljal, podpiral, se z nami odločal in nam svetoval.

Kaj je bilo tisto, kar vas je spodbudilo, da ste se odločili opravljati prostovoljno delo prav znotraj Karitas?

Izhajam iz tradicionalne krščanske družine. V letih odraščanja sem z g. Vinkom Kobalom hodila v Stržišče. Veliko smo se pogovarjali. Tudi o lepoti in dostojanstvu, ki nam ju daje vera. Ko sem začela delati v okviru ŽK Studeno in prevzela vlogo voditeljice, sem bila stara 27 let. Mislim, da sem iskala svojo vlogo v Cerkvi. V pogovorih, ki smo jih imeli pred ustanovitvijo ŽK z g. župnikom in ostalimi člani, sem videla veliko izzivov. Začenjali smo s prepoznavanjem materialnih stisk pri ljudeh. Veliko smo si prizadevali pomagati tudi na področju osamljenosti pri starejših, z obiski za praznike, pisanjem za okrogle obletnice življenja, pa pri organiziranju delavnic za otroke ...

Zame je bil izziv tudi možnost sodelovanja Karitas s krajevnim kulturnim društvom, v katerem sem bila aktivna. Zelo sem vesela, da smo lepo sodelovali pri različnih praznikih, ne glede na versko pripadnost.

Glede na vse naštetu lahko rečem, da me je življenje nekako peljalo v prostovoljstvo znotraj Cerkve.

Ste najmlajša med voditelji DOK znotraj ŠK Koper. Kaj mislite, da bi med sodelavce Karitas privabilo več mlajših prostovoljcev?



Zelo težko vprašanje. Objektivno si mlajši ljudje še postavljajo pogoje za poklicno in družinsko življenje. To jim vzame veliko časa.

Osebnostno pa mislim, da je biti prostovoljec, sodelavec Karitas, razmišljati o tej vlogi zelo težko, če nimaš iz svoje družine ali okolice izkušnje, zgleda, kako

to delo poteka. Da ti nekdo, ki ti je blizu, ki ga ceniš, pripoveduje o lepih izkušnjah pri delu v Karitas. In o bolečih izkušnjah, ki so del življenja.

Kot družba včasih sprejemamo zelo vprašljive vrednote, in sodelovati v prostovoljni cerkveni organizaciji, ki skrbi za ljudi v različnih potrebah, ni naslovna za katerikoli medij. Tudi ta dejstva vplivajo na odločitve ljudi.

Kaj bi izpostavili kot največji izziv dela Karitas?

Karitas je cerkvena dobrodelna organizacija. Zato mislim, da je njen največji izziv delovati v skladu z evangelijskimi načeli.

Torej skrbeti za dostojanstvo človeka ne glede na to, v kakšnem socialnem položaju se nahaja. In obenem skrbeti za svoje prostovoljce, da se osebno in strokovno izpopolnjujemo. Da sodelavci Karitas s svojim delovanjem ne bi zameglili ali popačili podobe Cerkve, ki ji pripadamo. In da bi si sodelavci Karitas med sabo vedno znova osmišljali motive služenja.

Kako delo v Karitas vpliva na vas osebno?

Delo v Karitas se me je vedno in se me tudi danes zelo dotika. Rada delam z ljudmi. Se pa veselje in bolečine ljudi, s katerimi se srečujem, poznajo v mojem življenju. Ta srečanja mi dajejo na eni strani občutek veselja, da nekomu pomagam, in na drugi strani občutek nemoči, ko spoznam, da me nekatere situacije presegajo.

Za katero stvar menite, da v Postojnski območni Karitas deluje res dobro in bi se druge Karitas lahko zgledovale po njej?

Postojnska območna Karitas ima ekipo zelo mladih ljudi. Sprejeli so zelo odgovorno nalogo. Kljub temu da večina nima izkušenj pri delu v Karitas, so se lotili dela. Zelo dobro obvladajo informacijsko-komunikacijsko tehnologijo. Jaz sem z njimi slabo leto. S pomočjo zunanjih sodelavcev so lepo uredili prostore za izdajanje paketov s hrano.

Kako vidite Karitas čez 10 let, v katero smer se bo po vaše razvijala?



Karitas je, tako kot celotna Cerkev, postavljena pred izzive sodobnega sveta. Že danes vidimo, da se socialne stiske večajo. Hkrati se večajo tudi sodobna uboštva med mladimi in starejšimi (osamljenost, izključenost, rušenje vrednot, odvisnost od drog in sodobnih tehnologij ...).

Želim si, da bi karitativno delo Cerkve šlo v smer delovanja dobre družine. Da bi se imeli radi, se spoštovali, čutili drug z drugim, se znali poslušati, bili sposobni sprejemati sklepe za dobro vseh ... **Prizadevanje za dobro človeku ne uspe vedno. Trud, ki ga vlagáš v dobro, pa te brusi, da lahko vztrajaš.**



VSAKO ČLOVEŠKO ŽIVLJENJE JE VREDNO

Peter Tomažič

Gotovo smo si že ogledali kak vojaški film, v katerem vojaki za vsako ceno, tudi za ceno izgube življenja, rešujejo svoje ranjene tovariše. Take zgodbe so se in se dogajajo tudi v resnici. Lahko bi se vprašali, od kje možem tak, da tvegajo svoje življenje za svoje tovariše, od kje jim noro upanje, da kdaj rešujejo tudi ranjence, za katere vedo, da bodo zelo hitro umrli. Iz preprostega razloga, ker si nihče ne želi ostati sam, nihče noče ostati zadaj, osamljen v zadnjih minutah svojega življenja ali celo prepuščen sovražniku. Osamljenost namreč pomnoži fizično trpljenje, strah in obup. Tega ne privoščimo nikomur in trdno upamo, da se ne zgodi tudi nam. Medvojni dekan Gnidovec, ki je takrat služboval v Žužemberku, v svoji knjigi pripoveduje, kako je v vojni vihri smrtno ranjenim, civilistom in vojakom, prinašal zadnjo duhovno popotnico. In ob njem je bil velikokrat tudi ministrant. Tekla sta dobesedno med krogami in bombami, da bi prinesla Gospoda umirajočim in jim s tem pomagala na poti v večnost. Kajti umirajoči so potrebovali zagotovilo, da so potrdili svojo vero, in tako mirneje odšli na drugi svet. Številne so tudi zgodbe, kako je prijazen stavek soseda na ulici, sodelavca, bližnjega ali neznanca pomagal človeku v duševni stiski, da v tistem dnevu ni naredil samomora. Koliko splošnih zdravnikov ljudem v stiski samo s poslušanjem in usmerjanjem pomaga, da ne končajo življenja in da jim v nadaljevanju v življenje posije upanje, če je treba tudi s pomočjo zdravil in psihoterapije. Opisal sem ekstremne primere, poznamo pa tudi vsakdanje. Velikokrat, ko gremo k zdravniku in imamo hudo bolečino ali težave, se samo pogovorimo v ambulantni ali potožimo že pri sestri, in vse je za pol lažje. Tudi starejši ljudje veliko lažje prenašajo svoje tegobe, če se lahko s kom pogovarjajo, če s prošnjami in zahvalami obračajo k Bogu in če so sposobni najti vsaj nekaj, zaradi česar se lahko v prihodnosti veselijo, pa tudi če je to samo kratek

obisk svojca. Vse to govori, da je naše doživljanje težav, bolečin in duševnega trpljenja v precejšnji meri odvisno od našega okolja, naše povezanosti z ljudmi in presežnim ter solidarnosti, ki smo je v stiski deležni. Bistveno manjši del pa predstavlja realna bolečina in realna teža problema.

Mnogi živijo osamljeno v svojem nadstropju, v svojem stanovanju, v svoji sobi, v bolnišnični ali domu ... Njihov edini sopotnik je nemalokrat televizija, radio ali domača žival. »Ni nam vseeno in mar nam je za tiste, ki trpijo v tišini naših mest in potrebujejo sprejem in poslušanje,« pravi papež Frančišek. To je sporočilo tudi za Karitas. Sodelavci Karitas ne prinašamo samo materialne pomoči, ampak se z ljudmi potrudimo tudi ustaviti, jih poslušati in slišati, se jih dotakniti v njihovih ranah, ki so Jezusove rane. Ni treba, da smo heroji na bojišču ali da smo silni profesionalci, pa vendar lahko samo s sočutno besedo, dotikom, majhnimi deli in časom, ki ga poklonimo, delamo resnične čudeže. In kot pravi papež: »Človeško življenje zaradi svoje večne namenskosti ohranja vso svojo vrednost in vse svoje dostojanstvo v kakršnem koli stanju, tudi v negotovosti in šibkosti, in kot tako je vedno vredno skrajnega upoštevanja.« Zato je vedno vredno solidarnosti v vseh oblikah, v vseh potrebah, ki izhajajo iz telesne, duševne in duhovne razsežnosti vsakega človeka.

Na drugi strani pa imamo današnjo »napredno« družbo, ki nam ponuja pomoč pri samomoru in evtanazijo. Novi predlog zakona v nas hote ali nehote zbuja občutek, da smo v napoto in odveč, če smo stari ali če nam kaj manjka. Sodobna družba bi se rada izognila vsaki preizkušnji, vsakemu nelagodju, vsaki skrbi, naporu in potrpežljivosti. Tudi kristjani ne opevamo, si ne želimo in ne kličemo bolečine. Verujemo, da je za nas trpel že Jezus. Želimo in prosimo pa za Božje kraljestvo na zemlji, v katerem ni osamljenosti in trpljenja brez konca. Zato se trudimo, da bi drug drugemu pomagali s solidarnostjo in opogumljanjem. Za telesne potrebe in preprečevanje bolečine pa mora poskrbeti država z razvojem dolgotrajne in paliativne oskrbe.



DEJAVNA LJUBEZEN STORI, DA SMO

papež Frančišek

vir: Vatican News

Govor papeža Frančiška udeležencem plenarnega zasedanja Caritas Internationalis, ki je potekalo v Rimu od 11. do 16. maja 2023.

Dragi bratje in sestre.

Spričo grozot in opustošenj 2. svetovne vojne je častiti Pij XII. hotel pokazati vnemo in skrb celotne Cerkve za človeško družino zaradi tolikih okoliščin, v katerih so bila življenja moških, žensk, otrok in starejših zaradi divjanja vojnih spopadov ogrožena in ovirana v prizadevanju za celosten človekov razvoj. V preroškem duhu se je izrekal v prid ustanovitve organizacije, ki bi podpirala, usklajevala in spodbujala sodelovanje med že tako številnimi karitativnimi organizacijami, preko katerih je vesoljna Cerkv z dejanji in besedami oznanjala in izpričevala Božjo ljubezen in Kristusovo naklonjenost do ubogih, zadnjih in zavrženih.

Sv. Janez Pavel II. je hotel poudariti tesno vez, ki je že od začetka povezovala *Caritas Internationalis* s pastirji Cerkve, zlasti pa s Petrovim naslednikom, ki predseduje vesoljni ljubezni. [1] To je najprej storil tako, da je spomnil na vir ljubezni za Cerkev, na izročitev, s katero je Kristus med zadnjo večerjo sebe podaril svojim.

Nikoli ne smemo pozabiti, da je na začetku vsake naše karitativne in socialne dejavnosti Kristus, ki »je vzljubil svoje, ki so bili na svetu, tem izkazal ljubezen do konca« (Jn 13,1). V zakramentu evharistije, znamenju žive, stvarne in trajne navzočnosti Kristusa, ki daruje samega sebe za nas, ki ljubi prvi, ne da bi karkoli zahteval v zameno, »Gospod prihaja naproti človeku, ustvarjenemu po Božji podobi in podobnosti« (prim. 1 Mz 1,27), in postane njegov sopotnik. [2]

Evharistija je za človeka. Hrana in pijača nas podpira na poti, opogumljata v naporu, dvigata iz padcev, kličeta, naj svobodno sprejememo Božji vse za nas in za naše zveličanje. Pred to veliko in neizrekljivo skrivnostjo, pred brezpogojno in preobilno Kristusovo podaritvijo sebe iz ljubezni, smo začudeni in včasih prevzeti. Kot judje, ki so čutili, da so jim Petrove besede na binkoštni dan presunile srce, se moramo tudi mi vprašati: »Bratje, kaj naj storimo?« (Apd 2,27).

Vstopimo lahko v veselo in čezmerno skrivnost »povračila«, prijaznega in hvaležnega spominjanja, zaradi katerega se zahvaljujemo Bogu v odločitvi, da bomo svoj pogled obrnili k človeku, ki trpi, ki potrebuje skrb, ki je potreben naše pomoči, da bi ponovno odkril svoje dostojanstvo sina, ki ga »niso odku-



pile minljive reči, [...] ampak dragocena kri Kristusa« (1 Pt 1,18-19).

Ljubezen, ki jo ima Bog do nas, lahko vračamo tako, da postanemo znamenje in orodje za druge. Ni boljšega načina, da Bogu pokažemo, da smo razumeli pomen evharistije, kot da drugim izročimo, kar smo sami prejeli. To je način razumevanja najpristnejšega pomena *tradicije*, ko kot odgovor na Kristusovo ljubezen postanemo dar drug za drugega, oznanjamo Gospodovo smrt in vstajenje, dokler ne pride (prim. 1 Kor 11,26).

Pomembno je, da se vrnemo k izviru, k Božji ljubezni do nas, saj je identiteta *Caritas Internationalis* neposredno odvisna od poslanstva, ki ga je prejela. Od drugih agencij, ki delujejo na področju sociale, jo ločuje njena cerkvenostna poklicanost, znotraj Cerkve pa njeno služenje glede na številne cerkvene ustanove in združenja, ki se posvečajo dejavni ljubezni, označuje njena naloga sodelovati in pomagati škofom pri izvajanju pastoralne dejavne ljubezni v občestvu z Apostolskim sedežem in v soglasju z učiteljstvom Cerkve. Zahvaljujem se vam za delo, ki ga opravljate na področju partnerstva in bratskega sodelovanja, ki sta stebra katoliške identitete Karitas, in vas spodbujam, da nadaljujete po tej poti.

Da bi vas spodbudil, da s srčno širino in obnove-nim upanjem nadaljujete svoje prizadevanje v služanju dejavne ljubezni, vas želim povabiti, da pozorno ponovno preberete posinodalno apostolsko spodbudo *Radost ljubezni*. Zlasti četrto poglavje, čeprav se nanaša na družinsko in zakonsko življenje, vsebuje pobude, ki bi lahko bile koristne pri usmerjanju dela, ki vas čaka v prihodnje, in bi dale nov zagon vašemu poslanstvu.



Ko je sv. Pavel pisal krščanski skupnosti v Korintu, pravi, da je dejavna ljubezen »odličnejša pot« (1 Kor 12,31) za spoznanje Boga in dožemanje bistvenih stvari krščanskega življenja. V sloviti *Hvalnici dejavne ljubezni* apostol pojasnjuje, kako pomanjkanje dejavne ljubezni izprazni vsebine vsako dejanje: ostane samo zunanja oblika, ne pa resničnost. Tudi najbolj izredna dejanja, najbolj junaška velikodušnost, celo razdelitev vsega premoženja lačnim (1 Kor 13,3) brez dejavne ljubezni ni nič.

Brez izpovedi vere v Boga Očeta, ki je začetek vsega dobrega; brez izkustva prijateljstva s Kristusom, ki je svetu pokazal obličje trinitarične ljubezni; brez vodstva Duha, ki človeško zgodovino usmerja proti posedovanju polnosti življenja (Jn 10,10), ostane samo videz. Ne več dobro, ampak videz dobrega.

Tedaj bi zlahka izgubili izpred oči namen *diakonije*, h kateri smo poklicani: prinašati veselje evangelija, edinost, pravičnost in mir. Zlahka bi sledili tistim posvetnim logikam, ki vodijo k temu, da zablodimo v pragmatičnem aktivizmu in se izgubimo v partikularizmih, ki trgajo telo Cerkve.

Dejavna ljubezen stori, da *smo*. Ko sprejmemo Božjo ljubezen in ljubimo v Njem, pridemo do resnice o tem, kdo smo kot posamezniki in kot Cerkev, in do konca razumemo smisel svojega obstoja. Ne razumemo samo pomembnosti svojega življenja, ampak tudi, kako dragocena so življenja drugih. Jasno vidimo, kako je vsako življenje nepogrešljivo in se kaže kot čudež v Božjih očeh.

Ljubezen nam odpre oči, nam razširi pogled, nam omogoči, da v tujcu, ki ga srečamo na svoji poti, prepoznamo obraz brata, z imenom, zgodovino, dramo, do katere ne moremo ostati ravnodušni. V luči Božje ljubezni fiziognomija drugega stopi iz sence, stopi iz nepomembnosti, dobi vrednost, pomembnost. Pomanjkanje bližnjega nas poziva, nam povzroča nelagodje, nas spodbuja k izzivu odgovornosti. In prav tako v luči ljubezni najemo moč in pogum za odgovor na zlo, ki tlači drugega, da odgovorimo osebno, da postavimo svoj obraz, svoje srce, da si zavijemo rokave. Zaradi Božje ljubezni breme človeškosti drugega čutimo kot »prijeten jarem in lahko breme« (Mt 11,30). Pripravlja nas, da rane, ki jih vidimo na njegovem telesu, čudimo kot svoje, in nas spodbuja, da olje bratstva vlijemo v nevidne globoke rane, ki jih doumemo v filigranskih potezah v duši drugih ljudi.

Nadaljevanje v prihodnji številki.

ZAKLJUČEK LITERARNEGA NATEČAJA »BESEDA ZDRAVI«

Jana Flajs

»[...]Res hočeš začutiti, kdo sem?' Prime me za vrat in me z obrazom obrne pred svojega. Krvave oči ima in napete obrvi, ki jih stiska jeza. 10 let sem bil star, ko je začel piti. 10 let sem bil star, ko sem se bal zaspati ... [...]»

Izsek iz zgodbe, ki je zmagala na Literarnem natečaju akcije 40 dni brez alkohola, »Beseda zdravi« 2023.

Slovenska karitas je v povezavi s preventivno akcije 40 dni brez alkohola v sodelovanju z Javno agencijo za varnost prometa in Zavodom Med.Over.Net že sedmo leto zapored pripravila nagradni literarni natečaj. **Potekal je od 22. februarja do 31. marca 2023.** K sodelovanju so bili povabljeni učenci od 6. do 9. razreda osnovne šole in dijaki srednjih šol, da s svojimi razmišljanji in izdelki prispevajo k spreminjanju odnosa do alkohola. Letošnja spodbuda je potekala pod naslovom **Beseda zdravi.**

Prejeli smo **167 zelo lepih literarnih del iz 56 različnih šol.** Strokovna komisija je pregledala in ocenila vse prejete izdelke: pesmi, zgodbe, eseje, stripe ... V vsa ta dela so kot mladostniki vključili svoja razmišljanja o družbi brez alkohola in o tem, kako lahko življenje brez njega vpliva na nas.

Učencem in dijakom se zdi problematika alkoholizma v Sloveniji zelo pereča. In tako, kot se odrasli počutimo ob tem malce nemočne, se enako počutijo tudi mladi. Zdi se, da je le peščica tistih, ki imajo »zdrav odnos« do alkohola. Prejeli smo lepe spodbude za naprej. Pomen in vsebina zmernosti počasi prodira v pore našega razmišljanja. Mladi lahko skozi tovrstne natečaje najdejo moč za način življenja in zabavo, ki bo vesela, sproščujoča, prijateljska – a ne bo potrebna kapljica alkohola.

Podelitev nagrad najboljšim 15 avtorjem literarnih prispevkov je potekala preko video konference, v ponedeljek, 15. 5. 2023, ob 17.00. Vsem sodelujočim in njihovim mentorjem se še enkrat zahvaljujemo za sodelovanje.

Rezultatih najboljših del:

Od 1. do 4. mesta:

- Veronika Batagelj – *Skozi moje oči*, Škofijska gimnazija Antona Martina Slomška, 1. letnik, mentorica: Martina Slankovič
- Tanja Merčnik – *Prisluhni in zaupaj*, OŠ Lenart v Slovenskih goricah, 9. razred, mentorica: Nadja Ferk Rodeš

[1] Prim. Janez Pavel II., *Kirograf Durante l'Ultima Cena*, 16. septembra 2004, 2.

[2] Benedikt XVI., *Posinodalna apostolska spodbuda Zakrament ljubezni*, 2.

- Evelina Kerec – *Beseda zdravi*, OŠ Martina Konšaka
- Ana Poljanšek – *Le en večer*, Gimnazija Kranj, 1. letnik, mentorica: Bernarda Lenaršič

Od 5. do 10. mesta

- Tara Raišič – *Beseda zdravi*, OŠ Šmarje – Sap, 8. razred, mentorica: Barbara Struna
- Nika Štolfa – *Klara*, OŠ Šmarje pri Kopru, 9. razred, mentorica: Irena Kavrečič Holcman
- Ema Por – *Brez alkohola*, OŠ Vide Pregarc, 9. razred, mentorica: Katarina Šulin Žabota
- Luka Brečko – *Francelj*, OŠ Martina Konšaka, 6. razred, mentorica: Andreja Černe Novak
- Pia Krajnc – *Punčka s kozarcem*, OŠ Lava, 9. razred, mentorica: Tjaša Gerčar
- Lavinja Knafelj – *Alkohol v mojem življenju*, Gimnazija Murska Sobota, 2. letnik, mentor: Drago Meglič

Od 11. do 15. mesta

- Maja Vovko – *Z alkoholom nisi več enak*, OŠ Brusnice, 8. razred, mentorica: Darja Šinkovec
- Ana Katarina Napast – *Alkohol spregovori*, OŠ Rače, 9. razred, mentorica: Sabina Ozmec
- Sara Štarman – *Uvidi resnico*, Srednja zdravstvena šola Murska Sobota, 3. letnik, mentorica: Brigita Štumpf Sovič
- Žana Treven – *Visoka cena*, OŠ Rovte, 9. razred, mentorica: Ljudmila Treven
- Tijan Sedonja – *Beseda zdravi*, OŠ Bakovci, 8. razred, mentorica: Matejka Pavličič Pukšič

BESEDA ZDRAVI

Sem Kaja, 16-letno dekle, in moje življenje počasi izgublja smisel. Dom mi ne predstavlja več kraja, kamor se lahko zatečem, ko mi je hudo, temveč grozen kraj, kjer sem primorana biti. Vsak večer si zaželim, da se naslednje jutro ne bi več zbudila, da bi moje težave izginile. Sramujem se svoje družine, svojega doma in dejstva, da teh stvari ne morem spremeniti. Verjemite mi, poskusila sem že nešteto krat vendar s stavkom: »Ati, prosim, ne pij toliko,« nikoli ne dosežem ničesar. Ne preostane mi nič drugega, kot da sem tiho in trpim za nekaj, za kar naj ne bi bila kriva jaz. Čeprav mi je to povedalo že veliko ljudi, še vedno menim, da sem krivec za to jaz. Jaz sem tista, ki je svojemu očetu na glavo nakopala polno težav. Če me ne bi bilo, se moj oče ne bi zatekal k alkoholu in v gostilni preživel pol svojega dne. Ne bi začel opuščati osnovnih življenjskih opravil ter se ne bi spremenil v osebo, ki je sploh ne prepoznam več. To ni več moj

ati, jaz pa zagotovo nisem več njegova princeska. To je oseba, ki mi je postala popolnoma tuja. Z njim redkokdaj spregovorim, saj ves svoj dan preživi v gostilni, ko je doma, pa spi. Ko ga pogledam, v njegovih očeh ne vidim več iskric, ki bi potrjevala njegovo ljubezen do mene. Vse v njem je ugasnilo, ostalo je le prazno telo, ki od njega zahteva vedno več in več alkohola. Nikoli ni dovolj, telo hrepeni po njem, moj trud, da ga bi pri tem zaustavila, pa gre vedno v prazen nič.

Moje in očetovo življenje pravzaprav nikoli ni bilo rožnato, ko sem izgubila mamo, pa je šlo še vse bolj navzdol. Nikoli je nisem niti spoznala, saj je umrla ob mojem rojstvu. Zato mi je življenje z odvisnikom od alkohola predstavljalo nekaj normalnega, pravzaprav drugega kot to sploh nisem poznala, niti nisem mogla. Ko sem začela odraščati, mi je začelo postajati jasno, da obnašanje mojega očeta ni takšno, kot bi moralo biti. Zame si sploh ni vzel časa, kot da me ne bi bilo, bil je nasilen, in vse to samo zaradi alkohola. Več kot ga je popil, bolj je bil agresiven. Saj vem, res mu ni bilo lahko. Kot oče samohranilec je bil zadolžen za vse skrbi glede mene, izgubil je svojo boljšo polovico in ni imel osebe, ki bi mu stala ob strani, jaz pa sem se pri teh letih komajda zavedala, da sploh obstajam. Mislil je, da bo alkohol lahko nadomestil vse, kar je izgubil. Dal mu je občutek varnosti, omogočil mu je, da odmisli vse slabe stvari, ki so se mu v tistem trenutku dogajale, bil je njegov najboljši prijatelj, videl ga je kot edini izhod iz vseh težav. Ko ga je enkrat začel uživati, ni mogel nehati, zasvojil ga je in njegovo življenje popolnoma obrnil na glavo. Ni le izgubil prijateljev, izgubil je sebe kot osebo. Postal je ena izmed oseb, ki bi se jih majhna jaz bala, in to je občutek, ki ga ne bi privoščila niti svojemu največjemu sovražniku.

Počutim se prazno, izčrpano, a vseeno skušam vztrajati in mu dobesedno vbiti v glavo, da to kar dela,



Blaž Zelenik, OŠ Olga Meglič



ni v redu. Kljub vsemu ga imam še vedno rada bolj kot karkoli na svetu, saj je edini, ki mi je ostal. Vem, da so moje besede močnega pomena in da imam glas zato, da ga uporabim. To sem napisala in svoje občutke izlila na papir le iz enega samega razloga, in ta je, da pomagam. Hočem ozavestiti ljudi, da alkohol ni rešitev in nas na dolgi rok uniči. Pa naj bo to 40-letni oče ali 15-letni fant, ki bo to prebral. Želim, da bi se moje sporočilo dotaknilo vsaj nekoga in mu razbistrilo misli ali pa pomagalo, da se ne bo počutil, kot da je v tem sam. Beseda res zdravi in ljudje lahko drug drugemu rešimo življenje, brez da bi se tega sploh zavedali. Ravno zato upam, da bo moja zgodba prišla do pravih rok in jim pomagala v njihovi stiski. Prekomerno uživanje alkohola je v današnjem času res velik problem, sploh pa je mogoče opaziti, da se k njemu zateka veliko mladoletnih oseb, ki se ne zavedajo vseh njegovih posledic. Hočem, da bi vsi vedeli, da stvari, ki so se dogajale in se še dogajajo, niso redke in da je o njih treba spregovoriti. Konec koncev pa vendarle nikoli ne vemo, kaj nam bo življenje prineslo. Lahko se zgodi, da se bo s tem kdaj spopadal nekdo, ki nam je blizu, ali pa bomo tista oseba mi. Nikoli ne vemo, kaj se osebi dogaja v glavi in kakšno ozadje ima za sabo, zato ne imejmo predsodkov in si rajši pomagajmo.

3. mesto

Evelina Kerec, 9. b, OŠ Martina Konšaka

OKREPITI BRATSKE IN MEDKULTURNE VEZI

Mariana Márquez Citterer

Veneslovenci (če uporabimo hudomušen izraz za osebe slovenskega rodu, ki so iz Venezuele repatriirane v Slovenijo) smo 1. maja 2023 v župniji Ljubljana – Podutik pripravili piknik zase in za naše prijatelje in dobrotnike. Posebej smo povabili nove člane naše skupnosti, ki so v Slovenijo prispeli pred kratkim. Namen srečanja je bil okrepiti bratske in medkulturne vezi s Slovenci, ki omogočajo proces našega vključevanja v slovensko družbo in z našo novo domovino.

Uživali smo v veselem popoldnevu, polnem navdušenja in optimizma, v katerem so se najmlajši neprestano igrali, novi najstniki so se povezali z mladimi, ki so tu že dlje časa. Odrasli smo se družili tudi ob okusnem žaru na prostem, s katerim smo proslavili združitev družin z novoprispelimi družinskimi člani.

Tisti, ki smo dobili že več izkušenj, smo se z novimi člani naše skupnosti pogovarjali o pomenu učenja slovenskega jezika in potrežljivega vključevanja nove kulture v naš vsakdan, pa tudi o tem, kako pomembno je, da gremo skozi celoten proces sprememb z najboljšim možnim odnosom in vedno z veliko željo po učenju v vsaki situaciji, ki nas pričaka.

Med procesom repatriacije so nam v oporo ljudje s prav posebnim duhom služenja, ki nam z veliko mero prizadevnosti pomagajo na različnih področjih. Selitev je za nas velika življenjska sprememba. Iskreno se jim želimo zahvaliti, saj je bilo vse to mogoče tako zaradi timskega dela kot tudi zaradi želje po rasti, prilagajanju in razvoju, ki jo vsak od nas prinaša. Izkušnja skupnega dela in zabavnega piknika nam pomaga, da lažje dosegamo svoje cilje.

PRISLUHNI IN ZAUPAJ

Kar pijača naredi,
se samo sanja mi.
Sama ne vem,
kakšna je to substanca,
sramu polna aroganca,
močno vpliva na ljudi,
ostajajo brez mirnega spanca.

Kašna so čustva ljudi,
ki se spravljajo v te stvari?
Ko si mlad in uživaš pijačo,
pred starši skrivaš se z zvijačo.
Pije družba in ostali,
na koncu ostanejo vsi sami
in se sprašujejo,
zakaj so obstali.

Kakšne norije lahko narediš,
ko se napiješ in zase ne skrbiš?
Zakaj stokaš, da je življenje težko,
če piješ in ti je vseeno?
Zbudi se, človek!
Pred teboj so poti,
zaupaj,
puščaj upanja polne sledi.

Slaba družba in ostalo,
vsak ima svojega okolja ogledalo.
Ko s pijačo končaš,
lahko rečeš, da si močan,
tvoj boj z negotovostjo in
slabimi namerami je tako končan.
Zmaga je tukaj,
dovoli si verjeti
in ves svet z ljubeznijo objeti.

2. mesto

Tanja Merčnik, 9. b,
OŠ Lenart v Slovenskih goricah
mentorica: Nadja Ferk Rodeš

**celje****DRUŽENJE OB KAVI
IN GIBANJE V NARAVI**

Simona Privošnik

Pomlad je tukaj in z njo je zacvetela tudi naša skupina. Skupina nasmejanih obrazov prostovoljcev udeležencev programa socialnega vključevanja, ki se radi

podružimo ne samo ob kavi, marveč tudi in predvsem v naravi.

Najprej smo uvodoma malo posedeli v tišini in si vzeli trenutek zase ob skrbno, srčno pripravljeni mizi. V tem krogu mavričnih srčkov si je vsak nato izbral tisto barvo, ki mu je všeč. Vsak je nanj napisal lepo misel ali željo, nato pa smo srčke položili nazaj in si jih naključno izmenjali med sabo ter prebrali, kaj lepega prinaša dan.

Sledila je kratka telovadba za hrbtenico.

Ker o dežju ni bilo ne duha ne sluha, smo se zatem odpravili okoli ribnika Vrbje. Veliko smo se presmejali, se pogovarjali, opazovali tiste majhne čudeže narave, občudovali kakšne cvetove nam ponuja spomladanski travnik in zakaj vse lahko te cvetove uporabimo (za čaj, med, solato ...). Ta pogumni so šli celo na opazovalni stolp in še bi lahko naštevali.



Za konec smo naredili zaključni krog okoli drevesa, kjer smo se zahvalili za današnjo, skupaj preživet dan. Vsak izmed nas je povedal, za kaj je danes hvaležen. Bili smo enotni: hvaležni, da smo zdravi, prisotni na tem čudovitem druženju, z željo, naj na svetu vlada mir ...

POČITNICE ZA STAREJŠE

Ksenija Bauer in Metka Šumej

13

Od nedelje zvečer, 14. maja 2023, pa do torka popoldne smo se udeleženci počitnic za starejše v Vrbju odlično počutili v lepem in skrbno urejenem Škofijskem domu v Vrbju.

Sprejemu in namestitvi v prijetnih sobah je sledil uvodni pozdrav gospoda Pirnata, organizatorja srečanja. Večerja se je nadaljevala z zabavnim spoznavnim druženjem in večerno molitvijo v kapeli.

V ponedeljek, 15. maja, so se nam pridružili tudi starejši, ki se počitnic zaradi različnih razlogov niso mogli udeležiti vse tri dni, so se nam pa lahko pridružili vsaj za en dan. Z navdušenjem smo takoj po zajtrku napolnili avtobus, ki nas je odpeljal na izlet v neznano. Naša pričakovanja niso mogla biti bolje uslišana, saj smo obiskali našo Gospo na Ptujski Gori. Prelepi maši, ki jo je daroval pater Emil, so sledile naše osebne prošnje zavetnici Mariji, saj smo se lahko sprehodili mimo znamenite oltarne Marijine podobe, ki tako milo vabi in kjer smo lahko vsak zase prosili, da nas vzame pod svoj plašč. Temu je sledila zanimiva in podrobna patrova predstavitev cerkve, njene zgodovine, posebnosti in znamenitosti. Občudovali smo znamenit celjski oltar Friderika II. Celjskega, rožnovenski oltar, kip sv. Jakoba, križev pot, baročno prižnico, freske, čudovita barvna okna in še mnogo drugega.

Ogledali smo si tudi zimsko kapelo s čudovitimi lesenimi gotskimi reliefi ter multimedijško predstavitev 623-letne ptujskogorske cerkve.

Prijazni in širokosrčni pater minorit nas je spodbudil, da smo ob koncu zapeli Gregorčičevo pesem Z zakrivljeno palico v roki, in nas s tem nagovoril, da naj tudi skupaj z vnuki ohranjamo lepe slovenske pesmi. Ob vsej lepoti nas je prevevala zavest, da je krščanska vera pomagala preživeti slovenskemu narodu, saj so vsi udeleženci znali peti to pesem. Spomnili smo se tudi A. M. Slomška, ki je za tukajšnjo procesijo napisal hvalnico in se zadnjič oglasil pri svoji Materi Mariji tri dni pred smrtjo.





14



Veselega srca in napolnjenih src smo se odpravili naprej.

Naše že malo lačne trebuščke je presenetilo čudovito kosilo v dolinici Vinetu. Pa presenečenj še ni bilo konec, saj smo okrepljeni nadaljevali pot do dvorca Štatenberg. Ogromno poslopje nas je sprejelo v objem veličastnega dvorišča z vodomedom in nasadom pušpana, čudovitim pohištvom in stropnimi štukaturami, kar nam je zavzeto predstavljal oče sedanjega lastnika/upravitelja gradu. Zaključili smo z ogledom zasilno obnovljene kapele, kjer smo lahko videli tudi sodobno fresko Jezusovih učencev, ki smukajo klasje.

Po dobri avtobusni kavici smo se kar radi sprijaznili z dejstvom, da gremo domov. Z avtobusa smo opazovali poplavljen polja ob reki Dravinji in kraje med Bočem in Slovensko Bistrico ter se varno počutili v udobnem avtobusu in ob spretnem šoferju. Bog nam je dal lep sončen dan sredi 14-dnevnega deževja. Doma je sledil počitek, večerja, druženje in zahvala v kapeli za nepozaben dan.

V torek dopoldne smo se posvetili izdelavi okvirjev za slike in škatlicam za konfete, tudi izdelavi zanimivih papirnatih cvetic, se družili ob družabnih igrah ter imeli refleksijo počitnic. Delavnici sta vodili Saraja Špec in s. Cirila Koršič.

Počitnice smo zaključili s sv. mašo, ki jo je v kapeli škofijskega doma daroval g. Rok Metličar, ter po odličnem kosilu okrepljeni odšli na svoje domove.

Nadvse prijetno bivanje, ki ga bomo lahko še dolgo podoživljali.

Hvala patroma Emilu in Marjanu za gostoljubje in sprejem ter vsem s Škofijske karitas Celje, ki ste počitnice pripravili.

koper

MOZAIK DOBROTE V SPODNJI IDRIJI

Katarina Filipič

Po treh »koronskih« letih je Dekanijska karitas Idrija-Cerkno v soboto, 15. aprila, ponovno pripravila dobrodelno prireditev Mozaik dobrote, ki je privabila lepo število obiskovalcev, kulturna dvorana v Spodnji Idriji je bila v celoti zasedena. Ob odsotnosti predsednika Dekanijske karitas Mateja Kobala je navzoče s kratkim nagovorom pozdravil Miro Marinič, župnik v Spodnji Idriji.

V 12 točkah se je zvrstilo več kot 100 nastopajočih iz celotnega idrijsko-cerkljanskega območja, ki so v zanimivem prepletu glasbe in besed sestavljali ta mozaik. Prvi je nastopil Jernej Štremfelj s prijatelji, ki je z narodnozabavnimi vižami dodobra ogrel občinstvo. Sledili so mladi pevci OPZ Zlata roža iz OŠ Idrija pod vodstvom Elizabete Lampe. Brata Vasja in Vital Biz-



jak sta zaigrala na citre, nato so nastopili pevci MPZ župnije Črni Vrh, ki jih vodi Metka Rudolf. Dobro sta »vžgala« Nace

Kogej in Matic Sedej, tudi tokrat so nastopili mladi pevci otroškega in mladinskega pevskega zbora iz Ledin, ki uspešno sledijo zborovodkinji Maji Vegelj, ter Moška vokalna skupina Vojsko pod vodstvom Aleksandra Grošlja. Lara Filipič je na citrah spremljala



Klaro Koder in sestri Kejžar z zanimivo interpretacijo prizora iz Cvetja v jeseni. Cerkevni mešani pevski zbor iz Zavratca, ki letos praznuje pomembno obletnico, je pod taktirko Marka Križišnika zapel dve pesmi s prazničnega koncerta. Marjeta Purgar Hvala je ob spremljavi kitarista Jerneja Moravca občuteno odpela dve pesmi. Posebna popestritev večera so bile plesalke plesno-gimnastične šole Nastje Lakner Čavlovič z Vojskega, ki so poleg samostojne plesne točke simpatično prebirale misli in izreke o dobroti, ljubezni, prijateljstvu ... Program so zaključile pevke priznane in poznane vokalne skupine Radost Godovič, ki jih Damjana Vončina nadvse uspešno vodi na nastopih in tekmovanjih doma in v tujini.

Program je tudi tokrat domiselno povezovala Irena Hvala. Irena Lukan se je v imenu DK Idrja-Cerkno zahvalila vsem nastopajočim, vsem, ki so pomagali in sodelovali pri pripravi in izvedbi prireditve, vsem obiskovalcem za njihov dar in še posebej Ireni Hvala, ki je bila glavna gonilna sila. V skrinjicah se je nabralo nekaj čez 2.000 €, ki bodo prenekateri družini, ki se je znašla v stiski, olajšali plačilo obveznosti. Poudariti velja, da so se prav vsi nastopajoči in drugače sodelujoči odpovedali honorarju v smislu gesla »Skupaj delamo za dobro«.

DRUŽINA, OGNJIŠČE ALI POGORIŠČE?

Klementina Bajec

Novi izzivi in strokovni pristopi pri delu z osebami z izkušnjo nasilja

Takšen je bil naslov strokovnega seminarja, ki ga je 18. aprila 2023 organiziral Zavod karitas Samarijan kot strokovni izvajalec socialnovarstvenih programov na področju nasilja v družini, ki že 23 let nudi pomoč žrtvam nasilja. V teh letih smo pomagali več kot 1.200 osebam. Skozi vsa leta smo zasledovali in prepoznali njihove stiske in potrebe, ki so nakazovale nove strokovne poglede in pristope.

Seminarja se je udeležilo 87 strokovnih sodelavcev in sodelavk s socialnega in zdravstvenega področja, svetovalnih delavcev iz šol, vrtcev ter fakultet in ostalih, ki jih tematika o nasilju v družini zanima.

Tema predavanja je bila družina in dinamika družinskih odnosov. Vprašanje, ki so ga predavatelji zasledovali, je bilo, kdaj in koliko je danes družina ognjišče, ki nudi varnost, občutke medsebojnega zaupanja in občutljivosti za potrebe vseh, in kdaj zagori požar v krogu zlorab, nasilja, kjer je prisotna odvisnost, tema in pogorišče.



Predavatelji so predstavili pogled na nasilje z vidika otroka v družini. Kako prepoznati tovrstne zlorabe, travme? Nasilje nad otroki je tudi v današnji družbi še vedno tabu tema, ki v ljudeh vzbuja neugodje in odpor. Otroci so lahko žrtve nasilja v različnih situacijah in okoljih. Povzročitelji nasilja pa so lahko vrstniki, druge odrasle osebe ali starši.

Anja Grilc, ki je vodja projekta Informacijski in svetovalni programi za žrtve nasilja na Študijsko-raziskovalnem centru za družino v Ljubljani, nam je z naslovom predavanja »Kadar so odnosi boleči – vpliv nefunkcionalnih družin na otroke« spregovorila o odnosih v družini. Ljudje smo bitja odnosa in otrok potrebuje stik, da preživi. Kaj se zgodi, če je ta stik že v zgodnjih letih izkrivljen in nefunkcionalen, zaznamovan z nasiljem ali zasvojenostjo? Predstavila je dinamiko zlorabe v družini: zakaj so nasilje in zlorabe »nalegljive« in kaj je potrebno, da se izkrivljen stik preoblikuje v varnega.

Mladi pisatelj **Damijan Janžekovič**, ki je odrasčal z mamo alkoholičarko, ki ga je vrsto let fizično in psihično zlorabljala, je predstavil svojo pot in življenjsko zgodbo. Napisal je že dve knjigi, in sicer Izgubljeno otroštvo ter Bitka z depresijo. Zaradi nasilja v družini in travm, ki jih je v doživljal obdobju otroštva in mladostništva, se je vrsto let predajal različnim oblikam samopoškodovanja ter si večkrat poskusil vzeti življenje. Vrsto let se je boril z depresijo in tesnobnimi občutki. Šele v srednji šoli so bile njegove stiske prepoznane, začel je obiskovati psihoterapijo ter se uspešno postavil na noge tudi s pisanjem knjig, kjer je ponudil celosten vpogled v svoje družinsko življenje, prežeto z nasiljem in alkoholom.

Z naslovom »Družinsko nasilje, depresija in celjenje osebnega propada preko terapije« je zbrane nagovoril in se jih s svojo življenjsko zgodbo močno dotaknil. S tovrstnimi predavanji predvsem ozavešča o problematiki, o kateri se vse premalo govori, opozarja širšo javnost, kako prepoznati otroka, mladostnika ali konec koncev odraslega, ki je izpostavljen enaki ali podobni situaciji, in uči/predstavlja, kako ukrepati bodisi kot sosed, vzgojitelj, učitelj, prijatelj ali znanec, saj je to, da se obrnemo stran in poskusimo pozabiti, zagotovo težko breme tudi za vsakega od nas.

Svoj pogled na nasilje nam je podal tudi **Miha Kramli**, vodja Centra za zdravljenje zasvojenosti v Novi Gorici, z naslovom predavanja »Okus in vonj realnosti je



pot miru s seboj in drugimi». Spregovoril je o nekemičnih zasvojenostih in preživljanju časa v virtualnem svetu, in kako ta oblika zasvojenosti vodi v nasilje v družini.

Ko v svojem življenju otroci, mladostniki ali odrasli začutijo določene primanjkljaje, pomanjkljivosti, poiščejo v virtualnem svetu ravno to, kar jim v realnem manjka, poiščejo vlogo v internetnih vsebinah in jo igrajo. V njihovem Centru beležijo na 100 zasvojenih z drogo tri nasilne osebe, medtem ko od 100 nekemičnih zasvojencev beležijo 37 nasilnih oseb. Žal so nasilni že petletniki, ki ob omejitvi igrice oz. risank izgubijo nadzor nad svojim vedenjem. Zaradi subliminalnih sporočil v resničnostih šovih, glasbi, igricah prihaja do »sesutja« samozavesti in samopodobe. Pri teh osebah je pojav samo poškodovanja v porastu, ker kriterijev, ki jih subliminalna sporočila narekujejo, ni mogoče doseči. To pa povzroča stiske, ki se kažejo v rezanju, samomorilnosti in nasilnih izbruhih.

O oblikah dela in pristopih reševanja ter zagotavljanja varnosti in zaščite otrok z izkušnjo nasilja je spregovorila **Tanja Pipan**, koordinatorica za preprečevanje nasilja iz Centra za socialno delo Nova Gorica. V predavanju z naslovom »*Pomen in vloga interdisciplinarnega in medsektorskega pristopa k zaščiti otrok pri izkušnji nasilja v družini*« je orisala delo zaposlenih na Centrih pri obravnavi in zaščiti otrok z izkušnjo nasilja. Predstavila je nekaj kompleksnih primerov družinskega nasilja, ki od vseh udeleženih institucij zahtevajo medsebojno sodelovanje in tankočutno obravnavo, ko so ob družinskem nasilju prisotni otroci.

S svojimi izkušnjami in strokovnimi prijemi so predavatelji omogočili vpogled v najintimnejšo skupnost, ki naj bi otrokom nudila varno ognjišče. Kot družba moramo delovati konstruktivneje, zato je potrebno, da širšo javnost ozaveščamo, se o teh temah več in glasneje pogovarjamo na različnih nivojih (vrtec, šola, fakulteta) ter ob tem ustvarimo varen prostor za pogovor. Nenazadnje pa se morajo medsebojno povezati in dopolnjevati vse strokovne službe, ki delujejo na različnih področjih svetovalne pomoči in se s problematiko nasilja v družini soočajo, kajti le tako bodo hitro in učinkovito pomagale žrtvam nasilja v družini.

DVIGALO ZA DANILJA

Darja Leban Obid

Pomlad je. Pogled je zamaknjen v okno. Zrem v čudovito Kaninsko gorovje, na vrtu se odpirajo cvetovi na jablanah, skozi priprto okno se sliši glas ptice ... Tukaj pa se moj svet ustavi. Postal sem ujetnik dnevnice. Bolezen, skleroza multipleks, s katero živim že 20 let, je tako napredovala, da ne morem več po stopnicah iz svojega stanovanja. Letos bom dopolnil 60

let. Še koliko načrtov, idej ... ima človek pri tej starosti. Jaz pa bi samo tako rad šel z invalidskim vozičkom na vrt, da bi zaznal tisto »pravo« pomlad, da bi se zapeljal do bližnjega trga, kjer bi s prijatelji popil kavo ... in da bi se tem vsaj malo razbremenil, pa tudi razveselil svojo priletno mamo, s katero živim in ki tako marljivo skrbi zame. Ja, nekoč je bilo drugače ... (Danijel Komac)

Da, bilo je drugače. Dani je živel običajno življenje. Hodil je v službo, mami pomagal prekopati vrt, s sosedi kramljal o tem in onem ... za svojo dušo pa je z dramsko skupino razveseljeval ljudi. Rad je obujal spomine na težke čase iz prve svetovne vojne, ki so zarezali in pustili globoke rane v krajih ob zelenomodri Soči.

Danijeva bolezen je neozdravljiva, njegova volja do življenja pa neomajna. Radi bi mu pomagali izpolniti njegovo v tem trenutku največjo željo, da bi lahko s pomočjo dvigala zapustil svojo dnevno sobo, da bi postal mobilnejši in bi se s tem izboljšala kakovost njegovega življenja. Stroški izdelave dvigala presega 20.000 evrov. Za

Danija je ta investicija prevelika, zato smo se prostovoljci Tolminske območne Karitas in njegovi prijatelji odločili, da nagovorimo dobre ljudi in jih prosimo, da nam pomagajo. Že velikokrat smo dokazali, da v težkih trenutkih znamo stopiti skupaj in pomagati ljudem v stiski. Upamo, da bo tudi tokrat tako. Svoj dar, za katerega se vam najpristrčneje zahvaljujemo, lahko nakažete na spodnji transakcijski račun. Veseli bomo vsakega evra, saj vemo, da vsak najmanjši kamenček prispeva k lepoti mozaika. In več kot je teh kamenčkov, lepša je celota.

Pomoč zbiramo pri Tolminski območni Karitas, Brunov drevored 1, 5220 Tolmin, TRR SI56 1915 5500 7070 623, sklic SI00 240423, namen: dvigalo za Danija.



OBČINSKA NAGRADA ŽUPNIJSKIM KARITAS V OBČINI RENČE-VOGRSKO

Zdenka Pisk, Irena Jejčič, Majda Šuligoj

V sredo, 26. aprila, na praznik Občine Renče-Vogrsko, je v dvorani Angela Mlečnika v Kulturnem domu Bukovica potekala slavnostna seja občinskega sveta. Ob tej priliki je župan Tarik Žigon podelil občinska priznanja. Jožef Hvalica, Dušan Nemec in Aldo Mozetič



so prejeli plaketo Občine Renče-Vogrsko za druge posebne primere, ki prispevajo k ugledu, razvoju in prepoznavnosti Občine Renče-Vogrsko; Goriška območna Karitas – Župnijska karitas Renče, Župnijska karitas Bukovica-Volčja Draga in Župnijska karitas Vogrsko pa izredno nagrado Občine Renče-Vogrsko.

Hvaležni smo občini in še posebej predlagatelju, g. Adamu Stibilju, za izkazano priznanje. Veseli nas, da je v širši skupnosti opaženo naše delo in zaznan trud mnogih srčnih sodelavcev, ki svoj prosti čas, znanje in izkušnje velikodušno namenjajo sokrajanom v stiski.

V občini že več kot 20 let delujejo te tri Župnijske karitas, trenutno pod vodstvom župnikov g. Marka Kosa, g. Milivoja Žaklja in g. Cvetka Valiča. Vključenih je več kot 30 stalnih in precej občasnih sodelavcev.

Na območju naših župnij oziroma KS si prizadevamo pridobivati informacije in stopiti v stik s socialno ogroženimi. Običajno gre za krajanke in družine, ki jih pesti brezposelnost, so dolgotrajno bolni ali invalidi, ostareli ali se srečujejo s socialno izključenostjo. Problem predstavljajo tudi nizki dohodki, s katerimi mnogi ne zmorejo pokriti osnovnih stroškov za preživetje. Svetujemo in pomagamo pri pridobivanju informacij za morebitno pomoč iz drugih virov, ki so je lahko deležni v širši skupnosti.

V sklopu pomoči se izvaja kritje stroškov za položnice, omogočen je prevzem paketov s prehrano, prosilci lahko na sedežu Goriške območne karitas (GOK) v Novi

Gorici prejmejo oblačila in obutev, šolarjem pomagamo pri nabavi šolskih potrebščin.

Redno obiskujemo bolnike in starostnike, tako tiste, ki živijo doma, kot tiste, ki so nastanjeni v Domu upokojencev Nova Gorica, v Domu upokojencev Gradišče ali v Domu upokojencev Medic hotel Renče. V slednjih dveh sodelujemo tudi pri mesečnih svetih mašah.

Posebej jih obiščemo pred božičem in veliko nočjo. Enkrat letno organiziramo srečanje starejših in invalidov, takrat povabimo tudi varovance domov k sveti maši v župnijsko cerkev, sledi še druženje. Po potrebi jih peljemo v trgovino ali k zdravniku.

Voditelji se udeležujemo mesečnih sestankov GOK v Novi Gorici, z vsebino pa potem seznanimo ostale sodelavce na sestankih Župnijskih karitas. Pogosto so za reševanje perečih problemov potrebni tudi nenapovedani kratki sestanki po sveti maši.

Udeležujemo se raznih predavanj, izobraževanj, delavnic, duhovnih vaj, na katerih pridobivamo informacije in znanja, potrebna za delovanje v ŽK.

Pomagamo tudi pri izvedbi dobrodelne prireditve Goriška dlan.

ŽK Renče na zahvalno nedeljo povabi zakonce, ki obhajajo okroglo obletnico poroke.

Sodelujemo z drugimi enotami Škofijske karitas Koper, z Občino Renče-Vogrsko, OŠ Renče, Rdečim križem in Centrom za socialno delo Nova Gorica.

Prijavimo se na razpis za sofinanciranje programov, projektov in prireditev na področjih družbenih dejavnosti v naši občini. Konec leta dostavimo poročilo o delovanju in vsa dokazila o porabi sredstev.

V preteklem letu smo organizirali zbiranje hrane, higienskega in sanitetnega materiala ter prostovoljnih prispevkov za prebivalce Ukrajine, pred kratkim pa tudi za prizadete v potresu v Turčiji in Siriji.

Obsežnejše nabirke izvajamo v adventnem in postnem času, pred praznikom vseh svetih zbiramo darove za sveče Karitas. V župniji se posebej predstavimo v tednu Karitas in se takrat tudi zahvalimo vsem sodelavcem in dobrotnikom, ki s svojimi prispevki pomagajo ublažiti marsikatero stisko.

S SVOJO PREPROSTOSTJO JE ZNALA LJUDI POTOLAŽITI

Jožica Ličen

*HERMINA RADINJA,
prejemnica zlatega znaka
Občine Ajdovščina*

Občina Ajdovščina praznuje občinski praznik 5. maja in leto za letom občani predlagajo županu podelitev priznanja zaslužnim občanom. Letos je bila med prejemniki priznanj z zlatim znakom tudi naša dolgoletna sodelavka Hermina Radinja za več kot 30 let sočutne in vsestranske prostovoljne pomoči ljudem v stiski.

O gospe Hermini smo v Žarku pisali marca 2021 v rubriki Na obisku, zato tokrat le obrazložitev Občine Ajdovščina:

»Hermine Radinja je prostovoljka CENTRA KARI-TAS V AJDOVŠČINI, kjer že več kot tri desetletja razdaja svoj prosti čas za pomoč ljudem v stiski. S svojo predanostjo, deljenjem koristnih nasvetov in rešitev nudi ljudem v stiski pomembno oporo. Prostovoljka je tudi v Medgeneracijskem društvu Štirje letni časi, v okviru katerega že 25 let vodi prijateljsko-pogovorno skupino Planika v Domu starejših občanov. Hermine Radinja se je na plemenito pot prostovoljstva podala leta





18

in spodbujala k nadaljnjemu, načrtnemu reševanju tegob ljudi v stiskah. Poleg nudenja pomoči beguncem je pristopila tudi k številnim akcijam pomoči v tujino. Neizmerno predanost je pokazala domačim ljudem v času gospodarske krize, ki se je trdo zažela v marsikatero ajdovsko gospodinjstvo. Hermina je s svojo preprostostjo znala ljudi potolažiti, jim nameniti besede spodbude ali le prisluhniti, kar je z gotovostjo znak njene neizmerne plemenitosti. Še nedolgo tega, v času korona krize, je bila ena izmed tistih ključnih posameznic, ki je organizirala, da je delovanje Karitas potekalo neovirano in dostopno vsem. S skupino prostovoljk se trudi, da z dejanji, zgledom in potrpežljivostjo pomaga vsem, ki pomoč potrebujejo.«

Čestitki župana Tadeja Beočanina in mnogim občanom se pridružujemo tudi karitativni sodelavci in voščimo obilo blagoslova in pogumno naprej! Bogu hvala, ker si!

OBISKALE SO NAS BELE ŽENE, VARUHNJE REK

Darinka Dekleva

16. maja 2023 je bil deževen pomladni dan, kar ni vplivalo na naše razpoloženje. V Domu starejših občanov smo se spet zbrali, se družili s stanovalci, svojci, mladimi prostovoljci in sodelavkami Karitas. V goste smo povabili profesorico Damjano Benigar Kaluža, ki je s skupino učenk in učencev OŠ Antona Žnidrešiča uprizorila zgodbo, ki je šla nekako takole:

»Davno nekoč se je ob strugi reke Reke razprostirala čarobna dežela. Ustvarila jo je mati

Narava in ji dala čudovito ime Dežela belih žená. Bele žene so bile vodne vile, ki so živele v deželi ob reki. Skrbele so za reko in čisto okolje in da vode v njeni strugi nikoli ni zmanjkalo. Bile so prijazne in rade so pomagale ljudem. Čarobnost ob strugi reke Reke pa ni trajala večno, kajti v dolino se je začelo naseljevati vedno več ljudi ...«

Uprizoritev je bila del slovenskega projekta Varuhinje rek, kamor so pobudniki projekta vključili 18 slovenskih rek, med njimi tudi reko Reko. Izbrane učenke in njihova mentorica so postale Varuhinje rek. Njihova

naloga ni bila le uprizoritev zgodbe, ampak tudi raziskovanje dejstev o reki. Sklepna misel raziskav sedmih učenk, Varuhinj rek, je: *»Zavedajmo se, da brez vode ni življenja, zato moramo zanjo toliko bolj skrbeti, kajti od nje je odvisen naš obstoj in obstoj vseh, ki bodo živeli za nami.«*

Ta misel je bila skupaj s fotografijo, ki jo je posnel Stojan Spetič, objavljena v novembrski reviji National Geographic, v kateri je izšel obsežen članek, ki govori o projektu Varuhinje rek.

Glavno sporočilo projekta je, da je lahko vsaka ženska varuhinja reke, oziroma preneseno na širši pomen: vsakdo od nas je lahko zaščitnik narave.

Stanovalci so v pogovoru, ki ga je po predstavi spretno vodila sestra Alenka Dolgan, povedali, da se dobro spomnijo onesnažene, mrtve reke Reke. Kriva je bila mogočna kemična in lesna industrija, ki je v reko več let izlivala strupene odpadke, ki so ubile življenje v Reki. K sreči si je reka spet opomogla in upajmo, da so se vile, Bele žene, spet vrnile v naše kraje.

Čisto ob koncu so mlade vile gledalce obdarile s prikupnimi vilami iz volne, ki jih je za vse stanovalce izdelala socialna delavka Ines Šestan s pomočjo učencev DC Sonček. Tudi njim najlepša hvala. Spet se bomo družili v juniju (13. 6. 2023). Zopet pripravljamo nekaj lepega, veselega ...



Ljubljana

OBISK CARITAS VRHBOSANSKE NADBISKUPIJE V LJUBLJANI

Polona Miklič

Škofijska karitas Ljubljana že vrsto let sodeluje s Caritas Vrhbosanske nadbiskupije. Vsako leto z denarnimi sredstvi podpremo njihov program Jelo na kotačima.

Ljudska kuhinja v Sarajevu je eden najdalgotrajnejših projektov Caritas Vrhbosanske nadbiskupije, saj njeni začetki segajo že v leto 1996. V osrednji kuhinji v Sarajevu pripravljajo tople obroke, ki jih od ponedeljka do petka s kombijem razvažajo na štiri lokacije v



mestu, medtem ko tisti, ki stanujejo v bližnji okolici, sami prihajajo po hrano. Za konec tedna je uporabnikom zagotovljen hladni obrok.

Projekt ljudske kuhinje poskuša posameznikom in družinam v stiski zagotoviti najosnovnejše za preživetje (dnevni tople obrok) in jim omogočiti človeka vreden vsakdan. Projekt je namenjen starejšim in bolnim osebam, brezposelnim, beguncem, brezdomcem in družinam.

Več let je že minilo od obiska naših sodelavcev v Sarajevu, tokrat pa smo mi gostili ravnatelja Caritas Vrhbosanske nadškupije g. Marka Šimića in njegove najožje sodelavce. Naše goste je prijazno sprejel ljubljanski nadškof Stanislav Zore. Predstavili so mu svoje delo in projekte za prihodnost. Poleg ljudske kuhinje izvajajo še vrsto drugih projektov, med drugim nego na domu za stare in oslabele, ki poteka v nekaterih dekanatih, izposoja medicinskih pripomočkov, psihosocialno pomoč za otroke in družine (družinsko svetovalnico), programe za socializacijo in integracijo romskih otrok, podporo migrantom, pod svojim okriljem imajo tudi otroški vrtec ter dom za katoliške študentke.

Predstavili so tudi projekt, ki so ga začeli že v letu 2015 in naj bi se zaključil letos jeseni, ko naj bi se odprl nov pastoralno-socialni center v mestu Lug v bližini Kiseljaka. Tam bodo pod isto streho združili namestitvene programe za starejše in onemogle osebe ter otroški vrtec.

Po prijetnem obisku na nadškofiji smo naše goste iz Bosne povabili na piknik na ladji. Tako smo jim še z druge perspektive pokazali prestolnico, hkrati pa je bila to priložnost, da spoznajo celoten kolektiv ŠKL. Vzeli smo si čas za druženje in pogovor, saj je bila za nas to prva priložnost, da se po dolgih letih sodelovanja spoznamo. Veseli smo bili, da sta se nam pridružila tudi sodelavca Slovenske karitas, Peter Tomažič in Jana Lampe.

ROMANJE ŽUPNIJSKIH KARITAS LJUBLJANSKE NADŠKOFIJE PO DOLENJSKI

Tatjana Škrabec

Vsako leto je praznični dan, 27. april, namenjen druženju župnijskih karitas ljubljanske nadškofije. Tokrat smo se odpravili na Dolenjsko, v škofijo Novo mesto. Škofija Novo mesto je leto 2023 razglasila za Grozdetovo leto, ob 100-letnici rojstva blaženega Alojzija Grozdetja in 80-letnici njegove mučeniške smrti.

Članice naše Župnijske karitas Šentvid pri Stični smo se romarjem pridružile v Mokronogu, kjer smo imeli sveto mašo v cerkvi Žalostne Matere Božje pri Mokronogu. Mašo je daroval duhovnik Stanko Štefanič. Še prej pa smo opravili pobožnost pri kapelah Marijinih žalosti in na svetih stopnicah.

Ob vznožju kapelic Marijinih žalosti nas je že čakal župnik iz Mokronoga Klavdij Petek ter nam nazorno in duhovito razložil pobožnosti Marije žalosti in svetih stopnic.

V pridigi nam je bilo povedano, da moramo pogosto brskati v globini svojega srca, kjer so smeti, umazanija, saj je tam tudi rešitev, zato je vredno, čeprav imamo predsodke in ovire. Marija, Bog, Sveti Duh in Jezus so





20

nam vedno na dosegu roke in ta roka posega tudi v naša življenja. Ko si čisto na dnu, vprašaj in se pogovori z Marijo in Svetim Duhom. Zate imata vedno pomoč in odgovor. Vsak od nas je pomemben in Marija nas je vesela.

Po maši je bila priložnost, da se povzpnejo po svetih stopnicah. Duhovno okrepljeni smo se nato popeljali mimo vasi Vodale, kjer je bil rojen blaženi Alojzij Grozde, se okrepljali še s hrano za telo in nadaljevali pot proti romarski cerkvi na Zaplazu.

Molitev litanij Matere Božje nas je popeljala do prošenj in zahvale h grobu, kjer je svoj zadnji počitek dobil blaženi Alojzij Grozde. Na kratko nam je bila predstavljena romarska cerkev Marijinega vnebovzeta, predstavljenih pa je bilo tudi nekaj pesmi, ki jih je napisal blaženi Alojzij Grozde. Sledil je še obisk Marijinega studenčka in obisk križa sprave. Vsak zase je lahko našel mir za svojo dušo. Blaženi mir.

Praznični dan je minil v duhu prijateljstva, molitve, druženja in spoznavanja novih prijateljev. Slovo med prijatelji je bilo v duhu blaženega Grozdeta in seveda z obljubo na snidenje ob letu osorej.

Molitev:

Nebeški Oče, v blaženem Alojziju Grozdetu si nam razodel zgled ljubezni do Kristusa in doslednega življenja po evangelijskih načelih, za katere je v moči evharistije živel in deloval vse do svojega pogumnega pričevanja v smrti. Njegova kri naj bo resnično seme za našo zvestobo, edinost, odpuščanje in spravo.

Nebeški Oče, na priprošnjo blaženega Alojzija Grozdeta mi podeli milost, za katero Te prosim ... (tiho izrečem prošnjo). Amen.



murska sobota

ŽK TURNIŠČE NA OBISKU NA ŠK LJUBLJANA

Angela Slamek

Ideja za romanje v Ljubljano se je izkazala za več kot odlično. Gospod Jože Kern, generalni tajnik ŠK Ljubljana, je bil navdušen nad našim predlogom.

Na zadnjo postno soboto nas je 16 prostovoljk iz ŽK Turnišče poromalo v Ljubljano. Napovedan je bil deževen dan, vendar nas to ni zmotilo. Jutro je bilo hladno, a v naših srcih je sijalo sonce, na obrazih pa čudovit občutek vznemirjenosti in radovednosti.

Tako smo tiho in mirno prispeli do skladišča s hrano in oblačili ŠK Ljubljana, kjer sta nas prijazno in z prisrčnim nasmehom pozdravili prostovoljki Marija in Irena. Pridružil se nam je tudi g. Jože.

Povedali so nam o delovanju skladišča, o sprejemu in izdaji blaga in živil, o potrebah in željah uporabnikov. Sledil je sprehod od skladišča do sedeža ŠK Ljubljana. Zaposlene gospe Alenka, Polona in Andreja so nam povedale o delovanju, o aktivnostih, željah in načrtih ŠK Ljubljana. Tudi mi smo povedale, kakšne aktivnosti in primere dobrih praks izvajamo. Presenetili so nas s čudovito pogostitvijo. V prijetnem pogovoru pa smo se dogovorili, da se naslednjič vidimo v Prekmurju pri Mariji Vnebovzeti v Turnišču. Še skupna fotografija, stisk roke in objem.

Sonce ni sijalo samo v naših srcih, posijalo je tudi nad Ljubljano. Sprehodili smo se po ljubljanskih ulicah in se na kratko ustavili v cerkvi sv. Petra. V minornem samostanu v »kapeli svete Klare in svetega Frančiška« smo imeli sv. mašo, ki jo je za vse prostovoljke Karitas daroval naš duhovni vodja p. Andrej. Po maši smo zmolili križev pot. Sledil je še krajši sprehod mimo cerkve sv. Petra, mimo Cukrarne do dijaškega doma Poljane, kjer smo si privoščili kosilo. Po kosilu nas je s čudovitimi občutki pot vodila proti domu.

Opravili smo poseben obisk, ga. Andreja, zaposlena na ŠK Ljubljana, in prostovoljka ga. Marija namreč izhajata iz župnije Turnišče. Med turnišškimi prostovoljkami pa je bila tudi Andrejina mama.

Bila je izjemna izkušnja in potrditev, da delamo dobro za ljudi, ki so potrebni naše pomoči.





CARITAS INTERNATIONALIS V BRATSKI POVEZANOSTI

Peter Tomažič

Vsaka štiri leta poteka redna skupščina Caritas Internationalis (CI) v Rimu, kjer je sedež te mednarodne katoliške mreže organizacij, ki povezuje 162 nacionalnih organizacij Karitas v sedmih regijah: Afrika, Azija, Evropa, Latinska Amerika in Karibi, Bližnji vzhod in Severna Afrika, Severna Amerika, Oceanija. CI ima zaposlene strokovnjake za različna področja, največ za delo na področju koordinacije humanitarne pomoči, servisiranja/podpore članic z vseh kontinentov in za komunikacijo. Njena največja naloga pa je povezovanje. Organizacijo vodi predsednik in predstavniški svet ter operativno generalni tajnik in izvršni odbor.

Letošnje skupščine, ki je potekala v maju, sta se skupaj s 400 predstavniki Karitas iz celega sveta udeležila Peter Tomažič, generalni tajnik Slovenske karitas, in Jana Lampe, vodja oddelka za mednarodno pomoč. V sklopu te skupščine je bilo izbrano novo vodstvo. Za predsednika CI je bil izbran nadškof msgr. Tarcisius Isao Kikuchi iz Tokia in za generalnega tajnika Alistair Dutton iz Karitas Škotske in dolgoletni strokovni sodelavec CI na humanitarnem področju.

V sklopu skupščine je potekalo tudi veliko vsebinskih razprav, izmenjav izkušenj s poudarkom na spoštovanju razlik med članicami in regijami ter dejanskih potreb lokalnih skupnosti, predvsem pa s sporočilom večje medsebojne bratske povezanosti, kar je tudi glavno vodilo mreže Karitas za prihodnja štiri leta. Na skupščini so sodelovali tudi predstavniki Dikasterija za služenje celostnemu človeškemu razvoju, ki skrbijo za povezanost mednarodne Karitas in Svetega sedeža. V sklopu zasedanja je bilo organizirano tudi srečanje s papežem Frančiškom, ki je v svojem nagovoru še posebej poudaril, da je Karitas veliko več kot samo nevladna organizacija, ter pomembnost trikratne ljubezni: ljubezni do ubogih, ljubezni do Cerkve, iz katere vsaka Karitas deluje, ter medsebojni ljubezni med Caritas iz vseh držav sveta. Zahvalil se je za vse opravljeno delo in podelil blagoslov vsem udeležencem.

Udeleženci smo sprejeli tudi nove glavne smernice, usmeritve in cilje delovanja CI, da bi ohranili svoje poslanstvo, bili povezani v bratskem sodelovanju in čim bolj učinkoviti v pomoči ljudem v stiski. Pri tem ostajajo poudarjene glavne vrednote Karitas. Najprej **dostojanstvo vsakega človeka** v vsakih okoliščinah in v vsakih lastnostih, s tem da želi Karitas in seveda tudi Cerkve temeljno usmeritev biti blizu ljudem v revščini, v ranljivosti in krizah s posebno pozornostjo na tiste, ki so v najhujših razmerah in brez doma. Druga vrednota je **solidarnost**. Na konferenci smo se imeli priložnost srečati s predstavniki različnih držav, nekje je Karitas zelo omejena, nekje deluje skrito ali celo v vojnih razmerah kot na primer v Ukrajini, Mjanmaru in Sudanu. Mnoge države se srečujejo s sušami, poplavami in veliko revščine. Vsi smo povabljeni k solidarnosti, najprej v



Udeleženci smo lahko izrazili tudi svoje poglede na obravnavane teme. Med nami je bil tudi predsednik Caritas Libanon, Michel Abboud, s katerim sodelujemo v projektu zunanjega ministrstva.

21

Posebno povezanost in veliko izmenjave izkušenj smo imeli s predstavniki Karitas iz Hrvaške, Bosne in Hercegovine, Makedonije in Črne gore.



Družina Karitas pri sveti maši v baziliki sv. Petra. Vsak dan je sveto mašo pripravila druga celina. Molitev je tista, ki nam daje moč za vse izzive pri delu v Karitas.



Delo po skupinah s predstavniki različnih držav. Razmišljanje o sinodalnosti in novem strateškem načrtu mednarodne mreže Karitas, kako ju vključiti na lokalni nivo, ter bratskem sodelovanju.



Za mizo skupaj s Caritas Hongkonga, Pakistana, Bangladeša in Poljske.

22



Skupaj z novoizvoljenim predsednikom Caritas Internationalis, nadškofofom iz Tokia na Japonskem, Tarcisusom Isaom Kikuchijem.



Veliko izkušenj smo podelili tudi s predstavniki madžarske Caritas in Caritas iz Jeruzalema.

Z novoizvoljenim generalnim tajnikom Caritas Internationalis, Alistarjem Duttonom, ki že več kot 25 let služi v mreži Caritas, nazadnje kot direktor Caritas Škotske.



Predstavniki Caritas Turčije, ki gredo v tem obdobju po potresu skozi velike preizkušnje.



Novoizvoljena generalna tajnica za Caritas Afrike, Lucy Espila iz Kenije, ki je prva ženska v Afriki na tem položaju. Celotna mreža Caritas Internationalis spodbuja vključevanje žensk na vodstvene položaje.



Med nami so bili tudi predstavniki mladih v Caritas (youngCaritas), ki so pomemben del naše mreže tudi v vodstvenih organih, kot je predstaviški svet iz vseh kontinentov. Na sliki predstavnika mladih iz Caritas Libanon, kjer imajo tudi Caritas junior za vključevanje mladih med 8 in 13 let.

Na skupščini so bili tudi predstavniki dveh Caritas v Ukrajini. Njihovo pričevanje o pomoči v obdobju vojne se je posebej dotaknilo naših src.





NAGRADNA KRIŽANKA

junij

Monika Nared

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 17. 6. 2023 na naslov: Slovenska karitas, Kristanova 1, 1000 Ljubljana ali ga sporočite po e-pošti: info@karitas.si

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

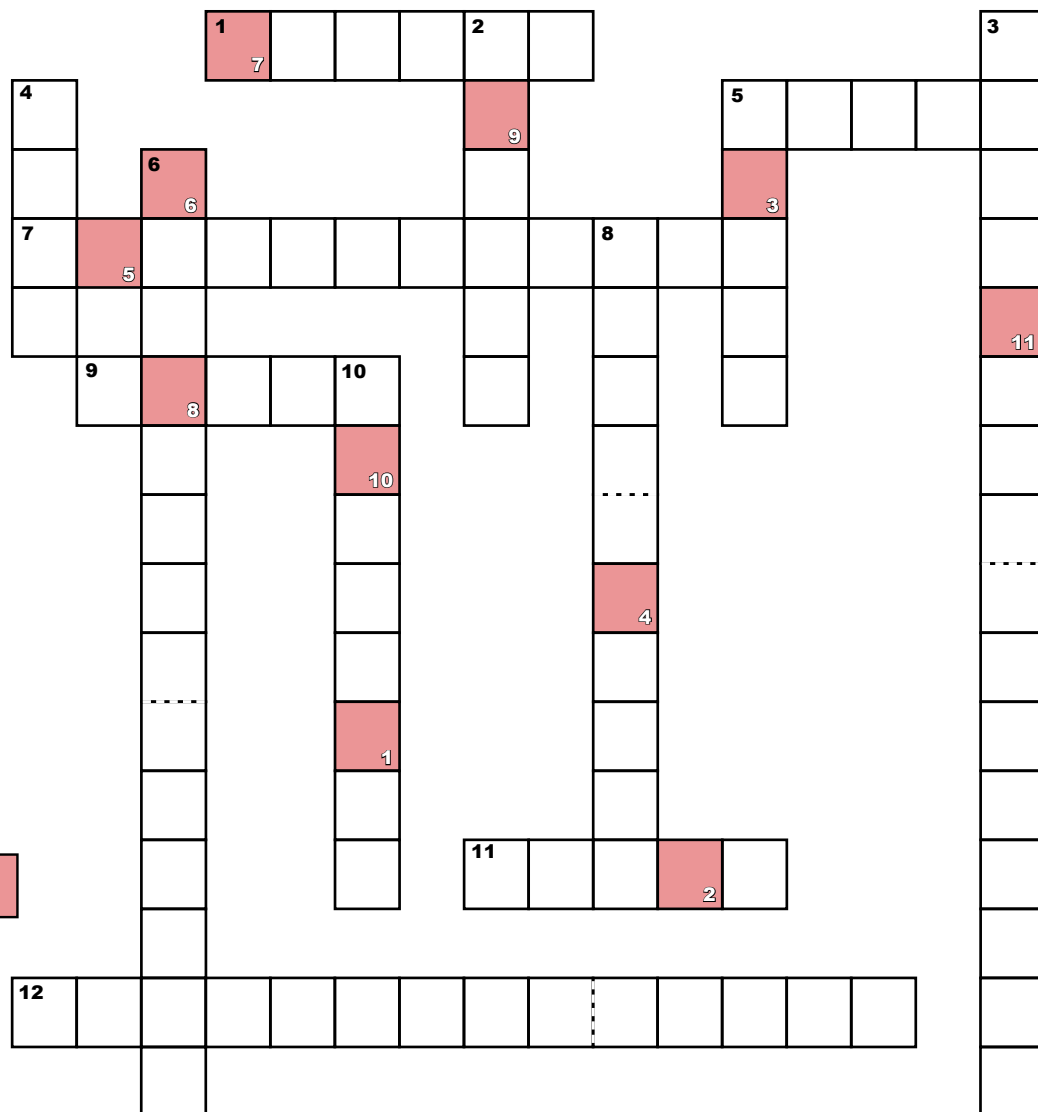
Vodoravno:

- 1 Kako se imenuje kip leva s človeško glavo?
- 5 Kako se je imenovala proizvodnja blaga v Zapužah na Gorenjskem?
- 7 Kako s tujko imenujemo enakopravnost moškega in ženskega spola?
- 9 Največja telesna žleza pri človeku.
- 11 Mesto, kjer se vedno konča kolesarska dirka Tour de France?
- 12 Kako se imenuje papeževa telesna straža v Vatikanu?

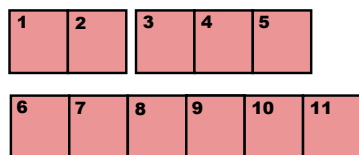
Navpično:

- 2 Najhitrejša kopenska žival.
- 3 Praznik, ki ga praznujemo 40 dni po Veliki noči.
- 4 Katera je bila sveta žival grškega boga Zeusa?
- 5 Kaj je moževa žena njegovi materi?
- 6 Kdo je avtor zbirke Pesmi za pokušino?
- 8 Kateri slovenski pisatelj je bil 10 let tudi ljubljanski župan?
- 10 Največja kača na svetu.

23



Nagradno geslo:



Geslo majske nagradne križanke:

KULTURA MIRU

Nagrajenci:

1. nagrada: **Daša Kramarič, Podčetrtek**
2. nagrada: **Katarina Podgajski, Koper**
3. nagrada: **Anica Ziherl, Škofja Loka**

Nagrade za junij:

1. nagrada: **knjiga Domača nega**
2. nagrada: **nogavice youngCaritas**
3. nagrada: **lonček youngCaritas**



Kolesarjenje in solidarnost z roko v roki okrog Slovenije za otroke iz socialno ogroženih družin.



»Blagoslova pri skrbi za ljudi v stiski!«
Srečanje s papežem Frančiškom na Generalni skupščini Caritas Internationalis



Mladi vključeni v Mlado Karitas so se podali na ulice in na stojnicah predstavljali Karitas.



Spoznavanje, druženje, duhovnost, romanje, ustvarjalnost, dobro počutje je sinonim za počitnice starejših v Vrbju v organizaciji škofijske karitas Celje.

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

