

žarek dobrote

6/XXIV
junij
2026



Karitas

glasilo slovenske karitas



TEMA MESECA

- 3 ••• Podpora družin s šoloobveznimi otroki
- STISKE SODOBNE DRUŽBE
- 4 ••• Osamljenost starejših je tiha stiska sodobne družbe
- NA OBISKU
- 6 ••• Na obisku pri predsedniku ŽK Semič

KARITAS MLADIH

- 7 ••• Brez mladih Karitas dolgoročno ne more živeti
- 7 ••• Mlada Karitas Koper
- 8 ••• Delovna akcija v Soči

- 9 ••• Za vsako minuto pod žarometi stoji tisoč ur v temi telovadnic in na mrzlih igriščih

- 10 ••• Ker nas Bog prvi ljubi, tudi mi lahko ljubimo

- 11 ••• Korak k človeku

CELJE

- 13 ••• Hvalnica prostovoljstvu
- 13 ••• Poklon zavetniku gasilcev
- 14 ••• Dobrota je bila njen poklic
- 14 ••• Življenje je lepo, ker ...

KOPER

- 15 ••• Po usposabljanju za nego bolnika na domu v Ajdovščini
- 16 ••• Dobrodelno okrog Slovenije
- 16 ••• Pomoč ne sme postati le obrazec
- 17 ••• V objemu Marije v Vremah

LJUBLJANA

- 17 ••• Kuhinja brez meja
- 18 ••• Od teorije do prakse: tečaj nege na domu
- 19 ••• Skupaj na poti duhovne in kulturne poglobitve

MARIBOR

- 20 ••• Nega in oskrba bolnika, starostnika na domu
- 21 ••• Začetek Župnijska karitas Laporje
- 21 ••• Dobrodelno okoli Slovenije – postanek pri srcu na Špičniku

NOVO MESTO

- 22 ••• »ZA hrano, ZA planet – ZAVRZIMO MANJ«
- 23 ••• Skupaj za ljudi v stiski – sodelovanje v Krkinem Tednu humanosti in prostovoljstva

- 24 ••• Prejetje ukrajinskega državnega odlikovanja je zahvala celotni mreži Karitas v Sloveniji za pomoč Ukrajini

- 25 ••• Da bi bila pomoč Karitas hitra in učinkovita

- 27 ••• Nagradna križanka

• FOTO NASLOVNA in ZADNJA STRAN Tatjana Splichal •

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



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

Foto: Tatjana Splichal



'...vabim vas, da razmislite o svojih izkušnjah, da boste v tem trenutku uspeha nosilci sporočila, ki je še posebej koristno za rast mladih. Mnogi med njimi vas danes vidijo kot svoje »junake«, kot vzornike, in to vam izroča odgovornost, ki presega uspešnost in od vas kot športnikov zahteva, da ste priče vrednot. To bi res rad poudaril, saj mladi danes resnično potrebujejo vzornike, in to, kar počnete, ima lahko pozitiven ali negativen vpliv na njihova življenja. Zato vam želim iskreno zaupati razmišljanje o tej veliki odgovornosti, ki jo nosite.'

papež Leon XIV. v nagovoru športnikom
vir: Vatican News

TEDEN KARITAS 2026

Geslo: DRUG DRUGEMU DAR

23. – 29. november 2026

25.11.2026:

- romanje sodelavcev Karitas na Ponikvo

- dobrodelni koncert Klic dobrote

29.11.2026

Nedelja Karitas

Podpora družin s šolobveznimi otroki v stiski

Mojca Kepic

Foto: Tatjana Splichal

Ko se približuje konec šolskega leta, se številni starši že sprašujejo, kako bodo pred začetkom novega šolskega leta zagotovili vse šolske potrebščine in delovne zvezke za svoje otroke. Za mnoge je to veliko finančno breme, ki povzroča skrbi in negotovost.

Pomoč Karitas pri nakupu šolskih potrebščin vsako leto potrebuje več kot 14.000 osnovnošolcev iz socialno ogroženih družin. Med njimi je vse več družin, kjer so starši zaposleni, a kljub rednim prihodkom težko pokrijejo osnovne življenjske stroške. Številni starši se spopadajo z dolgovi, nizkimi prihodki ali nepredvidenimi življenjskimi težavami, kot so bolezni, izguba službe ali ločitev. Novo šolsko leto pa za družine v stiski pomeni še dodatno breme zaradi visokih stroškov za šolske potrebščine, predvsem delovne zvezke, ki morajo biti praviloma novi.

Na Karitas opažamo, da materialna pomoč otrokom pomeni predvsem ohranjanje njihovega dostojanstva in enakovrednosti sovrstnikom. Otroci, ki nimajo osnovnih potrebščin, so pogosto izključeni iz družbe vrstnikov, kar vpliva na njihovo samozavest, odnose med vrstniki in občutek pripadnosti. Revščina ni samo pomanjkanje denarja, ampak tudi občutek sramu, nemoči in osamljenosti. **Na Karitas poskušamo s pomočjo donacij posamezni-**

kov in podjetij zagotoviti osnovne šolske potrebščine, saj se zavedamo, da pomanjkanje le-teh pri otrocih pogosto vodi v slabšo motivacijo za šolo, slabšo samozavest in umikanje iz družbe.

Starši lahko v primeru hujše finančne stiske pri centru za socialno delo zaprosijo tudi za izredno denarno socialno pomoč za nakup šolskih potrebščin. Poleg materialne pomoči s šolskimi potrebščinami sodelavci Karitas nudijo tudi psihosocialno podporo, svetovanje in vključevanje otrok v brezplačne aktivnosti, kjer lahko razvijajo svoje sposobnosti.

S pravočasno pomočjo lahko otrokom omogočimo enakovreden in spodbuden začetek šolskega leta ter jim damo priložnost za boljšo prihodnost. Pomoč družinam ni le pomoč v nakupu zvezkov in torb, ampak se s tem podpre predvsem možnost izobraževanja otrok. Ko otroku omogočimo dostojen začetek šolskega leta, mu damo občutek varnosti, sprejetosti in upanja.

Dobrodelna akcija Otroci nas potrebujejo

Slovenska karitas konec junija začne z dobrodelno akcijo **Otroci nas potrebujejo**. Namen akcije je zbiranje materialnih in finančnih sredstev za nakup šolskih potrebščin za otroke iz socialno ogroženih družin. Lani smo pomagali **14.347 otrokom** po vsej Sloveniji. Tudi letos pričakujemo podobno



število prošenj, saj se razmere za številne družine niso izboljšale – mnoge še vedno živijo na robu preživetja, še posebej enostarševske družine in družine z več otroki.

Karitas pomaga v obliki **bonov za delovne zvezke, zvezkov, paketov s potrebščinami**, v nekaterih primerih pa tudi s **plačilom položnic**. Delo poteka preko **župnijskih in škofijskih Karitas**, kjer sodelavci in prostovoljci skrbijo, da pomoč pride v prave roke.

Akcija Pokloni zvezek

V teku je tudi akcija **Pokloni zvezek**, ki poteka v **289 osnovnih šolah** in **129 vrtcih** po Sloveniji. Otroci zbirajo **nove velike črtaste zvezke**, ki jih bodo prostovoljci Karitas avgusta razdelili otrokom v stiski. Letos zbiranje traja do **5. junija 2026**, akciji pa se bodo v poletnih mesecih pridružile tudi poslovalnice **Bags&More** s svojimi kupci.

Vsak zvezek in vsak darovani evro za šolske potrebščine, ki jih otroci iz družin v stiski prejmejo prek Karitas, jim pomaga, da šolo doživijo kot vesel in spodbuden začetek. Počutili se bodo enakovredne drugim otrokom in se bodo lažje posvetili šolskemu delu. Skupaj lahko otrokom omogočimo boljši začetek – ne le šolskega leta, temveč tudi življenja.

Vabljeni k podpori otrokom ob vstopu v novo šolsko leto:

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 – prispevali boste 5 € za šolske potrebščine.

Zgibanke s položnico bodo na voljo tudi po vseh župnijah.

**HVALA iz srca, da otrokom skupaj pri-
našamo veselje!**

OSAMLJENOST starejših je tiha stiska sodobne družbe

Alenka Petek

Foto: Canva

Po podatkih Statističnega urada Republike Slovenije se pomemben delež starejših prebivalcev Slovenije občasno ali pogosto počuti osamljene. Občutek osamljenosti se s starostjo povečuje, posebej po 65. letu. Strokovne raziskave opozarjajo, da ima dolgotrajna osamljenost resne posledice za duševno in telesno zdravje. Povezana je z večjim tveganjem za depresijo, anksioznostjo, slabšimi kognitivnimi sposobnostmi in demenco.

Osamljenost pa ni vedno povezana le s fizično samoto. Mnogi starejši živijo med ljudmi, a se kljub temu počutijo prezrte, nerazumljene ali odrinjene na rob družbe. Pogosto se začne neopazno, z izgubo partnerja, prijateljev, zdravja ali občutka koristnosti. K občutku izolacije prispevajo tudi omejeni socialni stiki, bolezni in strah pred staranjem.

Po smrti življenjskega partnerja se številni starejši soočijo z globoko čustveno praznino. Partner pogosto predstavlja glavni vir vsakodnevne komunikacije, občutek varnosti in socialno oporo. Izguba lahko vodi v umik iz družbenega življenja in občutek, da je življenje izgubilo del smisla.

Sanela je stara 85 let in živi sama v majhnem stanovanju. Otrok ni imela, mož pa ji je umrl pred leti. Sorodniki živijo v tujini, zato se redko slišijo, še redkeje jo obiščejo. Njeni dnevi minevajo v tišini. Veliko posluša radio, družbo pa ji dela papagaj, s katerim se pogosto pogovarja. Največ pravih pogovorov ima s poštarjem in prodajalkami v bližnji trgovini. Najtežje ji je ob praznikih, ko se še bolj zave, da nima nikogar, ki bi jo obiskal.

Ena najpogostejših oblik osamljenosti je čustvena osamljenost. Takrat človeku manjka bližina nekoga, ki bi ga

poslušal, razumel in mu stal ob strani. Starejši pogosto pogrešajo pogovor, dotik, občutek varnosti in pripadnosti. Tudi če imajo okoli sebe ljudi, se lahko počutijo zelo same.

Jože, star 82 let, že več let ni v stiku s sinom. Po družinskem sporu sta prekinila vse odnose. G. Jože je pokončen in trmast človek, prepričan, da ima prav. Pogosto sedi ob oknu in čaka, da bo zazvonil telefon, vendar klika ni. Sam ne želi narediti prvega koraka, saj meni, da bi se moral opravičiti sin. Občutek zavrženosti ga močno spremlja, čeprav sam ne stori ničesar, da bi odnos popravil. Takšni medgeneracijski konflikti lahko pri starejših povzročijo globok občutek zapuščenosti, ki je še posebej izrazit ob praznikih, boleznih ali drugih življenjskih prelomnicah.

Pogosta je tudi socialna osamljenost, ko starejši postopoma izgubijo stik z okolico. Zaradi bolezni, slabše gibljivosti ali oddaljenosti od družine redkeje zapuščajo dom. Krog prijateljev se z leti manjša, mnogi vrstniki umrejo, otroci pa imajo svoje življenje in obveznosti. Dnevi zato postanejo enolični in tihi.

Ga. Francka je bila nekoč zelo družabna. S prijateljicami so hodile na izlete, na kavo in ples. Danes jih je večina že umrla ali zbolela. Sama težko hodi, zato redko zapusti dom. Zaradi bolezni ne more več voziti avtomobila, zaradi česar je še bolj odvisna od pomoči drugih. Čeprav ima sosede, se pogosto počuti odrezano od sveta. Občutek ima, da je ostala sama v svetu, ki se je medtem popolnoma spremenil.

Posebno težka je osamljenost zaradi bolezni ali demence. Ljudje se začnejo umikati iz družbe, ker jih je strah, da bodo kaj pozabili, se zmedli ali postali breme drugim. Pogosto se pojavijo občutki sramu, nemoči in izgube identitete. Tudi svojci in prijatelji včasih ne vedo, kako ohranjati stik, zato se socialni krog postopoma zmanjšuje.

Ivan ima začetno obliko demence. Vedno pogosteje pozablja imena in dogodke, zato se izogiba družbi, ker ga je sram. Tudi prijatelji ga obiskujejo vse redkeje, saj ne vedo, kako se z njim pogovarjati. Zaradi bolezni postaja vse bolj zaprt vase in osamljen.

Veliko starejših občuti tudi družbeno osamljenost. To je občutek, da jih družba ne potrebuje več. Po upokojitvi izgubijo dnevno rutino, stik s sodelavci in občutek koristnosti. Hitre spremembe v svetu, razvoj tehnologije in drugačen način življenja jih lahko še dodatno oddaljijo od okolice.

Mici pravi, da jo najbolj boli to, da je ljudje ne opazijo več. Pri 90 letih ima občutek, da je družba nanjo pozabila. Mlajši nimajo časa za pogovor, vse poteka hitro, sama pa dneve preživlja ob televiziji in starih fotografijah. Kljub prisotnosti drugih ljudi pogreša pristne odnose, bližino družine in občutek povezanosti.

Osamljenost starejših postaja pomemben družbeni in javnozdravstveni problem sodobne družbe. Sociologi opozarjajo, da staranje prebivalstva, individualizacija družbe in razpad tradicionalnih večge-



neracijskih skupnosti povečujejo tveganje za socialno izolacijo starejših.

V preteklosti so starejši pogosteje živeli v razširjenih družinah, danes pa vse več ljudi živi samih. Povečuje se število enočlanskih gospodinjstev, družinski člani pa zaradi zaposlitve in mobilnosti pogosto živijo daleč narazen. Posledično starejši izgubljajo vsakodnevne socialne stike in podporno mrežo.

Dodaten izziv predstavlja tudi digitalni razkorak. Velik del komunikacije se seli na splet, številni starejši pa nimajo ustreznega znanja ali dostopa do

digitalnih tehnologij. To lahko še pogloblja občutek izključenosti iz sodobne družbe.

Osamljenost pogosto spremljajo žalost, tesnoba, praznina in občutek zapuščenosti. Nekateri starejši izgubijo voljo do aktivnosti, slabše spijo, manj jedo ali postanejo brezvoljni. Dolgotrajna osamljenost zato ne vpliva le na duševno zdravje, temveč tudi na telesno počutje in kakovost življenja.

Zato je pomembno, da starejših ne vprašamo le, kako so, temveč si zanje tudi vzamemo čas. Včasih lahko že kratek obisk, pogovor ali prijazna beseda človeku pomenijo občutek, da ni pozabljen.

6

Na obisku pri predsedniku ŽK Semič

Tamara Kimovec

Foto: arhiv ŠK Novo mesto

Gospod Luka Zidanšek je skozi leta sodelovanja dokazal, kako pomembni so zaupanje, odprta komunikacija in dolgoročni odnosi. Kar se je začelo kot uspešno sodelovanje med župnijo Semič, Župnijsko karitas Semič in Škofijsko karitas Novo mesto kot veliko družino, je sčasoma preraslo v medsebojno ustvarjanje projektov – skupnostno središče SKALA, ki temelji na skupnih vrednotah, strokovnosti in medsebojnem spoštovanju. Njegov pristop predstavlja primer dobre prakse povezovanja ljudi, idej in izkušenj v zgodbe, ki prinašajo dolgoročne rezultate. V intervjuju nam bo zaupal pogled na razvoj teh odnosov, ključne mejnike sodelovanja ter pomen partnerstva pri ustvarjanju uspešnih projektov.

Kaj vam osebno pomeni Karitas? Karitas ni samo pomoč v oblačilih in v obliki prehranskih paketov. Je veliko več, predvsem so to razbremenilni pogovori, psihosocialni pogovori, pomoč pri učenju in drugi programi, ki jih izvaja Karitas.

Kako Karitas vidite v prihodnosti? Kljub številnim ponudbam v družbenih medijih opažam, da je veliko ljudi osamljenih in ne znajo poiskati pomoči. Zato je pomembno, da se prepozna stiska ljudi, da so slišani, videni ...



Kaj za vas je temelj dobrega sodelovanja? Pri delu z ljudmi je ključnega pomena, da prepoznamo in naslovimo njihovo stisko in potrebe.

Pri sodelovanju z Župnijsko Karitas je pomembna predstavitev programov, ki jih izvaja Škofijska karitas, **ter** prisluhniti prostovoljcem Župnijske karitas, v kakšnih pogojih delujejo, s kakšnimi težavami se srečujejo.

Katere so v današnjem času vrednote, ki povezujejo?

Predvsem medsebojno zaupanje.

Kako danes nagovoriti mlade in mlajše upokojece, da bi se pridružili karitativnemu delu?

Prostovoljke samoiniciativno pristopijo, saj čutijo potrebo in željo biti v pomoč in oporo ljudem, potrebnim pomoči.

Najljubša slovenska beseda: Domovina.

Najljubša pesem: Slovenec sem in Oj, Triglav, moj dom.

Najljubši slovenski kraj: Brezje.

Brez mladih Karitas dolgoročno ne more živeti

Luka Oven

Mladi potrebujejo skupnost (5/11)

Ko govorimo o mladih, pogosto razmišljamo predvsem o tem, kako jih vključiti v aktivnosti. A v resnici mladi danes ne iščejo samo aktivnosti. Iščejo predvsem odnose. Iščejo skupnost, kjer so lahko sprejeti takšni, kot so, kjer jih nekdo pozna po imenu in kjer imajo občutek, da nekam pripadajo.

To se danes zdi skoraj samoumevno, pa vendar ni. Veliko mladih odrašča v svetu, kjer imajo na videlju ogromno povezav, a hkrati vedno manj resničnih odnosov. Družbena omrežja omogočajo stalno komunikacijo, a pogosto ne prinesejo občutka bližine. Mladi so povezani z mnogimi, a se vseeno počutijo sami. Prav zato postajajo prostori pristnega srečanja vedno bolj dragoceni. In prav tukaj ima Karitas nekaj zelo pomembnega. Karitas ni le prostor pomoči, ampak prostor odnosov. Ko mladi vstopijo v skupino, kjer jih nekdo posluša, kjer lahko sodelujejo brez pritiska popolnosti in kjer začutijo, da so pomembni, se začne dogajati nekaj več kot le prostovoljstvo. Začne nastajati skupnost.

To zelo jasno vidimo tudi pri naših srečanjih mladih prostovoljcev, nacionalnih dogodkih Mlade karitas ali pri skupnih akcijah po župnijah. Velikokrat mladi najprej pridejo zaradi neke aktivnosti, potem pa ostanejo zaradi ljudi. Zaradi občutka, da nekam spadajo. Prav odnosi so pogosto razlog, da mladi vztrajajo tudi takrat, ko zmanjka začetnega navdušenja ali ko pridejo bolj naporni trenutki.

Prav iz tega razmišljanja nastaja tudi program Mentor+, ki ga bomo izvajali v Mladinskem centru youngCaritas v Ljubljani, katerega delovanje sofinancira Mestna občina Ljubljana. Program bo namenjen predvsem mladim, ki se želijo vključiti v prostovoljstvo, a pogosto ne vedo, kako narediti

prvi korak. Velikokrat mladi potrebujejo predvsem varen prostor, kjer lahko nekoga spoznajo, postavijo vprašanja in dobijo občutek, da nekam sodijo, še preden se vključijo v konkretne aktivnosti. Mentor+ bo zato nekakšna vstopna točka za bodoče prostovoljce. Mladi bodo tam lahko spoznali vrstnike, ki so v prostovoljstvu že aktivni, skupaj preživljali čas, se pogovarjali in postopoma odkrivali področja, kjer bi se tudi sami želeli vključiti. Pomembno se nam zdi, da mladim ne ponudimo samo nalog in aktivnosti, ampak tudi prostor za odnose in skupnost. Včasih mladi potrebujejo tudi priložnost, da se enkrat za spremembo samo družijo, brez občutka, da morajo biti ves čas produktivni ali uspešni.

Posebno pozornost bomo namenili tudi mladim z manj priložnostmi in tistim, ki morda potrebujejo nekoliko več spodbude, časa ali podpore za vključevanje. Pogosto prav ti mladi najtežje naredijo prvi korak v novo okolje, čeprav si odnosa in skupnosti morda želijo še bolj kot drugi. Zato želimo ustvarjati prostor, kjer bodo lahko vključeni postopoma, brez pritiska in z občutkom sprejetosti.

Konkretna spodbuda za Župnijske karitas

V prihodnjem mesecu naredite nekaj zelo preprostega: organizirajte srečanje, ki ne bo namenjeno delu ali organizaciji akcije, ampak zgolj druženju. Povabite mlade na čaj, pico, sprehod ali večer družabnih iger. Brez posebnega programa in brez pritiska. Včasih se največ zaupanja in pripadnosti ustvari prav v preprostih trenutkih, ko si vzamemo čas drug za drugega.

MLADA KARITAS KOPER

Koordinatorji

Vikend v Strunjanu

Od 17. do 19. aprila smo se prostovoljci Mlade karitas Koper že tradicionalno zbrali na skupnem vikendu v Strunjanu. Navezali smo se na svetega Frančiška Asiškega in si kot rdečo nit našega vikenda postavili besede *Poklican in poslan, da z dejanji izkazujem ljubezen*. To nas vodi pri našem prostovoljskem delu. V temo nas je uvedel predsednik Škofijske karitas Koper in naš prvi gost vikenda, g. Zoran Zornik. Ob tem se je razpletel tudi zanimiv pogovor.

Sobota je minila v znamenju izobraževanja za animatorje in drugih aktivnosti. Zjutraj smo izve-



dli dve delavnici za animatorje na letovanju v Soči: o dobri komunikaciji in reševanju konfliktov. Nato smo se razdelili v skupine za glavne animatorje in pomočnike animatorjev ter določili naše naloge. Pogovarjali smo se tudi o idejah za geslo našega letovanja v Soči. Po kosilu smo nadaljevali s štafetnimi igrami. Pred večerjo nas je obiskal drugi gost, eksorcist koprške škofije g. Janez Kavčič, ki nam je spregovoril o svojem delu in odgovarjal na naša vprašanja. Zvečer smo častili Gospoda v Najsvetejšem pri adoraciji, ki smo jo pripravili skupaj s Plamenčki – skupino mladih iz Vrhpolja.

V nedeljo smo spregovorili še o nekaterih formalnostih in pregledali pravilnike, da bi bilo naše prostovoljsko delo varno in učinkovito. Sveti maši in kosilu je sledila še skupna evalvacija in odhod domov.

Hvala vsem prostovoljcem za udeležbo.



DELOVNA AKCIJA V SOČI

Enega od majskih vikendov smo prostovoljci Mlade karitas Koper namenili delovni akciji v naši hiši v Soči. Skupaj smo zavihali rokave, očistili prostore, uredili okolico ter hišo pripravili na poletna letovanja, ki vsako leto gostijo številne otroke, mladostnike in družine.

Ob delu ni manjkalo dobre volje, smeha in medsebojne pomoči. Prostovoljci smo poskrbeli za čiščenje sob, kuhinje in skupnih prostorov, uredili zunanje površine ter pripravili vse potrebno, da bo bivanje v hiši prijetno in varno za vse udeležence letovanj.

Ob skupnem delu smo ponovno dokazali, kako veliko lahko dosežemo, ko nas povezuje želja pomagati drugim in ustvarjati prijetno okolje za vse, ki bodo poletje preživeli v Soči.

Hvaležni smo vsem prostovoljcem, ki so si vzeli čas in s svojo energijo prispevali k pripravi

hiše na novo sezono letovanj. Veselimo se poletja, novih zgodb, nasmehov in nepozabnih trenutkov, ki jih bo hiša v Soči ponovno gostila.



MLADI se predstavijo

Sem Neža in prihajam iz župnije Brezovica pri Ljubljani. Pri youngCaritas sem prostovoljka že štiri leta, kjer delujem kot animatorka na počitnicah Biserov ter kot prostovoljka pri Klicu dobrote. Enkrat sem sodelovala tudi kot animatorica na taboru Kuhajmo skupaj.



Prostovoljstvo: Poleg youngCaritas sem prostovoljka tudi pri katoliški mladini, zadnjih pet let pa delujem kot animatorica na župnijskem oratoriju.

Hobiji: Moji hobiji so petje v zboru, izdelava tort, animatorstvo, ustvarjanje, fotografiranje in druženje s prijatelji.

Najljubša hrana: Rezanci z gobovo omako ali kitajski rezanci – težko se odločim.

Najljubši kraj za izlet v Sloveniji: Portorož, saj se tam vedno zgodi kaj lepega ali kakšna zanimiva prigoda.

Najljubša pesem: To pa zagotovo pesem Zetor od skupine Raubarji.

Najljubši kotiček, kjer se sprostiš: Kjerkoli, važno je le, da so ob meni ljudje, ki me spravijo v dobro voljo oziroma se ob njih lahko sprostim. Najpogosteje pa je to pri pevskem zboru.

Najljubša slovenska beseda: Sreča – ker mi je res lepo, ko kdo reče, da je srečen, ali ko pri nekom vidiš iskrico v očeh.

ZA VSAKO MINUTO POD ŽAROMETI STOJI TISOČ UR V TEMI TELOVADNIC IN NA MRZLIH IGRIŠČIH

Benjamin Puhan

9

V soboto, 9. maja 2026, je papež Leon XIV. v apostolski palači gostil prav poseben obisk: vodstvo in igralce nogometnega kluba Inter. Srečanje v konzistorijski dvorani ni bilo namenjeno le čestitkam ob športnih dosežkih, temveč predvsem premisleku o tem, kaj pomeni biti javna osebnost v očeh mladostnika. V svojem nagovoru je papež poudaril: *»Mnogi vas danes gledajo kot svoje junake, kot vzornike, ki jih želijo posnemati. To vam nalaga odgovornost, ki močno presega zgolj športni uspeh; od vas zahteva, da postanete žive priče vrednot. Mladi danes resnično potrebujejo vzornike, saj vaše ravnanje – naj bo na igrišču ali izven njega – neposredno vpliva na njihova življenja.«*

Otrok svoje odnose in svet gradi na posnemanju. Ta proces se ne zaključi z otroštvom, temveč ostaja ključen del odrasčanja. Mladi so še posebej dovzetni za zunanje vplive, iščejo identiteto in usmeritev, ki bi jim pomagala najti pot v svetu. Prav zato športniki, ne glede na to, ali si to želijo ali ne, nosijo breme družbene odgovornosti. V Sloveniji imamo to srečo, da nam svetovnih športnih velikanov ni treba iskati čez mejo. Imena, ki krojijo svetovni vrh v kolesarstvu, košarki ali plezanju, smučarski skokih, nogometu in drugje, so nam na dosegu roke. Njihov vpliv na lokalno mladino je neizmeren, saj uspeh *»nekoga iz naše ulice«* mladim daje občutek, da so sanje uresničljive.

V dobi informacij imamo neposreden vpogled v zakulisje uspeha. Vsakdo, ki se je kdaj vsaj rekreativno ukvarjal s športom, razume, da za vsako minuto pod žarometi stoji tisoč ur v temi telovadnic in na mrzlih igriščih. Vendar pa papežev poziv opominja na še nekaj globljega. Tehnična dovršenost in fizična moč nista dovolj. Pravi vzornik je tisti, ki v trenutku poraza ohrani dostojanstvo in v trenutku zmage pokaže skromnost. V svetu, kjer so mladi pogosto preplavljeni s površinskimi vsebinami na

družbenih omrežjih, postaja avtentičnost športnika ključno sidro. Vzorniki so nujni, ker mladim kažejo, da pot do uspeha ni bližnjica, temveč proces osebnosti rasti.

Ne smemo pa pozabiti, da se vsaka zgodba običajno začne v družini. S pomočjo staršev se pri otrocih vse začne, zato imajo starši prvo in glavno odgovornost pri vzgoji pravih vrednot. Pri vseh stvareh so osnova dobri temelji – če teh ni, se hitro poruši tudi kaj drugega. Nekatere temeljne vrednote veljajo povsod, ne samo pri športu, ampak tudi na drugih življenjskih poteh. Poznamo svetopisemsko zgodbo o talentih. Z rojstvom dobimo možnost, da mnoge talente obogatimo, nadgradimo, lahko pa jih enostavno zakopljemo in tam tudi ostanejo, kar je velika škoda.

Prav tako se dogaja tudi na področju prostovoljstva. Otroci sami od sebe zelo radi pomagajo, pomagajo si med seboj, posebej radi pa pomagajo starejšim, v odrasčanju pa to pri marsikom »izpuhti«. Tudi na področju prostovoljstva so potrebni vzori in konkretna dejanja. Otroci in mladi pri tem posnemajo ne samo starše, ampak tudi druge starejše. Če želimo, da prostovoljstvo postane trajna vrednota in ne le kratkotrajna izkušnja iz otroštva, moramo mladim omogočiti, da dobroto doživijo v praksi. Ni dovolj, da o pomoči drugim samo govorimo, pomembno je, da jo živimo vsak dan. Mladi zelo hitro prepoznajo iskrenost. Ko vidijo odrasle, ki si vzamejo čas za sočloveka, pomagajo sosedu, obiščejo osamljene starejše ali sodelujejo pri dobrodelnih akcijah, dobijo občutek, da je pomoč drugim nekaj naravnega in pomembnega. Zato je pomembno, da smo dobri vzorniki na vseh področjih, da mladim ne ponujamo samo leporečja in praznih besed, ampak morajo dobre prakse tudi videti in sami izkusiti.

KER NAS BOG PRVI LJUBI, TUDI MI LAHKO LJUBIMO

papež Leon XIV.

vir: Vatican News

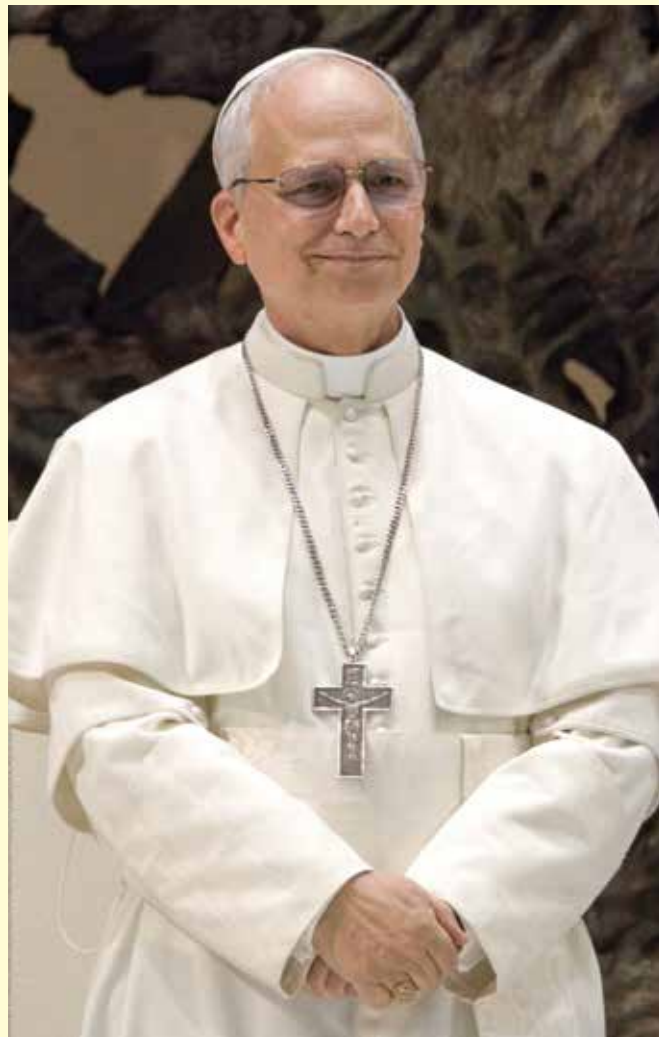
10

Medtem ko iz kruha in iz vina naredi živo znamenje svoje ljubezni, Kristus reče: *»Če me ljubite, se boste držali mojih zapovedi«* (Jn 14,15). Ta izjava nas osvobaja nesporazuma, to je od ideje, da smo ljubljene, če izpolnjujemo zapovedi: naša pravičnost bi bila torej pogoj za Božjo ljubezen. Nasprotno, Božja ljubezen je pogoj za našo pravičnost. Zapovedi zares izpolnjujemo po Božji volji, če prepoznamo njegovo ljubezen do nas, kakor jo Kristus razodeva svetu. Jezusove besede so torej povabilo v odnos, ne izsiljevanje ali dvomljiv odlog.

Zaradi tega nam Gospod zapoveduje, naj ljubimo drug drugega, kakor nas je on ljubil (prim. Jn 13,34). Jezusova ljubezen je tista, ki v nas rodi ljubezen. Kristus sam je merilo, norma resnične ljubezni: tiste, ki je večno zvesta, čista in brezpogojna; tiste, ki ne pozna ne »ampak« in ne »morda«; tiste, ki se daje, ne da bi hotela posedovati; tiste, ki daje življenje, ne da bi karkoli vzela v zameno. Ker nas Bog prvi ljubi, tudi mi lahko ljubimo; in ko zares ljubimo Boga, se tudi v resnici ljubimo med seboj. Tako je kot z življenjem: samo kdor ga je prejel, lahko živi, in tako samo tisti, ki je bil ljubljen, lahko ljubi. Gospodove zapovedi so zato življenjski red, ki nas zdravi lažnih ljubezni; so duhovni slog, ki je pot do zveličanja.

Prav zato, ker nas ljubi, nas Gospod ne pušča samih v preizkušnjah življenja: obljublja nam Paraklita, torej Zagovornika, *»Duha resnice«* (Jn 14,17). To je dar, ki *»ga svet ne more prejeti«* (prav tam), dokler trmasto vztraja v zlu, ki zatira uboge, izključuje slabotne, ubija nedolžne. Kdor pa odgovori na ljubezen, ki jo ima Jezus do vseh, v Svetem Duhu najde zaveznika, ki nikoli ne zataji: *»Vi ga poznate, pravi Jezus, ker ostaja pri vas in bo v vas«* (prav tam). Vedno in povsod torej lahko pričamo o Bogu, ki je ljubezen. Ta beseda ne pomeni neke ideje človeškega uma, ampak resničnost Božjega življenja, po kateri so bile vse stvari ustvarjene iz nič in odrešene od smrti.

S tem, ko nam Jezus podarja resnično in večno ljubezen, deli z nami svojo identiteto ljubljenega Sina: *»da sem jaz v Očetu in vi v meni in jaz v vas«*



(v. 20). To vključujoče občestvo življenja zmede Tožnika, to je nasprotnika Paraklita, duha, ki nasprotuje našemu Zagovorniku. Medtem ko je Sveti Duh moč resnice, je ta Tožnik *»oče laži«* (Jn 8,44), ki skuša človeka zoperstaviti Bogu in ljudi med seboj. Ravno nasprotno od tega, kar dela Jezus, ko nas rešuje zla in nas združuje kot ljudstvo bratov in sester v Cerkvi.

Predragi, polni hvaležnosti za ta dar se zaupajmo priprošnji Device Marije, Matere Božje ljubezni.

Duhovnost za srečanje župnijske Karitas

Ob prebranem razmišljanju papeža Leona vsak posamezno razmisli o vprašanih in nato podeli v skupini:

Kako nam Bog preko svoje ljubezni pomaga ljubiti?

Kako čutite Božjo ljubezen?

Skupaj se zahvalite Gospodu za moč, ljubezen in potrpežljivost ter v ta namen zmolite očenaš.

KORAK K ČLOVEKU

Bernarda Grašič

Letošnji nagradni natečaj v sklopu akcije 40 dni brez alkohola in programa „Zmerno. Odgovorno. Opolnomočeno.“, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje in že več let poteka po slovenskih osnovnih in srednjih šolah, je letos prvič odprl vrata tudi multimedijским prispevkom, ne le literarnim in likovnim izdelkom.

Letošnje geslo je mlade nagovarjalo, da razmislijo, kaj je njihov korak k človeku.

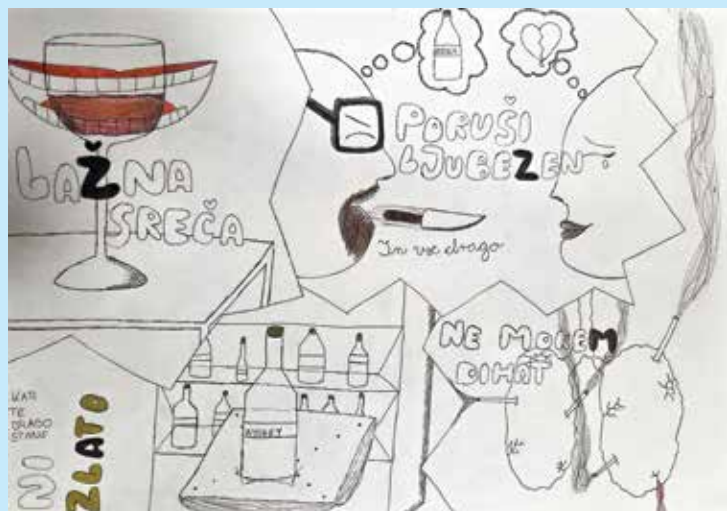
Ko smo s sodelavci razmišljali o geslu letošnje akcije, smo se spraševali, kaj pravzaprav pomeni korak k človeku. Gre za vprašanje, ali sploh opazimo sošolca, ali v družbi odložimo telefon in smo resnično prisotni. Gre za pogum, da nekoga vprašamo, kako je, in nato odgovor tudi zares poslušamo. Korak k človeku pomeni korak k bližini, odnosom, pogovoru in k temu, da drug drugega ne spregledamo.

Eden izmed nagrajencev letošnjega natečaja je v svojem delu razmišljal takole:

»Nekega dne sem sedel s prijatelji. Vsi smo imeli v rokah telefone. Bili smo skupaj, ampak v resnici ne. Nihče ni zares poslušal. Takrat sem se vprašal: ali je to sploh to, kar pomeni biti človek?»

Danes je vse hitro. Vedno nekaj gledamo, poslušamo, hitimo. In včasih pozabimo na najbolj preproste stvari – nase in na druge.

Najbolj povezani smo prek naprav, a hkrati najbolj oddaljeni drug od drugega.» (Filip Podražaj, 9. razred)



ALKOHOL-LAŽNA SREČA, Iris Klinc, 2. letnik, SUAŠ Ljubljana

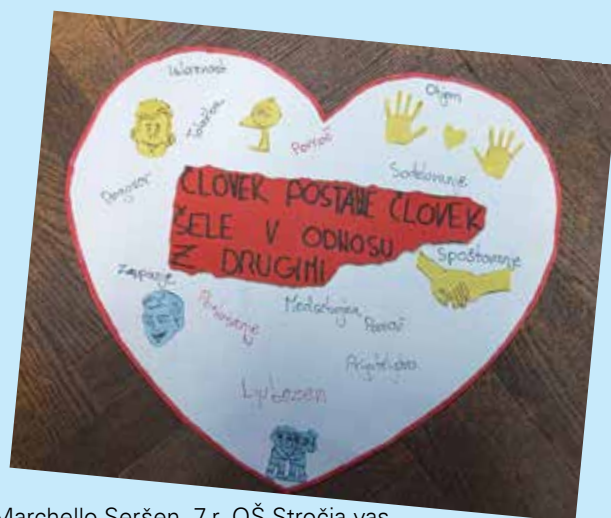
Filipove besede nas spodbujajo k razmisleku, kako močno smo vpeti v virtualni svet in kako pogosto ob tem spregledamo najpreprostejše, a dragocene stvari – bližino, pogovor in ljudi okoli sebe.

Letošnji natečaj je mnogim dal priložnost, da se izrazijo na način, ki jim je najbližji. Sodelovali so lahko z literarnimi, likovnimi in letos prvič tudi z multimedijскими prispevki. **Skupaj smo od 244 učencev in dijakov prejeli 115 unikatnih, ustvarjalnih, zabavnih in tudi ganljivih prispevkov posameznikov ali skupin iz 39 različnih šol.** Nekateri so nas nasmejali, spet drugi so nam dali misliti, pri vseh pa je bilo možno prepoznati veliko truda, idej in iskrenosti.

Delo komisije ni bilo enostavno, a so vseeno uspeli oceniti vse izdelke. Ocenjevali so v treh kategorijah:

- literarni,
- likovni in
- multimedijški prispevki,

ločeno za osnovne in srednje šole.



Marchello Seršen, 7.r. OŠ Stroča vas



OBRNI ZGODBO, Kristina Hribar, 1. letnik, SUAŠ Ljubljana



Letošnji nagrajenci po kategorijah so naslednji:

Literarni OŠ	Literarni SŠ
1. Karla Dovšak , OŠ Olge Meglič, Ptuj 2. Maša Gunčar Maljuna , OŠ Koper 3. Svit Dimic , OŠ Marije Vere, Kamnik 3. Filip Podržaj , OŠ Istrskega odreda, Gračišče	1. Tjaša Korošec , Srednja zdravstvena šola Murska Sobota 2. Špela Švab , Srednja upravno administrativna šola Ljubljana 3. Tjaša Mlinar Kurent , Biotehnični center Naklo 3. Eman Dizdarevič , Strokovni izobraževalni center, Ljubljana
Likovni OŠ	Likovni SŠ
1. Inti Kocjančič , OŠ Ketteja in Murna, Ljubljana 2. Sofia, Eli in Timotej , OŠ Stročja vas 3. Ivana Karba , OŠ Stročja vas 3. Marchello Seršen , OŠ Stročja vas	1. Sara Peterman , Biotehniški center Naklo 2. Iris Klinc , Srednja upravno administrativna šola Ljubljana 3. Kristina Hribar , Srednja upravno administrativna šola Ljubljana
Multimedijski OŠ	Multimedijski SŠ
1. Učenci (30), OŠ Franca Lešnika – Vuka , Slivnica 2. Mark Verdev in Paskal Tratnik , OŠ Polzela 3. Aljaž Teodor Špan , OŠ Pohorskega odreda, Sl. Bistrica 3. Aneta, Kristjan, Luka, Ožbej, Niko in Urban , OŠ Maksa Pleteršnika, Pišce	1. Apolonija Renko , Dijaški dom Celje 2. Jasmina Čordić in Nely Bukovič , Srednja upravno administrativna šola Ljubljana

Vsem nagrajencem iskreno čestitamo, obenem pa se zahvaljujemo vsem mentorjem za podporo in spodbudo mladim ustvarjalcem.

Prav tako se zahvaljujemo vsem donatorjem, ki ste prispevali nagrade za naše sodelujoče otroke in mlade.:

- Mladinsko gledališče Ljubljana
- ZOO Ljubljana
- Križna jama
- Ljubljanski grad
- Terme 3000 – Moravske Toplice
- Kamp Menina – Funpark
- Bovec Šport Center
- Terme Čatež
- WOOP Ljubljana
- NIJZ
- Zavarovalnica Triglav in
- AVP.

Še enkrat hvala vsem sodelujočim učencem in učenkam, dijakom in dijakinjam, hvala vsem mentorjem, staršem in podpornikom akcije.

Naj bo letošnje geslo spodbuda tudi za vse nas: razmislimo, kaj lahko vsak izmed nas stori, da bo naredil korak bližje sočloveku.

Program sofinancira:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program je sofinanciran s strani Ministrstva za zdravje. Vsebina programa je izključno odgovornost izvajalcev in ne odraža nujno stališč financerja.



celje

HVALNICA PROSTOVOLJSTVU

Boža Herek

Nekateri želijo svoj čas porabiti koristno, za druge, in svoj čas darujejo tistim, ki so potrebni pomoči in se sami ne znajdejo. Tudi v Škofijski karitas Celje (podobno kot v vseh drugih) je prostovoljstvo osnova delovanja. V lanskem letu je v tej organizaciji delovalo 1.233 rednih in občasnih prostovoljk in prostovoljcev, od tega dve tretjini rednih in tretjina občasnih.

Posebej dragoceni pa so tisti, ki jih življenje potisne na rob družbe in pristanejo na dnu, potem pa se od tam odženejo in zaživijo normalno življenje, se spet postavijo na noge, pustijo vse slabo za seboj in začnejo znova. Prav takšni so vredni še posebne pozornosti in jih v Škofijski karitas radi opazijo, za njihovo delovanje pa tudi nagradijo z lepo besedo in – priznanjem. Eno od teh je Festival prostovoljstva. Letošnji že tradicionalni dogodek te vrste je bil že 21., organizirata pa ga Celjski mladinski center in Mestna občina Celje. Potekal je 24. aprila v atriju Celjskega mladinskega centra, namenjen pa je bil obeležitvi prostovoljskega dela in podelitvi priznanj najzaslužnejšim posameznikom.

Med (sedmimi) dobitniki posamezniki je bil tudi Luka Vižin, zelo dejaven prostovoljec v Škofijski karitas Celje, saj je opravil častitljivih 918 ur prostovoljnega dela, kar je nekajkrat več, kot so jih sicer opravili predla-



gani predani prostovoljci, katerih delo je – ne glede na število ur – neprecenljivo. Luka je res poseben, vsak dan v stiku z ljudmi, zna poslušati in svetovati, je vedno in povsod tam, kjer ga potrebujejo, in je dokaz, da lahko človek kljub omejitvam in bolezni pomembno prispeva k delu skupnosti.

POKLON ZAVETNIKU GASILCEV

Boža Herek

foto: Damjan Kolšek

13



Sv. Florjan je zavetnik gasilcev pa tudi dimnikarjev ter sorodnih poklicev. Ta mučenec je priprošnjik tistih, katerih domove pogosto ogrožata požar ali strela, in zavetnik vseh, ki vidijo nemoč ljudi, ko jih doletijo stiske. Za Laško, kjer je bilo središče trga večkrat podvrženo požarom, ima sveti Florjan še poseben pomen, čeprav je tamkajšnja cerkev posvečena sv. Martinu. Zato je na forjanovo v Laškem zadnja leta zelo slovesno. Letos so sv. Florjana v laškem svetišču praznovali prvo soboto po njegovem godu, 9. maja. Ta praznik je za Laščane pomemben tudi zato, ker se je ob koncu vojne pred 81 leti prav takrat po dolgem molku v cerkvi slišala slovenska pesem.

Slovesnosti se tradicionalno udeležujejo gasilska društva iz kraja, tokrat iz Rečice, z Vrha in Laškega. Pridejo tudi druga društva, letos sta bili obe rudarski društvi, iz Sedraža in Brezno Huda jama, pa kmečke žene iz društva Rosa, predstavniki Območnega združenja Rdečega križa Laško - Radeče, občinskega Društva invalidov, občinskega odbora Združenja za vrednote Slovenske osamosvojitve, Strelsko društvo iz Male Breze in pevci: cerkveni pevski zbor Koral, ki je sveto daritev obogatil s petjem. Tudi župan Laškega Marko Šantej ni manjkal.





Ne zaradi lakote, pač pa ker je tak red, za to priložnost članice Župnijske karitas Laško napečejo »kruhovih šnit«. Čeprav gre za preprosto jed, imajo ženske skrite sestavine, da teknejo vsem ter je vsega ravno prav in ne gre nič v nič. Te jestvine so tradicionalno na pladnjih in so bile tudi tokrat za piko na i po maši, simboličnih darilnih zahvale in ob druženju obvezna sestavina: vse v zahvalo minulim rodovom za plemenito delo, ki so ga opravili, in da bi skupno delo v društvih in skupnosti tudi v prihodnje imelo »hasek« in Božji blagoslov.

DOBROTA JE BILA NJEN POKLIC

Rok Metličar, Zdenka Jelen, Tatjana Pevec

Poslovala se je Erna - Anči Romih. Srčna gospa je v tihoti vsakdanjih darovanj živela vero, ki ni ostala le v besedah, ampak je postala dejanje. Iz lastnih preizkušenj je znala zajemati moč pri Bogu, zato je še posebej razumela stisko drugih in jim stala ob strani z nežnostjo in upanjem. Njeno služenje v Karitas je bilo tiho pričevanje, da se trpljenje lahko preoblikuje v sočutje, rana pa v blagoslov za druge.



Gospo Erno smo spoznali pred več kot 15 leti, ko je v Vrbje je prihajala po pakete pomoči za ljudi v stiski kot voditeljica pri ŽK Gotovlje. Povezalo nas je delo in skupno poslanstvo pri Karitas. Z njo nismo bili povezani zgolj z delom za ljudi v stiski, ampak je beseda večkrat segla na osebno raven, na to, kako rada je imela glasbo, in je z navdušenjem pripove-

dovala o svojem petju pri Mešanem pevskem zboru Gotovlje ali pa o romanjih v Medžugorje k Mariji, Kraljici miru, h kateri je tako rada poromala.

Bila je duša in srce Župnijske karitas Gotovlje, kjer je do leta 2021 opravljala delo vodje in prostovoljke. Vedno je dajala prednost pomoči potrebnim ljudem in otrokom v stiski. Sodelovala je pri vseh dobrodelnih projektih, ki smo jih organizirali pod okriljem Karitas, najraje pa je sodelovala in pomagala na vsakoletnem koncertu Slovenske karitas KLIC DOBROTE v dvorani Golovec v Celju.

S svojo zvestobo je kazala, da vera ne odstrani vseh težav, ampak človeku podari pogum, da jih nosi in ob tem razsvetljuje pot bližnjim. Dolga leta njenega srčnega razdajanja za svoje bližnje, ki so ji bili vsi, s katerimi se je srečala in so jo prosili pomoči, bodo ostala kot žlahten spomin s priprošnjo, da se spočije v Bogu.

S svojo dušo, nasmehom in dobro voljo je znala v človeku vzbuditi optimizem in vero v Boga in sočloveka. To jo je osrečevalo in vodilo, da je lahko z vso vnemo pomagala drugim.

Imela je veliko prijateljev in znancev, ki so jo imeli radi. Zdaj v družbi svojih najdražjih uživa mir in Božjo ljubezen, v katero je neomajno zaupala. Anči, pogrešali te bomo.

ŽIVLJENJE JE LEPO, KER ...

Irma Macuh

Kot prostovoljko v Župnijski karitas Vrbje so me povabili na petdnevno letovanje v Sončno hišo v Portorož. Vodstvo pripravlja lepo organizirano letovanje. Prvi dan je namenjen nastanitvi in medsebojnemu spoznavanju. Glavni šef se preobrazi v glavnega kuharja in nam s pomočniki vsak dan pripravlja zelo okusno in pestro hrano. V naslednjih dneh se lahko kopaš v bazenih term, vmes pa spoznaš muzeje školjk, potapljaške zgodovine v Piranu,





piranski samostan, se z ladjico zapelješ v Izolo ... Vsak dan je posebno doživetje – če je vreme lepo, še posebej. Ves čas je na voljo duhovna voditeljica, ki nas je letos usmerila v misel: »Življenje je lepo, ker ...« Ta misel nas je vodila ves teden.

Po vsebini je teden še globlji. Bili smo skupina različnih. Eden s hudo travno, drugi z veliko denarno težavo, tretji s stanovanjskim problemom. Karitas zelo veliko pomaga pomoči potrebnim, vendar smo tudi prostovoljci začutili, da jim prisluhnemo, se z njimi zblížamo in povežemo.

Ob večerih smo se zabavali z družabnimi igrami, se sproščali in nasmejali. Zadnji večer smo imeli priložnost spoznati življenjsko zgodbo gospoda, ki je bil zaradi alkohola popolnoma na dnu. Izgubil je družino, premoženje in se znašel na cesti – brez dostojanstva. Našel je moč, ko mu je roko ponudil angel v človeški podobi. Sprejel je njegovo roko in tako že 22 let živi brez alkohola. Danes je on tisti angel, ki pomaga brezdomcem iz najglobljega dna.

Sklenem: življenje je lepo, ker ima vsak človek svojega angela varuha, samo prisluhniti mu moramo. Tudi mi smo lahko angeli varuhi pomoči potrebnim.

Škofijska karitas Vrbje, hvala, ker ste na tem letovanju bili vi naši angeli varuhi.

koper

AJDOVŠČINA: USPOSABLJANJE ZA NEGO BOLNIKA NA DOMU

Janja Medvešček

V petek, 17. aprila, smo v DSO Kresnice v Ajdovščini zaključili z usposabljanjem za nego bolnika na domu v organizaciji Škofijske karitas Koper.

Da je človek telesno, duševno, duhovno in socialno bitje, nam je na slikovit in z izkušnjami podkrepljen način predstavila dr. Piroška Viragh Boltar. Udeleženci usposabljanja smo želeli dobiti čim več

znanja o tem, kako pri skrbi za bolnega in ostarelega človeka na domu upoštevati vse štiri razsežnosti.

Na prvem srečanju nam je socialna delavka Valentina Tratnik spregovorila o pravicah iz dolgotrajne oskrbe. Kot delavka v DSO je podala trenutni nabor pravic in možnosti, ki jih nudi zakon za nego bolnega in ostarelega na domu. Tudi na vprašanja udeležencev je suvereno odgovarjala.

Na drugem srečanju je duhovnik g. Janez Kržnik govoril o duhovni oskrbi bolnega, ostarelega in umirajočega človeka. Iz svojih bogatih izkušenj župnika in bolnišničnega duhovnika je povedal, da je želja in potreba po duhovni hrani v bolnem in ostarelem človeku velika. Skupaj smo ugotavljali, da je v našem okolju za duhovno oskrbo pogosto boljše poskrbljeno v DSO ali bolnišnici kot doma.



Na tretjem, četrtem in petem srečanju sta nam predstavnika Hospica v Ajdovščini, ga. Katarina Čermelj in g. Darko Šviligoj, predstavila delo njihovega društva pri skrbi za bolne in ostarele, dr. Piroška Viragh Boltar je spregovorila o paliativni oskrbi na našem področju, g. Stanko Rovtar, dolgoletni delavec v zdravstvu, o načinu ravnanja z bolnim, ostarelim in umirajočim, ter ga. Marjana Plesničar Jezeršek o žalovanju.

Posebno vrednost je na vseh petih srečanjih imel prikaz praktične skrbi za bolnega in ostarelega, ki ga je izvedla ga. Miranda Furlani. Ga. Miranda ima bogate izkušnje, ki jih je delila z nami. Ob in na bolniški postelji nam je pokazala:

- kako pripraviti prostor ob prihodu bolnika domov
- kako negovati delno pokretnega bolnika
- kako negovati nepokretnega bolnika
- kako oskrbeti umrlega

Spregovorila nam je o nakupu in izposoji pripomočkov, ki olajšajo nego in tudi izboljšajo počutje bolnika.



Ge. Mirandi posebna zahvala za ure, ki jih je delila z nami. Poleg znanja in izkušenj nam je posredovala zavedanje o spoštovanju, tenkočutnosti in obzirnosti do bolnega in ostarelega. Poudarila je pomembnost spoštljivega odnosa do telesa umrlega in pomen žalovanja.

16 DOBRODELNO OKROG SLOVENIJE

Anica Milavec

Kot vsako leto je tudi letos potekal projekt Dobrodelno okrog Slovenije. To je kolesarski maraton po Sloveniji, ki ga je začel ultramaratonec g. Dami Zupič. Maraton je razdeljen na pet etap, v katerih kolesarji prevozijo Slovenijo z namenom zbiranja sredstev za nakup koles otrokom iz socialno šibkih družin.

V Postojnski OK smo se letos odločili, da darovano kolo ponudimo Pivški OK, saj etape kolesarske akcije ne potekajo skozi njihovo občino. Sodelavke Pivške OK so ponudbo z veseljem sprejele. Našle so družino s tremi otroki, samimi fanti, kjer bo kolo v uporabi kar nekaj časa. Tako so 13. maja v Postojni prevzele kolo in osrečile celotno družino!

V imenu družine, ki je kolo prejela, se zahvaljujem Slovenski karitas, ki je koordinatorka projekta, g. Zupiču in spremljajočim kolesarjem ter vsem, ki leto za leto omogočajo izpeljavo dobrodelnega projekta. Naj vse spremlja misel na nasmejane otroške oči in hvaležne starše!



POMOČ NE SME POSTATI LE OBRAZEC

Franica Grmek

V okviru celostnega duhovno-izobraževalnega sklopa za sodelavke Župnijskih karitas je novembra 2025 ter februarja in aprila 2026 v Sončni hiši v Portorožu potekalo več poglobljenih srečanj, ki se jih redno udeležuje 18 sodelavk ŽK. Seminar vodita dr. Stanko Gerjolj in Ana Rozman, ki s svojim znanjem, izkušnjami in človeško toplino ustvarjata prostor za osebno rast, duhovno poglobitev ter medsebojno povezanost.

Namen teh srečanj ni le pridobivanje novih znanj, temveč predvsem delo na sebi, osebnostna in duhovna rast ter krepitev notranje stabilnosti. Sodelavke poudarjajo, da je prav to pomemben temelj za kakovostno spremljanje ljudi v različnih življenjskih stiskah. Le človek, ki zna prisluhniti sebi, sprejemati svoje omejitve ter negovati notranji mir, lahko z odprtim srcem in sočutjem spremlja tudi druge.

Srečanja potekajo v prijetnem in domačem vzdušju ob morju, kjer si sodelavke lahko vzamejo čas zase, za pogovor, molitev, razmislek in izmenjavo izkušenj iz karitativnega dela. Posebej dragoceni so trenutki, ko lahko ob svetopisemskih vsebinah in življenjskih zgodbah poglobljajo razumevanje svojega poslanstva med ljudmi v stiski.

Poseben pečat je pustilo zadnje srečanje v aprilu 2026, ki je potekalo v velikonočnem času in je bilo posvečeno temi Jezusovih čudežev. Ob premišljevanju evangelijskih odlomkov so udeleženske razmišljale o veri, upanju in moči dobrote v vsakdanjem življenju.

Še posebej jih je nagovorila pripoved o ozdravljenju sključene žene (Lk 13,10-17), ki jo je Jezus rešil prav v soboto. Čeprav so mu očitali kršenje postave, je Jezus pokazal, da je človek s svojo stisko vedno pred togim razumevanjem pravil. Prav ob tem evangelijskem odlomku se je med sodelavkami razvil iskren pogovor o njihovem vsakodnevem delu v Župnijskih karitas.

Poudarile so, da sta red in zakonitost pri karitativnem delu pomembna, vendar nikoli ne smeta zasenčiti človeka in njegove bolečine. Pomoč ne sme postati le obrazec, številka ali administrativni postopek. Karitas pomeni bližino, poslušanje, spoštovanje dostojanstva ter pripravljenost človeka resnično videti in slišati. Mnoge sodelavke, ki redno spremljajo ljudi v stiski, so ob tem delile izkušnjo,



kako pogosto se tudi same srečujejo z vprašanjem, kako ohraniti ravnotežje med pravili in sočutjem.

Takšna srečanja so za sodelavke Karitas dragocena priložnost za obnovitev notranje moči, poguma in veselja do prostovoljnega služenja. Domov se vračajo obogatene z novimi spoznanji, medsebojno podporo ter z utrjeno zavestjo, da je bistvo karitativnega dela predvsem bližina človeku.

Z nadaljnjimi srečanji bodo sodelavke nadaljevale v jesenskem času in v prihodnjem letu, saj si želijo še naprej poglobljati svoje znanje, osebno rast ter krepiti medsebojno povezanost pri delu za in z ljudmi v različnih stiskah.

V OBJEMU MARIJE V VREMAH

Miranda Marjanovič

V senci mogočnih dreves na eni strani in obsijana s popoldanskim soncem na drugi strani nas je tudi letos sprejela v svoje okrilje cerkev Marijinega vnebovzeta v Vremah. Kot vsako leto je tudi letos Marija objela starejše, bolne, invalide, skupaj s sodelavci Kraške območne Karitas.

Z avtobusom in z avtomobili smo priromali k Mariji. Sv. mašo je daroval Vasjan Kecojevič ob somaševanju župnikov kraške dekanije.

Gost srečanja, Jurij Vončina, ravnatelj Škofijske karitas Koper, nam je v svojem nagovoru podal lepe in bogate misli, ki smo jih odnesli s seboj in o njih razmišljamo pri svojem delu s starejšimi, bolnimi, invalidi.

Poseben čar smo zbrani začutili ob ljudskem pe-tju Marijinih pesmi, ki je preprosto, srčno in ubra-no napolnilo cerkev in srca vseh navzočih. Večina prisotnih je pristopila k bolniškemu maziljenju kot zakramentu spodbude, krepitve bolnih in ostarelih.

Po sv. maši smo se pred cerkvijo okrepčali, se podružili in bili enotnega mnenja, da smo letos v lepem številu imeli res čudovit, bogat nedeljski popoldan, ki je bil za marsikaterega starejšega in bolnika drugačen, poln veselih, spodbudnih besed, ki v osamljenosti in bolezni tako pobožajo dušo.

Z blagoslovom v srcih, veselih obrazov ter z mislimi upanja in ljubezni do vseh trpečih smo se odpravili na svoje domove, hvaležni za res lepo srečanje!



Ljubljana

KUHINJA BREZ MEJA

Alenka Petek

Škofijska karitas Ljubljana je 5. maja 2026 pripravila ukrajinsko-slovensko kuharsko delavnico, ki je bila namenjena medkulturni izmenjavi, spoznavanju kulinarčnih tradicij ter povezovanju udeležencev ob pripravi značilnih ukrajinskih in slovenskih jedi v okviru programa Integra, ki ga sofinancira MDD-SZEM.

Udeleženci so skozi pripravo tradicionalnih jedi raziskovali okuse dveh narodov ter ob tem spoznavali pomen hrane kot pomembnega dela kulturne dediščine, identitete in povezovanja med ljudmi.

Slovenski del delavnice je vodil Marko Čižman, avtor dveh kuharskih knjig, ukrajinski del pa Oksana Magur. Skupaj z udeleženci sta pripravila tri značil-



ne jedi: slovenske štruklje, prekmursko gibanico in ukrajinski boršč.

Poudarek delavnice je bil predvsem na sodelovanju in skupni pripravi hrane. Vsi udeleženci so aktivno sodelovali pri celotnem procesu, od priprave sestavin do kuhanja in peke. Ob delu so spontano nastajali pogovori o kulinarčnih navadah, družinskih receptih, običajih in vsakdanjem življenju, kar je ustvarilo sproščeno in povezovalno vzdušje.

18



Posebno zanimanje je pritegnila priprava boršča, ene najbolj priljubljenih ukrajinskih jedi. Nepogrešljiva sestavina boršča je rdeča pesa, ki jedi daje značilno rdečo barvo, poleg nje pa jed običajno vsebuje še meso, zelje, korenje, česen, čebulo in krompir. Udeleženske so se priprave lotile z veliko predanostjo. Dve izmed njih sta doma pripravili tudi *vereničke*, tradicionalne cmočke z zeljem, ter spekli česnovе bombete, ki se odlično podajo k boršču in dopolnijo njegovo bogato aromo.

Prekmurska gibanica, štruklje in boršč niso zgolj jedi, temveč pomembni simboli kultur-

ne identitete, zgodovine in načina življenja naroda, iz katerih izvirajo. Tradicionalna hrana ljudi povezuje z njihovimi koreninami, ohranja običaje, recepte in spomin na pretekle generacije. Ko govorimo o teh jedeh, govorimo tudi o družini, praznikih in načinu, kako se kultura prenaša iz roda v rod. Prav zato imajo takšne jedi veliko globlji pomen od same prehrane, postanejo del skupne dediščine in narodne identitete.

Prijeten vonj kuhanja se je širil po prostorih in ustvarjal domače ter sproščeno vzdušje. Peka in kuhanje sta prinašala tople, mamljive vonjave sveže pripravljenih jedi, ki so prebujale občutek domačnosti in prijetnega druženja.

Dogodek je dodatno obogatila slovenska in ukrajinska ljudska glasba, ki je ustvarila prijetno in domače razpoloženje ter še poudarila občutek povezanosti med kulturama.

Delavnica je znova pokazala, da lahko tudi skozi hrano najdemo skupne točke, gradimo medsebojno razumevanje, spoštujemo raznolikost ter ustvarjamo mostove med ljudmi in kulturami.

OD TEORIJE DO PRAKSE: TEČAJ NEGE NA DOMU

Vlasta Klemenčič

V novih prostorih vzgojno-izobraževalnega objekta Hotič je aprila potekal brezplačni tečaj nege bolnika na domu, ki je pritegnil 18 udeleženk iz Hotiča in Kresnic, različnih starosti in življenjskih izkušenj. Najmlajša udeleženka je štela 15 let. To je bila že druga izvedba tečaja v občini Litija, ki ga je organizirala Župnijska karitas Kresnice, financirala pa Škofijska karitas Ljubljana in poteka v okviru projekta Povezani v samopomočni skupnosti Ministrstva za javno upravo.





Tečaj je vodila ga. Antonija Fink, upokojena diplomirana medicinska sestra z bogatimi izkušnjami na področju patronažne zdravstvene nege. S svojim strokovnim znanjem, srčnostjo in toplim pristopom nas je popeljala skozi ključna področja, s katerimi se svojci in oskrbovalci srečujemo pri negi bolnika na domu. Ob tem nas je spomnila tudi na pomen sočutja, potrpežljivosti in dostojanstva pri skrbi za bolnega človeka.

Udeleženske smo bile za organiziran in izveden tečaj zelo hvaležne, še posebej zaradi številnih praktičnih prikazov nege bolnika. Mnoge med nami smo poudarile, da smo se na tečaj prijavile z željo, da bi svojim bližnjim znale nuditi sočutno, duhovno in ljubečo pomoč, nekatere pa tudi zaradi osebnega zanimanja in želje po dodatnem znanju.

Domov smo odšle hvaležne za nova znanja, prijetna srečanja in spodbudne besede.

SKUPAJ NA POTI DUHOVNE IN KULTURNE POGLOBITVE

Alenka Petek

V jutranjih urah 27. aprila 2026 smo se sodelavci Škofijske karitas Ljubljana skupaj s prostovoljci župnijskih Karitas podali na romanje po Dolenjski. Na pot smo se odpravili z dvema polnima avtobusoma, na katerih se je zbralo skupno 106 udeležencev. Z nami je romal tudi prelat Anton Slabete, ki je poskrbel za duhovno vodstvo ter daroval sveto mašo v župniji Šentpeter-Otočec.

Najprej smo se ustavili na Muljavi, kjer smo si ogledali Jurčičevo domačijo, enega redkih muzejev na prostem v Sloveniji, ki ohranja dediščino prvega slovenskega romanopisca Josipa Jurčiča. Vodiči so nam na zanimiv način približali življenje v tedanjem času ter vsakdan ljudi na podeželju.

Ogled domačije smo začeli v rojstni hiši, ki jo je leta 1826 zgradil pisatelj ded in je bila od takrat le malo preoblikovana, kar ji daje posebno zgodovinsko vrednost. Ob njej smo si ogledali še zbirko kmečkega orodja, čebelnjak, kaščo, topolar, sušilnico za lan ter Krjavljevo kočo, ki ponazarja bivanjsko kulturo bajtarjev in življenje preprostega podeželskega človeka.

Josip Jurčič se je iz skromnih začetkov razvil v uglednega novinarja, urednika časopisa *Slovenski narod*, pisatelja in enega najpomembnejših intelektualcev svojega časa, ki je s svojim delom pomembno prispeval k oblikovanju slovenske narodne zavesti.

Sledil je ogled Dvorca Soteska ter kamnitega vrtnega paviljona iz 17. stoletja, ki so mu domačini nadelali ime Hudičev turn. O izvoru njegovega nenavadnega poimenovanja kroži več legend. Notranjščina paviljona je bogato poslikana z značilno baročno ikonografijo, ki prikazuje prizore lova, gozdne motive, kamnite vodnjake in portale ter bitja iz antične mitologije. Zaradi izjemne akustike prostor danes gosti različne glasbene in kulturne prireditve, razstave, poroke ter protokolarne dogodke.



V neposredni bližini smo obiskali še depo Tehniškega muzeja Slovenije, kjer smo si ogledali raznolika prevozna sredstva, od kočij, zapravljiščkov in sani do koles, motornih koles ter avtomobilov, ki ponazarjajo razvoj transporta skozi čas.

Popoldne smo romanje nadaljevali s sveto mašo v župniji Šentpeter-Otočec, ki jo je daroval Anton Slabe. Mašo je obogatilo ubrano ljudsko petje ter orgljanje diakona Lojzeta Štefana, pri prošnjah in branju berila pa so sodelovali tudi prostovoljci. Darih smo namenili v zahvalo našim prostovoljcem za njihovo predano in nesebično delo, ki ga opravljajo v Župnijskih karitas.

20

Njihovo poslanstvo ni vedno lahko, saj se pogosto srečujejo z zahtevnimi uporabniki, ki terjajo veliko potrpežljivosti, razumevanja in sočutja. Prav zato je njihova pripravljenost pomagati še toliko bolj dragocena. S svojim delom prinašajo toplino in človeško bližino tistim, ki jo najbolj potrebujejo, za kar smo jim iskreno hvaležni.

Hvaležni smo tudi za gostoljuben sprejem župnika župnije Šentpeter-Otočec Jožeta Račkega, ki nam je predstavil župnijo in svoje pastoralno delo. Že 13 let z velikim čutom za skupnost skrbi za duhovno življenje vernikov ter spodbuja povezanost in sodelovanje. Njegove besede in pričevanje so nas nagovorile ter dodatno obogatile naše srečanje.

Romanje smo sklenili z ogledom slikovitega Otočca, kjer se je s prijetnim vzdušjem zaokrožil naš nepozaben dan. Polni lepih vtisov, duhovne notranje obogatitve ter kulturnih doživetij smo se domov vračali hvaležni za vsak trenutek skupnega druženja.

maribor

NEGA IN OSKRBA BOLNIKA ALI STAROSTNIKA NA DOMU

Domača oskrba bolnika postaja v sodobni družbi vse pomembnejša, saj si veliko ljudi želi zdravljenje, okrevanje ali starost preživeti v domačem okolju. Pri tem imajo pomembno vlogo predvsem svojci in drugi, ki skrbijo za bolnika ali starostnika doma. Takšna skrb prinaša veliko odgovornosti, zato so koristne osnovne informacije, praktični nasveti ter razumevanje potreb človeka, ki potrebuje tovrstno pomoč. Poleg vsakodnevne nege so zelo pomembni tudi potrpežljivost, sočutje, spoštovanje in pripravljenost pomagati.

V okviru projekta MJU – Povezani v samopomočni skupnosti je Nadškofijska karitas Maribor v Domu sv. Agate v Lenartu 15. 4. 2026 začela s sklopom šestih izobraževalnih srečanj, namenjenim svojcem ter vsem, ki že skrbijo ali pa se bodo v prihodnje srečali s skrbjo za starejšo ali nemočno osebo v domačem okolju. Program je bil zasnovan z namenom, da udeleženci pridobijo osnovna znanja, praktične nasvete in več samozavesti pri vsakodnevni oskrbi ter razumevanju potreb človeka.

Spoznali smo različna področja nege in pomoči bolniku na domu. Predavanja so bila usmerjena v pridobivanje praktičnih veščin ter pomen celostnega pristopa pri oskrbi človeka.

V prvih štirih terminih smo obravnavali osnove domače oskrbe, od celostnega pristopa in upoštevanja telesnih, duševnih, socialnih in duhovnih potreb do pomena spoštovanja in etičnega odnosa. V nadaljevanju smo se posvetili ureditvi domačega okolja ter osnovam osebne nege, kot so higiena, pomoč pri oblačenju, preprečevanje preležanin in zagotavljanje udobja.





V nadaljevanju smo spoznali še prehrano, hidracijo, uporabo zdravil in opazovanje sprememb v zdravstvenem stanju bolnika. Četrty termin je poudaril pomen komunikacije, sodelovanja s strokovnimi službami ter razumevanje mreže pomoči in pravic bolnika.

V zadnjih dveh terminih smo obravnavali prepoznavanje duševnih motenj, soočanje s stresom pri osebah, ki skrbijo za bolnika, prepoznavanje izgo-relosti in pomen skrbi zase. Poseben poudarek je bil namenjen tudi sprejemanju pomoči, kadar je ta potrebna. Zadnje srečanje pa je bilo namenjeno paliativni in duhovni oskrbi, spremljanju umirajočega ter podpori svojcem ob koncu življenja.

Izobraževanje je pokazalo, da domača oskrba ni le izvajanje posameznih opravil, ampak predvsem skrb za človeka kot celoto. Pri negi so poleg osnovnega znanja zelo pomembni tudi razumevanje, potrpežljivost in spoštovanje, kar so udeleženci zelo močno začutili ob predanem delu in služenju izvajalcev izobraževanja.

Glede na udeležbo je opaziti, da je bilo izobraževanje dobro sprejeto in da domača oskrba ostaja zelo aktualna tema, saj se z njo srečuje vse več ljudi.

V skrbi za bolnika pogosto največ pomeni prav tisto, kar ni merljivo – človeška bližina, ki ostane, ko besede niso več potrebne.

ZAČETEK ŽUPNIJSKE KARITAS LAPORJE

V nedeljo, 10. maja 2026, ob 10. uri je v župniji Laporje potekala slovesna razglasitev začetka delovanja Župnijske karitas Laporje. Ob tej priložnosti je bila novim sodelavkam in sodelavcem Karitas pre-

dana ustanovna listina, s katero Nadškofijska karitas Maribor z veseljem pozdravlja ustanovitev nove župnijske Karitas.

Domači župnik g. Franc Mlakar je navzoče sodelavce in prostovoljce spodbudil k še bolj zavzetemu služenju ljudem v stiski. Pri tem se je navezal tudi na dobro začete in smelo zastavljene aktivnosti pred Veliko nočjo, posebej na obisk starejših, ki je že pokazal, kako dragoceni so bližina, pozornost in osebna navzočnost.

Generalni tajnik Karitas je spregovoril o pastoralnem pomenu delovanja Karitas, ki ni le materialna pomoč, temveč tudi psihosocialna opora, poslušanje, spremljanje in sočutna bližina.



Novo ustanovljena Župnijska karitas Laporje želi biti prostor služenja, konkretne pomoči in dejavne evangelijske ljubezni, posebej do bolnih, osamljenih, ostarelih, revnih in vseh, ki potrebujejo roko, besedo ali tiho navzočnost bližnjega.

DOBRODELNO OKOLI SLOVENIJE – POSTANEK PRI SRCU NA ŠPIČNIKU

V ponedeljek, 11. maja 2026, se je karavana kolesarjev dobrodelne akcije Dobrodelno okoli Slovenije – DOS za kratek čas ustavila tudi v Svečini, pri znamenitem srcu na Špičniku. Kolesarje so pričakali otroci podružnične šole iz Svečine in jih razveselili s čudovitim nastopom ter prijaznim sprejemom.





V akciji že četrto leto sodelujeta tudi Župnijska karitas Gornja sveta Kungota in Občina Kungota. Ob tej priložnosti smo prejeli novo kolo, ki smo ga v sodelovanju z OŠ Kungota podarili deklici iz socialno šibkejše družine v našem kraju.

Dogodek je potekal v zares prijetnem vzdušju in v duhu dobrote, povezovanja ter pomoči bližnjemu. Pozitivna energija otrok, domačinov in vseh sodelujočih je navdušila tudi kolesarje, ki svoje kilometre namenjajo plemenitemu cilju.



ново mesto

»ZA HRANO, ZA PLANET – ZAVRZIMO MANJ«

Simon Dvornik

Škofijska karitas Novo mesto se je ob slovenskem dnevu brez zavržene hrane udeležila strokovnega dogodka v Centru Rog, posvečenega zmanjševanju količin odpadne hrane in iskanju rešitev za bolj odgovorno prehransko verigo. Dogodek je povezal predstavnike gospodarstva, javnih ustanov, šolstva, zdravstva in humanitarnih organizacij, ki se pri svojem delu srečujejo z vprašanjem prehranske varnosti in ravnanja s presežki hrane.

V prvi strokovni razpravi so predstavniki trgovine, živilske industrije in standardizacijskih organizacij predstavili sodobne prakse upravljanja hrane. Govorili so o pomenu podatkov, digitalne sledljivosti ter učinkovitejšega načrtovanja naročanja in distribucije hrane. Poseben poudarek je bil namenjen vprašanju, kako zmanjšati količino hrane, ki postane odpadki, čeprav bi jo bilo mogoče uporabiti ali donirati.



Razpravljavci so poudarili, da je za uspešno zmanjševanje izgube hrane nujno sodelovanje med proizvajalci, trgovci, javnimi ustanovami in humanitarnimi organizacijami. Prav humanitarne organizacije imajo pomembno vlogo pri redistribuciji presežkov hrane, saj lahko ta doseže posameznike in družine v stiski, namesto da bi končala med odpadki.

Druga okrogla miza je predstavila dobre prakse iz lokalnih skupnosti, šol in zdravstvenih ustanov. Posebej spodbudni so bili primeri vključevanja otrok in mladih v odgovorno ravnanje s hrano, saj prav spremembe navad in večja prehranska pisme-



nost pomembno vplivajo na zmanjšanje količine zavržene hrane.

Dogodek je pokazal, da tehnološke rešitve niso dovolj. Pomembni so tudi sprememba odnosa do hrane, več sodelovanja in razumevanje, da hrana ni samoumevna dobrina. V Škofijski karitas Novo mesto verjamemo, da je odgovorno ravnanje s hrano tesno povezano s skrbjo za človeka, solidarnostjo in pomočjo ljudem v stiski.

SKUPAJ ZA LJUDI V STISKI – SODELOVANJE V KRKINEM TEDNU HUMANOSTI IN PROSTOVOLJSTVA

Simon Dvornik

Škofijska karitas Novo mesto je tudi letos sodelovala v Tednu humanosti in prostovoljstva, ki ga organizira Krka, d. d. Sodelovanje predstavlja lep primer povezovanja gospodarstva in humanitarnih organizacij ter kaže, kako lahko skupna prizadevanja pomembno prispevajo k boljši kakovosti življenja ljudi v stiski.

V okviru prostovoljskih aktivnosti so zaposleni podjetja Krka skupaj s prostovoljci in sodelavci Škofijske karitas Novo mesto sodelovali pri različnih delovnih akcijah. V centralnem skladišču Škofijske karitas Novo mesto so pripravili kar 500 prehranskih paketov za socialno ogrožene posameznike in družine. Paketi vsebujejo osnovne prehranske izdelke in higienske potrebščine, ki bodo preko mreže prostovoljcev razdeljeni ljudem v stiski po različnih župnijah.

Del aktivnosti je potekal tudi na območju župnije Šentjernej, kjer smo skupaj pomagali starejši osebi pri urejanju dotrajanega doma. Prostovoljci so prebelili del hiše, uredili podstrešje, odstranili odpadni material ter pomagali pri namestitvi vhodnih vrat na podstrešje. S skupnimi močmi smo uspeli ustvariti prijetnejše in varnejše bivalno okolje za osebo, ki sama tega ne bi zmogla.

Takšne akcije imajo poseben pomen, saj ne pri-
našajo le materialne pomoči, ampak tudi občutek bližine, povezanosti in solidarnosti. Ob tem se vedno znova pokaže, kako dragocena je pripravljenost ljudi, da del svojega časa namenijo pomoči drugim.

Sodelavci podjetja Krka so ob zaključku akcije poudarili, da jih prostovoljstvo bogati tudi osebno. Eden izmed njih je dejal: »Dober občutek je, ko narediš nekaj koristnega za družbo.« Druga sodelavka pa je dodala: »Rada pomagam. Menim, da bi vsak lahko malo prispeval za družbo.«

Škofijska karitas Novo mesto se podjetju Krka in vsem sodelujočim iskreno zahvaljuje za srčnost, pripravljenost pomagati ter dolgoletno podporo ljudem v stiski. Takšna sodelovanja dokazujejo, da lahko z medsebojnim povezovanjem gradimo bolj solidarno in vključujočo družbo.



PREJETJE UKRAJINSKEGA DRŽAVNEGA ODLIKOVANJA JE ZAHVALA CELOTNI MREŽI KARITAS V SLOVENIJI ZA POMOČ UKRAJINI

Jana Lampe

24

V februarju letos sem prejela klic z veleposlaništva Ukrajine v Sloveniji, da mi je **predsednik Ukrajine na predlog Veleposlaništva Ukrajine podelil državno odlikovanje - red tretje stopnje za zasluge kot sodelavki Slovenske karitas** za poklicno in osebno prizadevanje ter neutrudno delo za humanitarno pomoč v Ukrajini. Ta klic me je seveda zelo presenetil in tudi navdal s hvaležnostjo. 8. maja 2026 je potekala novinarska konferenca v Ljubljani, na kateri smo predstavili dosedanjo pomoč Slovenske karitas in Slovenije Ukrajini ter mi je bilo s strani ukrajinskega veleposlanika v Sloveniji, g. Petra Beshta, podeljeno odlikovanje. **Za tem odlikovanjem pa stojite tudi mnogi srčni sodelavci in prostovoljci mreže Karitas v Sloveniji – na Slovenski, v škofijskih in župnijskih Karitas.** Brez vsega skupnega dela in sodelovanja naše mreže – vašega srčnega in neutrudnega dela in pomoči ob zbiranju in pripravi 42 materialnih pošilk pomoči za Ukrajino, ali ko ste koordinirali sprejem beguncev iz Ukrajine v Sloveniji idr. – tega priznanja gotovo ne bi prejeli. Pri pomoči so z nami sodelovali tudi številni drugi v Sloveniji – z logistiko, materialno in finančno pomočjo: sodelavci ukrajinskega in poljskega veleposlaništva v Sloveniji, Zdravniška zbornica Slovenije in zdravniška društva, več kot 250 podjetij, med njimi z največjimi donacijami podjetje Krka, pa Klub slovenskih podjetnikov, šole, univerze, Misijonsko središče, kulturne ustanove ter mediji, še posebno tisti, s katerimi smo organizirali dogodke zbiranja sredstev. Velika zahvala gre ob tem Ministrstvu za zunanje in evropske zadeve RS, brez katerega Slovenska karitas ne bi mogla toliko pomagati, še posebno v zadnjih dveh letih, ko se je pomoč splošne javnosti Ukrajini zelo zmanjšala. Vse te pomoči pa ne bi mogli posredovati najranljivejšim v Ukrajini brez neutrudnega dela sodelavcev in prostovoljcev Caritas-Spes v Ukrajini, ki so vso to pomoč realizirali, kljub temu da so bila ob tem ogrožena tudi njihova življenja. Med njimi gre posebna zahvala in zasluge srčni Slovenki **Miri Milavec**, ki deluje na Caritas-Spes Ukrajina že iz časa pred vojno. Mnogi med tistimi, ki ste pomagali še posebej ob začetku vojne in mogoče še pomagate,



pa boste za vedno ostali nevidni v javnosti. Zato gre ob prejetju odlikovanja posebna zahvala prav vam, dragi sodelavci in prostovoljci Karitas.

Samo s tem skupnim sodelovanjem in velikodušnostjo je dosedanja skupna pomoč Slovenske karitas Ukrajini lahko znašala več kot 6,7 milijona evrov in je dosegla okoli 20.000 ranljivih gospodinjstev ter številne posameznike v Ukrajini, še posebej na vzhodu Ukrajine, kjer so razmere najtežje. Sredstva za pomoč so prispevali številni posamezniki, ustanove, podjetja ter Ministrstvo za zunanje in evropske zadeve RS s sofinanciranjem projektov v višini 3 milijone evrov preko humanitarnega strateškega partnerstva.

Slovenska karitas v Ukrajini pomaga v sodelovanju s Caritas-Spes Ukrajina, ki ima več kot 900 sodelavcev, ki nudijo pomoč preko 54 socialnih centrov Karitas po celi državi. Caritas-Spes Ukrajina je od začetka vojne pomagala več kot dvema milijonoma **ljudi predvsem z denarno pomočjo ranljivim gospodinjstvom, pri obnovi domov in infrastrukture ter z rehabilitacijo in psihosocialno podporo najranljivejšim zlasti na vzhodu države**, v skupni vrednosti 73 milijonov evrov. Del te pomoči je tudi pomoč Slovenske karitas. Podobno pomoč izvajamo tudi prek projektov strateškega partnerstva v letu 2026, ki jih sofinancira slovensko zunanje ministrstvo.

Na podelitvi odlikovanja je bil prisoten tudi oče **Vyacheslav Grynevych, izvršni direktor Caritas-Spes Ukrajina**, ki se je v svojem nagovoru spomnil, kako je bilo ob začetku vojne v Ukrajini, ko v tistih trenutkih niso bile najdragocenejše besede o humanitarni pomoči, ampak izrazi žalosti in sočutja zaradi tega, kar se je zgodilo. »Ko ste nas poklicali, ste rekli: Ostanite močni, niste sami,« je poudaril in nadaljeval: »Tukaj nisem le v svojem imenu, ampak predvsem v imenu več kot 900 sodelavcev Caritas-Spes v Ukrajini, ki podpirajo ljudi v najtežjih vojnih razmerah. Vesel sem besed zahvale

in naše ukrajinske pozornosti in odlikovanja kot znaka hvaležnosti ljudi, ki jih podpirate.«

Petro Beshta, ukrajinski veleposlanik v Republiki Sloveniji, pa je ob podlitvi dejal: »To partnerstvo kaže, kako lahko mednarodna solidarnost prinese resnične in takojšnje rezultate za ljudi, katerih življenja je vojna močno prizadela. Ukrajina je še naprej globoko hvaležna za solidarnost, ki so jo izkazali Slovenija, slovenska vlada, Slovenska karitas in druge humanitarne organizacije, prostovoljci ter aktivisti v Sloveniji.«

Edvin Skrt z Ministrstva za zunanje in evropske zadeve RS je na dogodku poudaril: »Od začetka vojne Slovenija izkazuje podporo v Ukrajini tudi s sredstvi za humanitarno pomoč in za pomoč pri obnovi. Slovenska pomoč Ukrajini je od leta 2022 pa do konca lanskega leta znašala nekaj čez 163 milijonov evrov. Sredstva namenjamo preko naših partnerskih organizacij, kjer ima posebno vlogo Slovenska karitas, ki s projekti neposredno pomaga ljudem na terenu.«

Peter Tomažič, generalni tajnik Slovenske karitas, je ob koncu dogodka dejal: »Razmere v Ukrajini seveda ostajajo zelo težke in so najtežje do sedaj. Pomoč še vedno potrebuje 10,8 milijona ljudi. Za vsako številko se skriva osebna zgodba ljudi, ki so v Ukrajini še vedno brez osnovnih potrebščin, zapuščajo domove in so izgubili svoje bližnje. Slovenija in Slovenska karitas ostajata zvesti Ukrajini in njenim trpečim prebivalcem. Preko Caritas-Spes Ukrajine želimo še naprej po svojih močeh prinašati upanje ljudem v stiski v Ukrajini.«

Da bi lahko skupaj prinesli še več upanja družinam in starejšim v stiski v Ukrajini v obliki nujne pomoči, obnove, rehabilitacije in psihosocialne pomoči, vas prosimo za nadaljnjo pomoč, da bodo ljudje v Ukrajini čutili, da niso sami. **Darujete lahko na TRR: Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana, TRR: SI56 0214 0001 5556 761, namen: Pomoč Ukrajini, sklic: SI00 87.** Iskrena hvala vsem.

DA BI BILA POMOČ KARITAS HITRA IN UČINKOVITA

Jana Lampe

Potopis s terenskega obiska v Afriki (1. del)

Skupaj s sodelavcema Misijonskega središča Slovenije, ravnateljem Matjažem Križnarjem in tajnikom Jankom Pircem, sem se v letošnjem marcu odpravila na pot v Ruando in nadalje v Ugando. Vsaj del poti smo bili skupaj, kar je okrepilo naše sodelovanje. V Kigaliju v Ruandi nas je toplo sprejela naša misijonarka s. Anka Burger. Matjaž in Janko sta odšla na misijon k s. Anki v Musango na zahod Ruande, sama pa sem se v prvih treh dneh **udeležila humanitarne konference Caritas Internationalis v Kigaliju, glavnem mestu Ruande**, kjer smo se zbrali humanitarni delavci iz okoli 60 organizacij Karitas s celega sveta. Tema konference je bil humanitarni odziv Karitas v hitro spreminjajočem se svetu.

Skupaj s sodelavci Karitas smo iskali različne rešitve za odziv na številne humanitarne izzive v želji, da bi vedno prinašali upanje najrevnejšim v najbolj odročnih delih sveta, ki jih pestijo različne humanitarne krize. Želimo, da bi bila naša pomoč pri tem vedno hitra in učinkovita, saj smo organizacija, ki z malimi sredstvi naredi zelo veliko, hkrati pa si prizadevamo, da ne bi pomagali samo z nujno pomočjo, ampak bi vedno prispevali k človekovemu celostnemu razvoju

– skrbeli za materialno, socialno, duševno in duhovno razsežnost človeka, kar je tudi posebnost Karitas. Vsaka od regij mreže Karitas (Afrika, Azija, Severna Afrika in Bližnji vzhod, Evropa, obe Ameriki, Avstralija in Oceanija) se sooča s svojimi humanitarnimi izzivi. Krize so vse bolj kompleksne in imajo pogosto posledice za ves svet (na primer posledice vojne v Ukrajini in na Bližnjem vzhodu, kar prispeva k svetovnemu povečanju cen dobrin in pomanjkanju goriva). V zadnjih letih je hkrati velik problem predvsem pomanjkanje sredstev za

25



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZUNANJE
IN EVROPSKE ZADEVE

Besedilo članka izraža mnenje Slovenske karitas in ne predstavlja uradnega stališča Vlade Republike Slovenije ali Ministrstva za zunanje in evropske zadeve.



humanitarno pomoč v najrevnejših državah sveta, posebej v Afriki, zaradi zmanjšanja pomoči s strani razvitih držav ali ukinitve pomoči, kot so v ZDA ukinili USAID. S tem so milijoni ljudi po svetu ostali brez vsake pomoči, lačni in v grožnji izgube življenja. Razvite države namreč v zadnjem obdobju namesto sredstev za razvojno in humanitarno pomoč vse več sredstev namenijo obrambi držav (vojaški opreml), kar povzroča, da so številni revni po svetu brez vsake pomoči, med njimi tudi številni otroci. Čeprav se bo v prihodnje način dela v naši mednarodni mreži zaradi manj donatorskih sredstev nekoliko spremenil, bo Karitas vedno z ubogimi; tudi ko pridejo težki časi, ostajamo pogumni, gradimo mostove in pomagamo, saj smo vedno prisotni v lokalnih skupnostih, imamo njihovo zaupanje in globalno mrežo.

Zelo dragoceno je bilo **poslušati sodelavce Karitas z vsega sveta, v kako težkih razmerah delujejo in s kakšnimi izzivi se soočajo pri vsakdanjem delu ter o dobrih praksah njihove pomoči ranljivim**. Od Mjanmara, kjer Karitas uradno sploh ne sme pomagati in denar prinesejo fizično s Tajske, do Sudana, kjer je vojna, pa Južnega Sudana, kjer je politična situacija izredno napeta in močno primanjkuje sredstev za pomoč, Haitija, kjer ni nobenega reda in je ogromno kriminala, Jemna, ki ga že leta pesti konflikt, Malavije, kjer čutijo lakoto po ciklonih kot posledici podnebnih sprememb, Venezuele, kjer po več ur ni elektrike in sodelavcem Karitas tudi sledijo, kaj govorijo, zaradi česar morajo biti izjemno previdni, ko želijo pomagati. Da o trpljenju ljudi v Ukrajini ali pa v državah Bližnjega vzhoda niti ne govorimo – tam tudi sodelavci, ki delujejo ob frontni liniji, potrebujejo psihosocialno podporo. Žal so nekateri sodelavci Karitas v teh vojnah izgubili tudi življenje, medtem ko so pomagali drugim. Občudujemo njihov pogum in srčnost, da vztrajajo na tako nevarnih območjih. Brez njih bi bili številni ljudje brez vsake pomoči. Ob tem smo se pogovarjali o pomenu varne, dostojne in učinkovite izvedbe humanitarne pomoči. Poleg izmenjave medsebojnih izkušenj in učenja drug od drugega se na takih srečanjih krepi tudi naše medsebojno prijateljstvo in bratstvo ter je potem lažje ob vsaki krizi delovati tudi na daljavo skupno pomočjo. Ta konferenca je bila za vse nas znamenje upanja.

Po njenem zaključku smo se z Matjažem in Jankom iz misijonskega središča odpravili iz Kigalija z avtom **v sosednjo Ugando, v okoli štiri ure vožnje oddaljen misijon Rwentobo, kjer deluje Urša Marinčič, šolska sestra sv. Frančiška Kristusa Kralja**. Skupaj z njo delujejo še štiri šolske sestre



iz Bosne in Hercegovine. Kmalu bodo začele tudi z vzgojo ugandskih deklet, ki čutijo poklic. To je reven podeželski kraj na zahodu Ugande, kjer ljudje živijo zelo preprosto v hiškah iz blata, večinoma od tega, kar pridelajo na zemlji. Eden od glavnih namenov našega skupnega obiska misijona Rwentoba je bil **blagoslov čudovite nove osnovne šole sv. Klare**, ki so jo sestre zgradile tudi s pomočjo iz Slovenije – Pustne Sobotne iskrice, ki jo organizira Radio Ognjišče. Slovesnosti odprtja šole v začetku marca se je udeležilo tudi vodstvo šolskih sester, ki so prišle na obisk iz BiH, Hrvaške, Slovenije in sosednjega Konga. Šola je v februarju 2026 svoja vrata odprla za 160 revnih otrok (pet razredov), sčasma jih bo še več. Slovesnost, ki se je začela s sveto mašo, je vodil lokalni škof, ki je poudaril, da so sestre blagoslov za to skupnost in da so s to šolo posadile semena upanja za številne prihodnje generacije. Pri otvoritvi so sodelovali tudi vsi simpatični šolarji in šolarke, ki so se s pomočjo sester in lokalnih učiteljev samo v enem mesecu naučili zelo veliko pesmi, plesov, molitev v angleškem jeziku, kar mi je dalo misliti, koliko se da narediti z ljudmi, če z njimi delaš, jim daš priložnost ...

Se nadaljuje v naslednji številki.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZUNANJE
IN EVROPSKE ZADEVE

Besedilo članka izraža mnenje Slovenske karitas in ne predstavlja uradnega stališča Vlade Republike Slovenije ali Ministrstva za zunanje in evropske zadeve.

NAGRADNA KRIŽANKA

junij Simon Dvornik

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 17.6.2026 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.

27

	POST SCRIPTUM	OLIVER TWIST	KOBILJI MLADIČ	INŠTIT. ANTONA TRSTENJAKA	GUNS AND ROSES		BRANKO CESTNIK	ELECTRONIC ARTS		DEL PESNITVE	DOMAČA ZELENJAVA, KRITOSEMEN.
NAMERNI ZAŽIG						OVČJI GLAS GESLO			SVETOVNO PRVENSTVO		
DALJICA KI OMEJUJE GEO. LIK									PRIMOŽ EKART DVOJICA		
	DEBELO ZIMSKO JABOLKO	EKON. IN TRG. ŠOLA BREŽICE VOZ ZA PREVA. LJUDI					JEZERO NA S FINSKE	DOMAČI LJUBLJENČEK SIST. PREVERJ. PRI NOGOM.			
KRATICA ZA GORSKO KOLESARSTVO					NAJMANJŠA PASMA PSOV PROSTOR BIVANJA						
ZDRUŽENI ARABSKI EMIRATI				JUGOSLOV. DENAR DRŽAV. V JV EVROPI						AMER. PEVKA GRANDE	POKRIVALO ZA POSODO
TINA ROT			NADLEZEN INSEKT GLASBENIK VOZEI						ALEŠ PEČAVER INDEKS TELESNE MASE		
VZETJE LASTNEGA ŽIVLJENJA								MEDNAR. BEGUN. ORG. AZIJSKA STROČNICA			
ZADNJI FARAON 5. DINASTIJE					PRIPADNIK MISTICIZMA ISKANJE IN REŠEVANJE						
	CELICE ZA ROZMNOŽ. GOB						SLO. GLASB. NABER IGOR BERGANT				
	HABITAT ZA DOMAČE RIBE								NINA OSENAR		
	USTNA KANDIDOZA					BARBARA ARČON			ALEŠ VOLASKO		

Geslo majske nagradne križanke: GLAS REVNIH

Nagrajenci: 1. nagrada: Mojca Stopar, Laško

2. nagrada: Milan Bezjak, Kanal

3. nagrada: Jelka Sužnik, Ptuj

Nagrade: 1. nagrada: termo skodelica za kavo

2. nagrada: knjiga

3. nagrada: majica



Pomurski materinski dom v Svetem Juriju ob Ščavnici in Murski Soboto že desetletje nudi varen prostor in pomaga ženskam in mamiciam z otroki, ki se znajdejo v različnih življenjskih stiskah.



Slovenska karitas na letošnjih Bogatajevih dnevih zaščite in reševanja v Novi Gorici. Karitas ob vseh večjih naravnih nesrečah sodeluje pri pomoči prizadetim prebivalcem. Hvala, vsem prostovoljcem, sodelavcem in darovalcem za solidarnost!



V četrtek, 21. 5. 2026, smo na koncertu Ritem srca postavili tudi youngCaritas stojnico. Koncert je bil čudovit, imeli pa smo priložnost poklepetati s številnimi nadebudnimi mladimi.

V mesecu maju smo na Prešernovem trgu praznovali Veseli dan prostovoljstva. Na številnih stojnicah so se predstavile različne organizacije, ena izmed teh smo bili tudi mi, s Slovenske karitas.



Vešja Slovenske karitas:
Karitas 
 - ljubeča skrb Cerkve za ljudi v stiski.
 Glas revnih v družbi.
 V službi človekovega dostojanstva.

ISSN 1581-5528

 9 771581 552004

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

