

žarek dobrote

8/XXIV
avgust
2026



Karitas

glasilo slovenske karitas



TEMA MESECA

3 ••• Seminar Karitas 2026

STISKE SODOBNE DRUŽBE

4 ••• Ko osamljenost išče tolažbo

TO MORAMO VEDETI

6 ••• Ko se prepletata zasvojenost in duševno zdravje:

Terapevtska skupnost Pelikan

NA OBISKU

7 ••• Sam ne morem nič, skupaj pa lahko naredimo veliko

KARITAS MLADIH

8 ••• Brez mladih Karitas dolgoročno ne more živeti

10 ••• Letovanje otrok v Soči

11 ••• Kar je bilo grenko, se je spremenilo v sladkos

12 ••• Biti bližnji je odločitev

13 ••• Natečaj: »Spomini, ki grejejo srce«

CELJE

14 ••• Doživet morsk izlet

14 ••• Zaključni piknik prostovoljcev

KOPER

15 ••• Dobrota ima obraze in imena

15 ••• Čas za zahvalo

LJUBLJANA

16 ••• Tek podnebne spremembe

17 ••• Romanje na Ptujsko Goro in ogled Ptuja

MARIBOR

18 ••• SCiM – Student conference in Maribor

LETOVANJA

19 ••• Koper: Letovanje prostovoljcev Škofijske karitas
Koper v Soči

20 ••• Ljubljana: Morje odseva skozi iskrice v očeh

22 ••• Maribor: Dnevi brezskrbne igre in novih doživetij

23 ••• Novo mesto: Ko družina lahko znova diha skupaj

24 ••• Romanje na Brezje: Druženje, bližina
in Božja pomoč

27 ••• Nagradna križanka

• FOTO NASLOVNA arhiv Počitnic Biserov in ZADNJA STRAN Mojca Kepić •

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 • UREDNICA: Helena Zevnik Rozman • LEKTORIRANJE:
Alenka Mirkac • OBLIKOVANJE & GRAFIČNA PRIPRAVA: Andrej Šauperl
• ZALOŽILO: Ognjišče, d.o.o. • TISK: Grafično podjetje SCHWARZ d.o.o.,
Ljubljana • Pošttnina 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: Helena Zevnik Rozman

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



... poletje

Seminarji KARITAS 2026

Helena Zevnik Rozman

Foto: Zdenka Šfiligoj

Drug drugemu dar: duševno zdravje starejših

Termini	Lokacija
9. in 10. 10. 2026	Dom sv. Jožef, Celje
16. in 17. 10. 2026	Zavod Marianum, Veržej
16. in 17. 10. 2026	Samostan Stična
23. in 24. 10. 2026	Gnidovčev dom, Mirenski Grad

Na seminarjih Karitas 2026 bomo skupaj s predavatelji, voditelji delavnic in gosti razmišljali o izzivih na področju duševnega zdravja starejših, oza-vestili svoj pogled na starost, bolezen in trpljenje ter v vsem tem iskali smisel življenja in poslanstvo. Ustavili se bomo tudi pri pomembnem vprašanju predaje duhovne dediščine in sprejemanja le-te pri mlajših generacijah.

Predstavljeni nam bomo primeri dobrih praks pri zagotavljanju ohranjanja duševnega zdravja v starosti in skupaj bomo pripravili načrte, kaj lahko naredimo v svojih župnijah in župnijskih Karitas.

Seminarji so dvodnevni. Začenjali se bodo ob petkih s sveto mašo, večerjo, večernim predavanjem, osebnim delom in delom v skupini z odgovori na vprašanja o lastnem doživljanju starosti in

smislu življenja v bolezni in trpljenju. Sobotni del seminarjev se bo začel s sveto mašo in zajtrkom. V dopoldanskem delu, ki se bo začel ob devetih, pa bodo vsebine usmerjene predvsem k spoznavanju izzivov duševnega zdravja v starosti in bolezni ter dobrih praks pri ohranjanju duševnega zdravja.

Seminar je za vse sodelavce Karitas brezplačen. Povabite lahko še druge, ki jih tematika zanima, zlasti tiste, ki jih želite vključiti v delo Karitas. Zaradi lažje organizacije je **OBVEZNA PREDHODNA PRIJAVA** najkasneje teden dni pred posameznim seminarjem. **Prijave bomo začeli zbirati s prvim septembrom.** Zelo veseli smo hitrih prijav, saj nam omogočajo pravočasno pripravo.

Prijavite se na Slovenski karitas:

- po telefonu: 01 300 59 60 ali

- po elektronski pošti: info@karitas.si ali

- po pošti:

Slovenska karitas, Kristanova 1, 1000 Ljubljana.

Podatki za prijavo: ime in priimek, naslov in kontakt, ustanova Karitas, iz katere prihajate, ter podatki o tem, ali boste prespali ter katere obroke želite (večerja, zajtrk, kosilo).

RO OSAMLJENOST

išče golazbo



Andreja Verovšek

Foto: Canva

V preteklih številkah Žarka dobrote smo osamljenost osvetlili z različnih zornih kotov – od odnosov in različnih življenjskih obdobj do pomena varnih odnosov in skupnosti. Tokrat se bomo posvetili vprašanju, kaj se zgodi, ko človek poskuša svojo bolečino utišati z zasvojitvenimi vedenji.

Ostaja pa še eno pomembno vprašanje, na katerega bomo poskusili odgovoriti danes: kaj se zgodi, ko človek svoje bolečine ne zmore več nositi sam in začne praznino, ki jo povzroča osamljenost, zapolnjevati z alkoholom, hrano, pretiranim delom, družbenimi omrežji ali drugimi zasvojitvenimi vedenji?

Zakaj je danes toliko osamljenosti?

Osamljenost ni redek pojav. Evropska raziskava o osamljenosti kaže, da se približno vsak deseti prebivalec pogosto ali ves čas počuti osamljenega. Če pogledamo širše, je občutek osamljenosti še veliko pogostejši – po podatkih Statističnega urada Republike Slovenije ga vsaj občasno doživlja približno tretjina prebivalcev.

Človek ni ustvarjen za osamljenost, ustvarjen je za odnos. Od odnosa je življenjsko pomembno odvisen. **Ko človeku zmanjka varnega odnosa, bolečina ne izgine. Poskuša si najti drugo pot, po ka-**

teri bi bila vsaj za nekaj časa znosnejša. Včasih jo najde v apatiji, nepojasnjenih telesnih bolečinah, alkoholu, hrani, delu, telefonu, videoigrah ali igrah na srečo. **Težava nastane takrat, ko to postane človekov glavni način uravnavanja čustev in notranjega počutja.**

Zasvojenost redko pomeni iskanje užitka

Ko govorimo o zasvojenostih, pogosto pomislimo na pomanjkanje samokontrole, slabe življenjske odločitve, neodgovornost in iskanje užitka. Sodobna psihologija, socialno delo in raziskave o travmi pa kažejo drugačno sliko. Za mnogimi zasvojenostmi se skriva človek, ki ne išče predvsem užitka, ampak olajšanje.

Alkohol za nekaj časa utiša tesnobo. Hrana prinese občutek tolažbe. Družbena omrežja ustvarijo občutek povezanosti. Igre na srečo ponudijo trenutek vznemirjenja in pozabe. Delo človeku daje občutek vrednosti in pomembnosti. Pornografija lahko za hip ustvari občutek bližine brez tveganja, ki ga prinaša resničen odnos. Vse te izkušnje imajo nekaj skupnega – za kratek čas zmanjšajo notranjo bolečino.

Za številnimi zasvojenostmi se ne skriva iskanje užitka, ampak iskanje olajšanja. Človek pogosto ne beži k alkoholu ali telefonu – beži pred bolečino, ki je ne zmore več nositi sam.

Paradoks je, da bolečine ne odpravijo. Ko učinek mine, se človek znajde tam, kjer je na začetku bil, ali pa celo v še hujši stiski. Poleg tega še nekoliko bolj osamljen, z občutki sramu zaradi svojega vedenja, in začne se vrteti v začaranem krogu.

Človek je ustvarjen za odnos

Socialno delo izhaja iz spoznanja, da človeka ni mogoče razumeti ločeno od njegovih odnosov in okolja. Nihče ne odraža sam in nihče ne živi sam, četudi si nekateri morda domišljajo ali se tolažijo, da ne potrebujejo nikogar. Naše življenje oblikujejo odnosi od rojstva do smrti.

Potreba po odnosu ni znak šibkosti. Je ena najbolj temeljnih bioloških in psiholoških potreb človeka.

Potreba po bližini, sprejetosti in pripadnosti ni razkošje, ampak ena temeljnih človeških potreb. Če ta potreba v zgodnjem otroštvu ni bila zadovoljena ali je kasneje v odraslosti dolgotrajno nezadovoljena, začne človek iskati nadomestke.

Osamljenost se pojavi po izgubi partnerja, po ločitvi, dolgotrajni bolezni ali odhodu otrok od doma. Pri nekaterih ljudeh se občutek osamljenosti vleče že iz otroštva, če ni bilo dovolj varnih in toplih odnosov. Takrat se lahko globoko v človeku oblikuje prepričanje, da ni vreden ljubezni ali bližine oziroma da si mora sprejetost in ljubezen ves čas zaslužiti.

Zakaj človek zanika svoje resnične potrebe?

Veliko ljudi, ki razvijejo zasvojitveno vedenje, sploh ne zna več prepoznati, kaj v resnici potrebujejo. Če bi jih vprašali: »Kaj trenutno najbolj potrebuješ?«, bi pogosto odgovorili: »Ne vem.« ali pa »Nič.«

Dolga leta so namreč svoje potrebe potiskali na stran. Navajeni so bili poskrbeti za druge, biti močni, potrpeti, ne obremenjevati okolice ali preprosto preživeti. Sčasoma so izgubili stik s seboj.

Človek v resnici ne potrebuje alkohola, telefona ali hrane. Potrebuje nekoga, ki ga vidi, sliši in sprejme. Potrebuje občutek, da ni sam. Resnična potreba je, da bi nas nekdo poslušal, razumel in da

Zasvojenost je pogosto nadomestek odnosa. Za nekaj trenutkov prinese občutek obvladljivosti, varnosti, bližine ali pomiritve, vendar ne more nadomestiti pristnega človeškega stika.

bi se lahko ob nekom resnično sprostili. Želimo si čutiti, da nismo sami.

Ko odnos ponovno postane zdravilo

Če je osamljenost pogosto del poti v zasvojenost, potem je lahko prav odnos del poti nazaj.

Človek, ki je slišan in razumljen, začne ponovno odkrivati svoje resnične potrebe. Počasi se uči prepoznavati svoja čustva, svoje telo in svoje meje. Namesto da bolečino utiša, jo lahko začne razumeti in negovati. Namesto da jo nosi sam, jo lahko deli z nekom, ki mu zaupa.

To je proces, ki zahteva čas, potrpežljivost in varne odnose. Prav zato imajo prostovoljci Karitas, strokovni delavci, svetovalci in terapevti pri tem pomembno poslanstvo. Njihova posebna vloga ni v tem, da imajo vse odgovore, ampak da znajo ustvariti varen prostor, v katerem človek prvič po dolgem času začuti, da ga nekdo vidi, sliši in razume.

Naša največja potreba je pripadati

Osamljenost in zasvojenost sta pogosto veliko tesneje povezani, kot se zdi na prvi pogled. Za številnimi zasvojenostmi je človek, ki ni doživel občutka, da je sprejet, slišan in vreden. Gabor Maté opozarja, da se za številnimi zasvojenostmi skriva travma in nepredelana bolečina.

Za danes je pomembno, da se zavedamo pomena globoke povezanosti in občutka pripadanja, ki je varen ščit pred osamljenostjo in zasvojenostjo. Ne posežejo vsi osamljeni po substancah in nezdravem načinu življenja, se pa za skoraj vsakim, ki zlorablja substance ali škodljiva vedenja, skriva osamljenost.

Ko človek ponovno izkusi pristen odnos, se lahko začne dogajati nekaj pomembnega – počasi mu ni več treba iskati nezdrave tolažbe. Včasih se pot iz zasvojenosti začne z zelo preprostim, a globoko zdravilnim sporočilom: **»Nisi sam. Tukaj sem. Poslušam te.«**

Če zaznate, da je zasvojenost pomembno vplivala na življenje posameznika, ga lahko spodbudite tudi k iskanju strokovne pomoči. Za to je na voljo tudi program Slovenske karitas BLIZU, ki svetuje tako uporabnikom Karitas kot zaposlenim in prostovoljcem, ki se srečujejo z dolgotrajnimi duševnimi stiskami. Več informacij in prijave na brezplačen posvet: <https://www.karitas.si/blizu>. Zaupnost in anonimnost sta zagotovljeni.



Ko se prepletata zasvojenost in duševno zdravje

Terapevtska skupnost Pelikan

Jože Gornik

Foto: generirano z UI

Terapevtska skupnost (TS) Pelikan deluje od marca 2010 pod okriljem Zavoda Pelikan – Karitas kot **terapevtska skupnost za zasvojene s pridruženimi težavami v duševnem zdravju**. Program smo razvili kot odgovor na izrazito vrzel v sistemu pomoči: klasični rehabilitacijski programi namreč težko učinkovito obravnavajo osebe s pridruženimi resnimi psihiatričnimi težavami, medtem ko psihiatrične bolnišnice niso prilagojene dolgotrajni rehabilitaciji zasvojenosti.

Osnova našega dela je celostno prepletanje obeh področij, saj se duševne stiske in zasvojenost medsebojno močno krepijo (t. i. komorbidnost ali dvojne diagnoze). Znano je, da si posamezniki pogosto težave na področju duševnega zdravja pogosto poskušajo lajšati z zlorabo psihoaktivnih snovi (samozdravljenje), kar hitro vodi v odvisnost. Velja pa tudi obratno – dolgotrajna uporaba psihoaktivnih snovi nemalokrat sproži resne psihiatrične motnje.

Ker so tovrstne stiske v sodobnem svetu v porastu, opažamo občutno večje število klicev za svetovanje in prošenj za sprejem. Tudi uradne statistike in opažanja strokovnjakov na terenu potrjujejo, da posamezniki danes le redko iščejo pomoč zaradi ene same, izolirane težave; skoraj praviloma gre za preplet izzivov na področju duševnega zdravja in odvisnosti.

Izjemno pomemben steber našega programa sta zato **delo s svojci** in **sistematično delo na osebnostnem razvoju** uporabnikov. Skupine za svojce so namenjene psihoedukaciji in podpori svojcem, hkrati pa svojci dobijo tudi priložnost za lastno osebnostno rast. Delo z uporabniki poteka skupinsko (vsak delovni dan je skupinska terapija) ter individualno. Vsakemu uporabniku je dodeljen terapevt, ki spremlja uporabnika pri načrtovanju in zasledovanju zastavljenih tedenskih in mesečnih ciljev, razreševanju socialne problematike, izvaja razbremenilne pogovore ter individualne terapev-

tske obravnave. Vsak uporabnik je vključen tudi v mesečne obiske pri psihiatru, zaposleni pa skrbijo za nadzor nad zdravlili ter dosledno jemanje s strani psihiatra predpisane terapije. Ekipa naših zaposlenih uporabnike vsakodnevno spremlja in jih usmerja v strukturirane aktivnosti, kar je bistvenega pomena v procesu okrevanja, saj jim to pomaga pri krepitvi novih delovnih veščin. Pomemben del programa je tudi delovna terapija ter skupna priprava obrokov: pri tem ne gre zgolj za učenje kuhanja, temveč za neprecenljiv trening prilagajanja skupini, načrtovanja, discipline (upoštevanje navodil ter časovne dimenzije) in potrpežljivosti.

Zavod Pelikan – Karitas je zasebni neprifitni zavod za socialno-varstveno, preventivno, vzgojno-izobraževalno in zdravstveno delo, ki ga je leta 1997 ustanovila Slovenska karitas. Poslanstvo zavoda je celostna psihosocialna pomoč ljudem, ki so se zaradi različnih oblik odvisnosti ali težkih življenjskih preizkušenj znašli v hudi stiski in na družbenem robu. Skozi strokovno vodenje, terapijo in namestitvene programe uporabnikom pomagajo pri spremembi življenjskega sloga, oblikovanju pozitivne samopodobe ter uspešnem vključevanju nazaj v družbo. Izvajamo tudi program **Terapevtska skupnost za zasvojene s pridruženimi težavami v duševnem zdravju**.

Gre za specializiran, visokopražni program s celodnevним bivanjem in s 24-urno strokovno pokritostjo. Namenjen je osebam, ki se poleg zasvojenosti soočajo še z motnjami v duševnem zdravju (t. i. dvojne diagnoze) in veljajo za eno najranljivejših skupin naše družbe. Uporabnikom nudi celostno obravnavo, ki jim omogoča stabilizacijo stanja na področju duševnega zdravja in varno pot k okrevanju od nekemične in/ali kemične zasvojenosti.

Kontakt: 05 909 36 40 / 040 565 017
(tspelikan@zavod-pelikan.si)

V naslednjih številkah bomo program podrobneje predstavili.

Sam ne morem nič, skupaj pa lahko naredimo veliko

Marjana Plesničar Jezeršek

Foto: Marjana Plesničar Jezeršek

Tokrat smo obiskali **Janeza Kavčiča**, predsednika po površini največje območne Karitas koprške škofije, Istrske območne Karitas. G. Kavčič je duhovnik že 34 let. V tem času je zamenjal kar nekaj župnij, največ prav na obali, tako da zelo dobro pozna celotno območje, ki vključuje tako istrska mesta kot vasi.

Odraščal je v številčni družini, kjer je prejel pristno krščansko vzgojo. Na njegovi duhovniški poti ga že 29 let spremlja njegova sestra, tako da dobro pozna moško-žensko dinamiko in pestrost odnosov. Za to možnost je hvaležen in kot pove, ne bi želel živeti sam.

Trenutno deluje kot župnik v Šmarjah pri Kopru, s koncem poletja pa odhaja v Kanal ob Soči, kamor je bil premeščen. Ponosen je na svojo trenutno župnijo, za katero pove, da je res majhna, a deluje na vseh pastoralnih področjih od pastore otrok, mladine, družin do pastore ostarelih ter drugih ranljivih skupin. Poleg tega, da vodi župnijo, je tudi vedno na voljo za klic v sili v bolnišnico, njegovo osebno poslanstvo pa je služba škofijskega eksorcista, ki mu vzame kar precej časa.

Vizijo Karitas v prihodnjih letih vidi tako, da bo poleg ustaljenih oblik pomoči potrebno posvetiti več časa skrbi za duševno zdravje, tako med prejemniki pomoči kot tudi med sodelavci Karitas. Prav sodelavce, prostovoljce, je po njegovem mnenju treba opolnomočiti, jim omogočiti takšne oblike vzgoje, da bodo lahko suvereno pomagali najprej sebi in nato še drugim.

Kot drugi izziv za prihodnost Karitas g. Kavčič vidi umetno inteligenco. Po njegovem mnenju umetna inteligenca ponuja veliko, preveč takšnih in drugačnih informacij, zato je vse, ki jo uporabljajo, treba naučiti poiskati tudi, kaj je resnica. **Na tem mestu spomni na prvo encikliko papeža Leona XIV. Magnifica humanitas, v kateri izpostavlja, da je v svetu umetne inteligence treba »nameniti pozornost ranljivosti, moliti, razločevati, prositi za pomoč, organizirati delo, premagovati odpore in graditi opeko na opeko, kamen na ka-**





men«. Umetna inteligenca prinaša tudi več raznovrstnih zasvojenosti ter več brezposelnosti, na kar bo morala Karitas odgovoriti.

Tretje področje, na katerem se bo morala Karitas razvijati, pa je vzgoja otrok za solidarnost in pomoč človeku v stiski. Karitas bi morala vstopiti v katehetski kurikulum in otrokom praktično predstaviti, jih vključiti, da postanejo del njenih različnih dejavnosti ali akcij. »*Raje kakšna kateheza manj in kakšna konkretna, praktična akcija več.*«

G. Janezu Kavčiču smo postavili še nekaj vprašanj.

Kaj vam pomeni beseda služenje?

Uresničevanje Jezusovega naročila: »Kdor koli med vami hoče biti velik, bodi vaš strežnik, in kdor koli med vami hoče biti prvi, bodi vaš služabnik.« Če te besede sprejemem z glavo in s srcem, nimam več kompleksa, da sem samo servis, ampak vem, da izpolnjujem Jezusovo zapoved ljubezni.

Kakšen je vaš najlepši spomin na delo pri Karitas?

Takrat, ko so sodelavci zadovoljni, sem tudi jaz zadovoljen. Zavedam se, da sam ne morem nič, skupaj pa lahko naredimo veliko. Ni dovolj, da kot predsednik Karitas dajem le duhovne napotke, ampak je pomembno, da sem zraven, da sem prisoten – takrat lahko s sodelavci delim tudi veselje.

Kakšen je vaš čas za sprostitev?

Hoja ob morju, molitev rožnega venca in češčenje Najsvetejšega.

Najljubša pesem?

Marija, pomagaj nam sleherni čas.

Najljubši kraj na svetu?

Svetišče Božjega usmiljenja v Krakovu.

Najljubša slovenska beseda?

Kar tri so: hvala, prosim in oprost.

G. Kavčiču se zahvaljujemo za vse delo, ki ga je opravil kot predsednik Istrske območne Karitas, ter mu želimo vse dobro in obilo blagoslova na njegovi nadaljnji poti.

Brez mladih Karitas dolgoročno ne more živeti

Luka Oven

Foto: arhiv Mlade karitas

Ko mladi pridejo, potrebujejo spremljanje, ne le naloge (7/11)

V prejšnji številki smo razmišljali o poletju kot mostu do mladih. Oratoriji, tabori in druge poletne dejavnosti so lahko priložnost, da mlade, ki že imajo izkušnjo služenja, povabimo še korak naprej – tudi v Karitas. Toda s povabilom se pot šele začne.

Predstavljajmo si mladega animatorja, ki se po oratoriju odzove na povabilo Župnijske karitas. Pri de pomagat pri zbiranju šolskih potrebščin. Dobi nalogo, jo dobro opravi, pomaga pri pripravi prostora, sprejema darovane potrebščine in jih skupaj z drugimi razvršča. Ob koncu se vsi prijazno poslovijo. Zadovoljni so, da je prišel, tudi sam ima občutek, da je naredil nekaj dobrega.

Nato pa mine teden, dva, morda mesec. Nihče se mu ne oglasi. Ne ve, ali je bilo njegovo delo dobro opravljeno, ali ga še potrebujejo in ali je sploh zaželen tudi pri naslednji dejavnosti. Morda se bo ponovno ponudil sam. Veliko mladih pa se ne bo. Ne zato, ker jih pomoč ne bi zanimala, ampak zato, ker ne vedo, ali so v skupnosti res našli svoje mesto.

Prvo povabilo odpre vrata. Spremljanje pa pomaga, da mlad človek skozi ta vrata tudi zares vstopi.

Vključevanje ni enkraten dogodek

Ko mlade povabimo k sodelovanju, si včasih predstavljamo, da je najtežji korak že narejen. Prišli so, sodelovali so in zdaj bodo verjetno ostali. Toda vključevanje ni enkraten dogodek. Je proces, ki potrebuje čas, odnose in pozornost.

Mladi pogosto prihajajo v okolje, kjer se drugi prostovoljci že dolgo poznajo. Poznajo način dela, nenapisana pravila, razdelitev nalog in zgodovino skupnosti. Nov mlad prostovoljec vsega tega ne



buje, in mu nato pusti prostor, da stvari izpelje tudi nekoliko drugače, kot bi jih izpeljali sami.

Včasih bo rezultat manj popoln. Kakšno obvestilo bo oblikovano drugače, kakšen dogodek bo potekal bolj sproščeno, kakšna zamisel pa se morda ne bo obnesla. Toda prav skozi takšne izkušnje mladi rastejo. Če jim ne dovolimo poskusiti, jim tudi ne dovolimo, da bi Karitas začutili kot svoj prostor.

Dobro spremljanje pomeni ustvariti dovolj varen prostor, da lahko mlad človek prevzame odgovornost, poskusi nekaj novega in se uči tudi iz napak.

9

Pomemben je tudi naslednji korak

Ena najpogostejših napak pri vključevanju novih prostovoljcev je, da po prvi dejavnosti čakamo, ali se bodo ponovno oglasili sami. Pri tem lahko njihovo tišino hitro razumemo kot nezanjemanje. Toda razlogi so lahko povsem drugačni. Morda ne vedo, kdaj bo naslednja dejavnost. Morda se jim zdi, da bi bili vsiljivi, če bi ponovno vprašali. Morda imajo občutek, da so bili povabljeni samo za enkrat. Mladi so pogosto vključeni v številne šolske, študijske, družinske in druge obveznosti, zato osebno in konkretno povabilo veliko pomeni. Namesto splošnega sporočila, da so vedno dobrodošli, jim lahko povemo: »Hvala, ker si bil z nami. Čez dva tedna pripravljamo srečanje za starejše. Bi nam pomagal pri pripravi in druženju?« Takšno povabilo je jasno, osebno in izvedljivo.

Pomembna je tudi zahvala. Ne le javna zahvala vsem sodelujočim, ampak kratko osebno sporočilo, v katerem opazimo konkreten prispevek mladega človeka. Na primer: »Hvala, ker si tako prijazno sprejemala ljudi, ki so prinašali potrebščine,« ali: »Opazili smo, da si se posebej posvetil otrokom in jim pomagal, ko niso vedeli, kaj narediti.«

pozna. Morda ne ve, komu lahko postavi vprašanje. Morda ga je strah, da bo naredil napako. Morda ne razume, zakaj določeno stvar delamo na ustaljen način. Tudi takrat, ko je navzven samozavesten, se lahko v sebi sprašuje, ali res spada zraven. Zato ni dovolj, da mu pokažemo prostor, izročimo nalogo in pričakujemo, da se bo znašel sam. Potrebuje nekoga, ki ga sprejme, mu predstavi druge, razloži smisel dela in ostane na voljo tudi takrat, ko se pojavijo vprašanja. To ne pomeni, da moramo za vsakega mladega prostovoljca pripraviti zahteven mentorski program. Pogosto so dovolj že zelo preproste stvari: da ga ob prihodu nekdo pričaka, ga pozdravi po imenu, mu jasno predstavi nalogo in ga vključi v pogovor. Pomembno je, da ne dobi občutka, da je prišel samo zapolnit prazno mesto, ampak da je kot oseba dobrodošel.

Spremljanje ni nadzorovanje

Beseda spremljanje lahko zveni, kot da mora nekdo mladega ves čas nadzorovati, preverjati njegovo delo in popravljati njegove odločitve. Toda dobro spremljanje pomeni prav nasprotno. Pomeni ustvariti dovolj varen prostor, da lahko mlad človek prevzame odgovornost, poskusi nekaj novega in se uči tudi iz napak. Mladi potrebujejo zaupanje. Potrebujejo občutek, da jim ni treba vsega narediti popolno, da bi bili sprejeti. Če jim odgovornost sicer zaupamo, nato pa ves čas stojimo ob njih, popravljamo vsako podrobnost in na koncu vse naredimo po svoje, bodo hitro dobili občutek, da njihovo sodelovanje ni zares potrebno. Spremljevalec zato ni nekdo, ki mladega »drži na kratko«. Je oseba, ki mu pomaga razumeti nalogo, ga vpraša, kaj potre-

Konkretna spodbuda za župnijske Karitas

Izberite eno osebo, ki bo posebej pozorna na novega mladega prostovoljca. Naj ga ob prihodu osebno sprejme, mu predstavi druge sodelavce in mu jasno razloži nalogo. Po dejavnosti naj si zanj vzame deset minut ter ga vpraša, kako je doživel sodelovanje in kaj bi si želel početi v prihodnje. V naslednjem tednu naj mu pošlje kratko zahvalo in konkretno povabilo k naslednji dejavnosti. Ne vprašajte ga le: »Ali boš še prišel?« Vprašajte ga tudi: »Kaj ti lahko ponudimo, da boš v Karitas lahko razvil svoje talente?«

LETOVANJE OTROK V SOČI

animatorji Mlade karitas

Konec junija in v mesecu juliju sta v vasi Soča pri Bovcu potekali dve letovanji za otroke. Program je bil pester, prepleten z ustvarjalnostjo, športom, poučnimi obiski in zabavnimi večeri. Da otrokom med počitnicami ne bi bilo dolgčas, so poskrbele raznolike tematske delavnice, saj je vsak dan prinesel nekaj novega, od naravoslovnega ustvarjanja in športnih izzivov do ustvarjalnih uric ter kuharskih umetnosti. Prav poseben utrip so letovanju dali tekmovalni duh in medsebojno sodelovanje. Otroci so se podali na lov za skritim zakladom, urili sive celice na kvizu ter se preizkusili na igrah brez meja. Uspel je tudi večer Soča ima talent, kjer so udeleženci pokazali svoje skrite talente, na velikem športnem turnirju pa so se pomerili v odbojki in nogometu. Da bi se med seboj še bolje spoznali in povezali, je skozi celotno letovanje potekala priljubljena igra skritega prijatelja.

Obe skupini otrok sta med tednom gostili številne zanimive goste. Veliko zanimanja sta poželi Slovenska vojska in policija, ki sta predstavili svoje delo in opremo, pogumnejši pa so se preizkusili tudi v plezanju. O varovanju okolja in klimatskih spremembah smo se veliko naučili od profesorja kemije Mladena Franka. Za obilo smeha in dobre volje sta poskrbela dramska ustvarjalca Žan Papič in Mojca Fatur, poseben pečat pa je pustil Adi Smolar (on je tudi avtor himne obeh naših letovanj), ki je z otroki prepeval svoje uspešnice. Program je vključeval ce-



lodnevni izlet, ki je otroke odpeljal v Idrijo, kjer so se spuстили v skrivnostno podzemlje in si ogledali zgodovinski rudnik živega srebra. Pot so nadaljevali v Idrijske Krnice, kjer jih je toplo sprejel ravnatelj Jurij Vončina. Otroci so si z zanimanjem ogledali krave in konje na kmetiji, ravnatelj pa jim je iz prve roke prikazal in razložil celoten postopek, kako iz mleka nastane pravi domači sir, ter jih posladkal s sladoledom.

Večeri na letovanju so bili rezervirani za sprostitve in druženje, med drugim so si otroci ogledali tudi novo risanko Spuži Kvadratnik. Vrhunec obeh tednov je predstavljala oddaja TV Soča, v okviru katere so si udeleženci ogledali zabavne utrinke preteklega tedna in razglasili zmagovalno skupi-



MLADI se predstavijo

Živjo, sem Rebeka in študiram razredni pouk. Na biserih sem bila prvič pred štirimi leti in pravzaprav sploh ne vem, kako sem izvedela za letovanje in youngCaritas. Mi je bilo pa že takoj na prvih pripravah zelo všeč, na samem letovanju pa še bolj. Zato si že četrto leto zapored en teden v poletju rezerviram za Bisere, pa čeprav potem potrebujem še dva dni, da se naspim. ☺

Prostovoljstvo: Dolgo sem bila animatorka na oratorijih, letos pa sem bila voditeljica našega oratorija v Vodica.

Hobiji: Hoja v hribe, drsanje, potovanja.

Najljubša hrana: »Filane« paprike s pire krompirjem.

Najljubši kraj za izlet v Sloveniji: Trenta.

Najljubša pesem: Nimam ene najljubše pesmi, ves čas se malo menjajo glede na razpoloženje.

Najljubši kotiček, kjer se sprostiš: Gozd ali pa visoko v hribih.

Najljubša slovenska beseda: Pohajkovati (ker se tako lepo sliši, pa še pomen mi je všeč).





no, ki je posnela najboljši video na uradno geslo letovanja: Vrata upanja oz. poklican in poslan, da z dejanji izkazujem ljubezen. Na zabaven način smo tako obnovili dogodivščine celega tedna. Otroci so se domov vrnili polni prelepih spominov, bogatejši za nova znanja in predvsem s številnimi novimi prijatelji.

KAR JE BILO GRENKO, SE JE SPREMENILO V SLADKOST

Simon Dvornik

»Gospod mi je dal, da sem tako začel delati pokoro: ko sem bil še v grehah, se mi je zdelo zelo grenko gledati gobavce. Gospod sam pa me je pripeljal mednje in izkazal sem jim usmiljenje. Ko sem odhajal od njih, se je to, kar se mi je zdelo grenko, spremenilo v sladkost duše in telesa.« Tako je sveti Frančišek Asiški v svoji Oporoki opisal dogodek, ki ni spremenil le njegovega življenja, ampak tudi način, kako svet razume bližino človeku v stiski.

Presenetljivo je, da sprememba ni nastala pri gobavcih. Spremenil se je Frančišek. Tisto, česar se je bal, pred čimer se je umikal in kar je v njem vzbujalo odpor, je postalo kraj srečanja z Bogom. Ko je v človeku, ki ga je družba odrinila na rob, prepoznal brata, se je spremenil tudi njegov pogled na življenje.

Današnji svet morda nima veliko gobavcev v dobesednem pomenu besede. Ima pa veliko ljudi, ki živijo na robu. To so osamljeni starejši, družine, ki ne zmorejo več plačevati osnovnih življenjskih stroškov, ljudje z duševnimi stiskami, osebe z invalidnostjo, migranti, brezdomci, odvisniki, otroci brez varnega doma in vsi tisti, ki jih družba pogosto spregleda. Njihova največja bolečina ni vedno lakota ali pomanjkanje denarja. Pogosto je to občutek, da jih nihče več ne vidi.

Prav tu se začne poslanstvo Karitas. Ne pri paketi hrane, finančni pomoči ali socialnih programih. Ti so pomembni, vendar so vedno le sredstvo. Srce Karitas je srečanje. Ko prostovoljec potrka na vrata, prisluhne zgodbi, ponudi roko ali preprosto ostane ob človeku, se zgodi nekaj, česar ni mogoče izmeriti s številkami. Človek ponovno začuti, da ni sam.

Mnogi prostovoljci povedo, da so v Karitas prišli zato, da bi pomagali drugim. Čez čas pa ugotovijo,

da so tudi sami prejeli veliko več, kot so dali. Prav to je izkušnja svetega Frančiška. Dobrota ni enosmerna cesta. Ko se približamo človeku v stiski, ne spreminjamo samo njegovega življenja. Neopazno se spreminjamo tudi sami. Postajamo bolj potrpežljivi, bolj hvaležni, bolj človeški.

Sodobna družba nas pogosto spodbuja k učinkovitosti, hitrosti in uspehu. Človeka zlahka vrednotimo po tem, koliko ustvari, koliko zasluži ali koliko prispeva. Frančišek pa nas uči povsem drugačne logike. Vrednost človeka ni v tem, kaj ima ali zmore, ampak v tem, da je Božji otrok. Zato ni naključje, da je Boga srečal prav tam, kjer ga nihče ni pričakoval – v obrazu človeka, ki se mu je prej izogibal.

To je tudi izziv za naše vsakdanje življenje. Morda nas Gospod ne kliče, da bi objeli gobavca, gotovo pa nas vabi, da stopimo do človeka, ki ga drugi spregledajo. Morda je to osamljeni sosed, starejša sorodnica, otrok, ki potrebuje spodbudo, ali družina, ki jo je življenje postavilo pred pretežno breme. Takšna srečanja niso vedno lahka. Včasih so neprijetna, zahtevajo čas in od nas terjajo, da stopimo iz svojega udobja. Prav zato imajo moč, da spremenijo naše srce.

V letu, posvečenem svetemu Frančišku, se velja znova vprašati, kdo so današnji »gobavci« in ali jih še znamo videti. Morda največjih čudežev ne bomo naredili z velikimi dejanji, ampak s pripravljenostjo, da človeku namenimo svoj čas, svoj pogled in svojo bližino.

Kajti takrat se lahko tudi v našem življenju zgodi to, kar je doživel sveti Frančišek: kar se nam je zdelo grenko, se po Božji milosti spremeni v sladkost.

BITI BLIŽNJI JE ODLOČITEV

papež Leon XIV.

vir: Vatican News

Kratke misli ob priliki o usmiljenem Samarijanu (prim. Lk 10,25-37) iz homilije papeža Leona XIV. med sveto mašo na otoku Lampedusa

12

Bog nas vedno ljubi prvi. Lepota morja, tega otoka in vaših obrazov je odsev njegove zastonjske pobude: **ljubezen hodi pred nami, nas obdaja in nas združuje.**

Božja beseda je vedno za danes in nas vodi v pogovor, iz katerega moramo izstopiti spremenjeni. Kako bomo torej odgovorili na ljubezen tistega, ki nas je ljubil prvi?

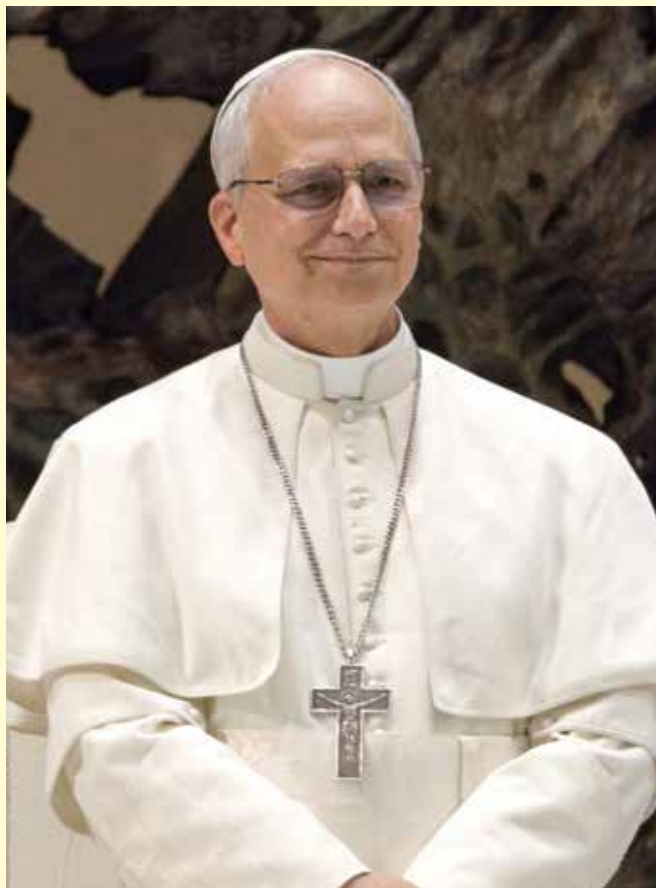
Biti bližnji je odločitev, bližnji postanemo! To je središče evangeljske prilike o usmiljenem Samarijanu (prim. Lk 10,36-37)!

O tem nam pripoveduje prilika: **ljubezen je vedno v svobodi in svoboda je v odločitvah.** Obstajajo tudi tisti, ki se odločijo, da ne bodo postali bližnji, in tisti, ki se odločijo, da se ne bodo odločili.

Ni Božje ljubezni brez ljubezni do bližnjega in ni bližnjega, če se jaz ne približam. Ustaviti se, biti ganjeni, se skloniti, jokati ob bolečini drugih – kakor je storil Jezus – pomeni vstopiti v gibanje ljubezni, v kateri se je razodel Bog.

Kdor se prepusti dinamiki sočutja, usmiljenja, začne živeti drugače, začne biti drugačen državljan, začne delati drugače. Tedaj se lahko resnično vzpostavi civilizacija ljubezni.

Kakor Samarijan **lahko spremenimo načrt in smer.** Imamo več virov in priložnosti kot Samarijan, da damo upanju zgodovinsko konkretnost. On je stopil »k njemu, zlil olja in vina na njegove rane in jih obvezal. Posadil ga je na svoje živinče, ga peljal v gostišče in poskrbel zanj« (Lk 10,34). Tudi mi moramo prepoznati, da se civilizacija ljubezni »ne rodi iz enega in spektakularnega dejanja, ampak iz vsote majhnih in vztrajnih dejanj zvestobe, ki ustavljajo razčlovečenje« (Okrožnica *Magnifica humanitas*, 213).



»Seveda nimajo vsi enake moči, da bi vplivali na resničnost [...]. Vendar nihče ni brez odgovornosti. **Vsakdo ima svoje področje delovanja in tam – ne drugje – je poklican, da se odloči,** če bo spodbujal logiko moči (tudi samo z ravnodušnostjo, cinizmom, lažjo, sovraštvom) ali varoval logiko miru (z resnico, treznostjo, bližino, skrbjo« (*ibid.*, 212).

Bodite drzni in razmišljajte drugače! Počasi, z ustvarjalnostjo vam bo uspelo, da bo vsak, ki na tem otoku preživi nekaj časa, tudi če je to čas počitka, postal bolj človeški, ko se bo srečal z vašo ljubeznijo, s tem, kar vas je naučilo morje, in s srečanji, ki so vas vzgojila. Pristen počitek je namreč tam, kjer se ponovno najde smisel življenja; in resnično blagostanje obstaja takrat, ko je ekonomija pravična in bratska. V tej ekonomiji se skrb za stvarstvo in družbeno prijateljstvo združita v sintezo, ki jo človeštvo danes išče.

Ne dopustimo, da nas premaga strah, ampak glejmo na vsakodnevne napore kot na čas priložnosti in pričevanja. Naj se torej vaša vera, predragi, okrepi v teh letih preizkušenj in velikodušnega prizadevanja. Naj vam ta češčena podoba spet govori z močjo nekdanjih časov, ko so tisti, ki so vam predali to pobožnost, z izjemno iskrenostjo zaupali v Marijino priprošnjo.

SPOMINI, KI GREJEJO SRCE

Helena Potočnik Okorn

V začetku maja smo k sodelovanju pri nagradnem natečaju »Spomini, ki grejejo srce« povabili zaposlene in prostovoljce domov za starejše (DSO), župnijskih Karitas ter drugih ustanov, ki se srečujejo s starejšimi, bolnimi, umirajočimi in invalidi ali jih obiskujejo na domu, ter tako vabili, da z nami delijo zgodbe, spomine. Zaposleni in prostovoljci so bili s tem povabljeni, da izrazijo spoštovanje in poklon človeškemu življenju – ne glede na njegovo zdravstveno stanje ali starost.

Natečaj je potekal v okviru projekta »Povezani v samopomočni skupnosti« in kampanje »Rad imam življenje«. Pri obeh želimo izpostavljati vrednost življenja v vsakem obdobju in vrednost medsebojne pomoči ter zavedanja, da lahko tudi v težkih trenutkih prosimo za pomoč, se zanašamo drug na drugega in si pomagamo. Spodbujamo medsebojno povezovanje, naklonjenost in povezanost, ki dajejo našemu življenju globlji smisel in pomagajo pri racionalnem sprejemanju odločitev, ki se nanašajo na življenje in smrt.

Do konca junija je prispelo 32 zapisov spominov, esejev, pesmi, razmišljanj o preteklih

dogodkih in doživetjih, spominih na mladost, pa tudi o trenutnem doživljanju bivanja. Nekateri zaposleni in prostovoljci ste pomagali pri zapisu in pošiljanju spominov. K sodelovanju sta pristopila tudi dva osnovnošolca.

Hvala vsem, ki ste se na povabilo odzvali in tako skozi povezovanje, medsebojno podporo in prinašanje veselja vsak na svoj način izkazali, kako neprecenljivo je naše življenje.

Vsi prispevki so bili nagrajeni, trije najboljši še posebej. To so bili zapis Otroštvo ob Savi (stanovalke ge. Ane iz Deosa Koper), esej ge. Emilije Crgolj (prav tako iz Deosa Koper) ter esej ge. Ivanke Korošec (iz Društva upokojencev Lesce).

Ga. Ana je zapisala: »Najlepše je bilo v poletnih večerih poslušati slavčke, ki so ob Savi prepevali in ustvarjali čarobne in sanjave večere. Ali ni bila to za nas ,enajsta – Cankarjeva šola pod mostom'? Naša seveda, tista ob reki Savi ... Bilo nam je zelo zelo lepo. Zdaj slavčkov ni več, ni starih čarobnih vrb, ni jagnedi, ni srobotov, ni grmov in zelenja ... ni mivke, ni kamnov, na katerih so se grele kače. Tudi kopanja ni več ... Bodo bregovi ob reki še kdaj

ozeleneli? Bodo posadili nova drevesa, bo zraslo grmovje? ... Morda pa se k nam vrnejo vsaj drobne ptice. Upajmo.«

Izbrani prispevki oziroma njihovi deli bodo objavljeni v glasilu Žarek dobrote ter na spletni strani in Facebook strani Rad imam življenje.

Še vedno ste povabljeni, da spomine zapisujete in jih delite, čeprav se je tokratni natečaj že zaključil. Prav iz takšnih drobnih trenutkov nastajajo spomini, ki grejejo srce – in bogatijo življenje vseh nas. Naj nas dragoceni spomini še naprej opominjajo, da iskrena beseda, prijazno dejanje ali nasmeh niso nikoli premajhni. Kot je bilo zapisano v številnih prispevkih, nas včasih spomini tudi v težkih trenutkih in v osamljenosti dvignejo ter nam dajo moč za korak naprej.



Foto: StockCake-Family



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA JAVNO UPRAVO

celje

DOŽIVET MORSKI IZLET

Boža Herek in Mihaela Šolinc

14

Že kar tradicionalno so prizadevni sodelavci Škofijske karitas Celje 1. julija odpeljali socialno ogrožene družine in posameznike na enodnevni izlet, na kopanje na slovensko obalo. Na to pustolovščino je odšlo 314 ljudi v petih avtobusih. Letos so se stanovalcem različnih socialnih ustanov pridružili tudi begunci iz Ukrajine.

Veseli in polni pričakovanj so se zjutraj zbrali in se odpeljali na pot. Prvi postanek je bilo počivališče Risnik. Tam sta udeležence že pričakala dva kombi-ja, ki sta vozila zajtrk, kosilo in večerjo. Udeleženci so se okrepčali in pojedli zajtrk, spili prvo kavo in dobili prigrizke za na plažo. Nato so nadaljevali pot do Kopra, na plažo proti Žusterni in se vsi najprej ohladili v morju prijetnih temperatur.

ŽK Ponikva se je v imenu vseh udeležencev sodelavcem ŠK Celje in prostovoljcem zahvalila za lep izlet: »Iz srca se vam iskreno zahvaljujemo za čudovito organiziran enodnevni izlet na morje. Hvaležni smo za ves trud, ki ste ga vložili v pripravo in izvedbo izleta, za prijaznost vseh prostovoljcev ter za pozornost, ki ste jo namenili vsakemu udeležencu. Vaše nesebično delo je dokaz, da dobrota in solidarnost še vedno povezujeta ljudi. Naj vas pri vašem plemenitem poslanstvu spremlja Božji blagoslov in obilo zdravja, moči ter zadovoljstva.

Takšni trenutki so dragoceni, saj prinašajo nasmehe na obraze, krepijo medsebojno povezanost in vlivajo novo moč ter upanje. Želimo vam še veliko uspešno izvedenih dobrodelnih projektov, ki bodo ljudem prinašali upanje, toplino in občutek, da niso sami. Iskrena hvala za vse, kar dobrega storite za ljudi.«

Ob pol dveh so se znova zbrali na kosilu in si napolnili želodce, nato pa preživljali prijetne urice na plaži. V večernih urah so se zbrali še enkrat in povečerali, nato pa so se prijetno utrujeni napotili proti domu.



ZAKLJUČNI PIKNIK PROSTOVOLJCEV

Katja Pečovnik Hadžić

Z veseljem in hvaležnostjo se oziramo nazaj v junij, ko smo se s prostovoljci Škofijske karitas Celje zbrali na našem zaključnem pikniku pred poletjem. Poleti si namreč tudi naši prostovoljci vzamejo nekaj oddiha.



Naše druženje smo začeli s sodelavcem Lovrom Tacolom, ki nam je na zanimiv način predstavil, kaj vse vpliva na našo motivacijo v vsakdanjem življenju. Polni novega znanja o notranji in zunanji motivaciji smo se nato pomerili v zabavnem kvizu o naši skupnosti, manjkalo pa ni niti nekaj športnih izzivov. Za odlično glasbo in veselo vzdušje sta poskrbeli naša prostovoljka in njena prijateljica, s katerima smo skupaj zapeli nekaj slovenskih uspešnic.

Ponosni smo, da so celotno srečanje oblikovali prostovoljci sami, ki so vključeni v program socialnega vključevanja Gradimo skupnost. Obe ustvarjalni skupini, Pike in Ustvarjalna, sta za vse pripravili



drobno pozornost – porisan kamen z mislijo o sreči. Četrtekova skupina je pred dogodkom pridno uredila okolico in notranjost hiše, prostovoljci iz kuharske delavnice pa so nas razveselili s tem, ko so skupaj s šefom poskrbeli za zelo okusno hrano in sladico – palačinke in ledeno kavo.

Piknik smo zaključili v veselem vzdušju, polni medsebojne povezanosti in sreče v srcu. Iskrena hvala vsem prostovoljcem, ki ste s svojo prisotnostjo obogatili našo skupnost. Naj naša srečanja v programu Gradimo skupnost v vsakem od nas zbudijo občutek sreče in sprejetosti. Misel: »Sreča je srečati prave ljudi, ki v tebi pustijo dobre sledi ...« pa, tako lahko rečemo, ni le misel s kamenčka, pač pa naše življenjsko vodilo.

Popravek

V prispevku junijske številke na str. 14, *Življenje je lepo*, nam jo je zagodel škrat in Škofijsko karitas Celje preimenoval v Karitas Vrbje. No, morda kdaj res bo, zaenkrat pa še ni. Za nenamerno napako se bralcem in Škofijski karitas Celje opravičujemo.

koper

DOBROTA IMA OBRAZE IN IMENA

Olena Kamenichenko

V nedeljo, 14. junija, smo se pri sveti maši zahvalili dolgoletnim sodelavcem Območne karitas Postojna, ki so z delom začeli že ob njeni ustanovitvi leta 1992. Ob tej priložnosti so prejeli priznanja za dolgoletno predano delo v pomoč ljudem.

To so ljudje, ki niso pomagali samo z delom, ampak tudi s srcem, potrpežljivostjo, zvestobo in dobro besedo.



Danici Geržina smo se zahvalili za njeno vestno in natančno delo. Od samega začetka je skrbela za evidence, pošto, razporejanje terminov in dokumentacijo, v prvih letih pa je pomagala tudi pri urejanju financ.



15

Silvi Hafner smo izrekli zahvalo za njeno delo v skladišču z oblačili, kjer je bilo vedno vse lepo in skrbno urejeno. S svojo pozornostjo je poskrbela tudi za čaj, kavo in pecivo ter ustvarjala toplino ob srečanjih.

Marti Žakelj smo se zahvalili za njeno dolgoletno pomoč v skladišču z oblačili in za zvesto sodelovanje pri vseh opravilih, ki so bila potrebna za delovanje Karitas.

Janezu Čeču smo izrekli zahvalo za njegovo delo v skladišču s hrano, za pripravljenost pomagati pri vsakem delu in za dobro voljo, s katero je v ekipo prinašal pozitivno vzdušje.

Draga Danica, Silva, Marta in Janez, iskrena hvala za vsa leta predanega dela, za vašo dobroto, čas, potrpežljivost in srčnost. Vaše delo ostaja zapisano v zgodbi Karitas Postojna in v hvaležnem spominu mnogih ljudi.

ČAS ZA ZAHVALO

Zinka Vadnjal

V nedeljo, 21. junija 2026, smo imeli v Zagorju zahvalno sv. mašo za 30 let delovanja Medžupnijske (MŽK) Karitas Zagorje in Trnje.

Na pobudo g. Nika Štrancarja, ki je že takrat upravljal župniji Zagorje in Trnje in bil dekan Postojnske dekanije, je bila v juniju 1996 ustanovljena MŽK Zagorje in Trnje. Vsa ta leta je v njej aktivnih 16 do 20 prostovoljk iz obeh župnij. Njihova glavna skrb je opaziti potrebo in stisko sočloveka v naši okolici ter poiskati obliko pomoči tistim, ki jo potrebujejo.

Pri sv. maši smo sodelovale vse prostovoljke. V uvodu sem kot voditeljica





predstavila dejavnosti, v katerih delujemo kot MŽK, sodelujemo pa tudi v akcijah, ki jih organizirata Škofijska in Slovenska karitas, ter akcijah ob različnih nesrečah. Vse izvajamo v obeh župnijah, trnjski in zagorski. Skupne dogovore imamo na šestih rednih sejah v letu, kadar je treba, pa se dobimo tudi večkrat. Vedno je z nami naš župnik g. Niko, ki pripravi primeren uvod v sejo, nas duhovno podpira, če se nam po seji preveč ne mudi domov, pa nam postreže z jabolčnim sokom in piškoti.

Ker prostovoljke postajamo vedno starejše, sem povabila vse, še posebno mlade, ki so pripravljeni darovati svojo ljubezen in čas za ljudi v kakršnikoli potrebi, naj se nam pridružijo.

Ustne zahvale sem izrekla Občini Pivka za denarno pomoč, Gasilskemu društvu Zagorje in Vaški skupnosti Zagorje za različne usluge, Kulturnemu društvu Juršče za darovane prostovoljne prispevke, zbrane na božičnih koncertih, in prostovoljkam v Centru Karitas v Pivki, kamor pošiljamo tiste, ki potrebujejo materialno pomoč. Lepa zahvala pa gre vsem župljankam in župljanom za različno pomoč pri naših dejavnostih in radodarnost pri zbiralnih akcijah.

Po končani sv. maši je sledila tudi zahvala prostovoljkam. Škofija Koper je pripravila priznanja za več kot dvajsetletno neprekinjeno aktivno služenje pomoči potrebnim znotraj Medžupnijske karitas Zagorje in Trnje, ki ga je prejelo 8 prostovoljk. Priznanja jim je podelil g. Niko Štrancar. Ostale sodelavke, ki so prej prenehale, in tiste, ki so se pozneje priključile, so dobile nagelj.

Nepričakovano in prijetno so tudi mene presenetile prostovoljke in predstavnica Vaške skupnosti Zagorje in Gasilskega društva Zagorje z lepo zahvalo.

Za vse smo se Bogu zahvalili z zahvalno pesmijo in praznovanje zaključili s pogostitvijo v gasilskem domu.

Ljubljana

TEK PODNEBNE SOLIDARNOSTI

Rozalija Jeglič

Prostovoljke Župnijske karitas Vodice smo se tudi letos udeležile zaključne prireditve projekta Tek podnebne solidarnosti. V ponedeljek, 12. junija 2026, je bilo šolsko igrišče dopoldne polno otroškega smeha, gibanja in dobre volje. Veseli obrazi učencev ter zadovoljstvo učiteljic so ustvarili prijetno vzdušje, ki je bilo vsem prisotnim v lepo doživetje. Takšna medgeneracijska srečanja in predstavitev prostovoljstva pomembno prispevajo k povezovanju naše lokalne skupnosti.

Prireditev je bila zasnovana v duhu igre, druženja in dobrotelosti. Projekt skozi vse leto spodbuja učence k redni telesni dejavnosti, zdravemu načinu življenja ter odgovornemu odnosu do okolja. Učenci prve triade so na izvirni način prikazali zbrane





Ločevanje

Ločevanje je super, da se ne onesnažuje.

Če to naredimo, bo voda tekla in nič rekla.

Videli bomo, kako se ločuje,

Da nebo bo modro kot sonce.

tretješolki Iris in Mija

17

kilometre z barvanjem stopalc. Skupaj so jih zbrali več kot 6.000. Najuspešnejši je bil 1. c razred POŠ Utik, ki je prejel prehodni pokal. Jeseni bodo učenci tega razreda posadili novo drevo in tako pustili trajen pečat projektu.

Tek podnebne solidarnosti pa ni le okoljsko in športno obarvan projekt, temveč ima tudi pomembno humanitarno razsežnost. Učenci skupaj s starši zbirajo hrano z daljšim rokom uporabe, higienske pripomočke, šolske potrebščine in denarna sredstva za pomoč ljudem v stiski.

Župnijska karitas Vodice se iskreno zahvaljuje vsem učencem in njihovim staršem za zbrane darove. Hvala tudi učiteljem, zaposlenim in vodstvu šole za podporo ter sodelovanje pri tem poučnem in humanitarnem projektu.

Posebna zahvala velja učencem, ki so skozi predstavitev, posterje, zapise, izdelke in pesmi predstavili svoje delo ter razmišljanja o skrbi za okolje in sočloveka. Prireditev sta odlično povezovala učenka in učenec tretjega razreda. Zahvaljujemo se tudi učiteljicama Jerneji Skapin in Sabini Bradeško, ki sta skrbeli za izvedbo projekta. Zgibanke za barvanje stopalc so bile odlična spodbuda pri zbiranju kilometrov, sodelovanje z njima pa vedno prijetno in ustvarjalno. Ob tej priložnosti smo vsi prejeli tudi številne koristne nasvete za ohranjanje naše lepe narave.

Dogodek smo zaključili ob prijetnem druženju. Posladkali smo se z domačimi dobrotami in sadjem ter se odžejali s sokom. Za pecivo in postrežbo smo poskrbele prostovoljke Župnijske karitas. Takšni projekti nas povezujejo, spodbujajo k skrbi za okolje in krepijo vrednote solidarnosti, ki jih želimo prenašati tudi na mlajše generacije.

ROMANJE NA PTUJSKO GORO IN OGLED PTUJA

Rozalija Jeglič

Sodelavke ŽK Vodice smo se skupaj z ostalimi sodelavci župnije in g. župnikom odpravile na romanje na Ptujsko Goro. Kraj je najbolj znan po baziliki iz poznega 14. stoletja z znamenitim reliefom Marije Zavetnice s plaščem, ki velja za enega najlepših primerov gotske umetnosti pri nas. Bazilika sodi med najlepše slovenske gotske kulturne spomenike in je drugo najpomembnejše romarsko središče v Sloveniji.

Najprej smo se udeležili svete maše ob počastitvi državnega praznika – dneva državnosti. Mašo je daroval naš g. župnik Franc Mervar. V prošnjah smo prosili za našo domovino, za skupno dobro, medsebojno razumevanje, mir in naše voditelje. Pod Marijin plašč smo izročili svoje prošnje ter prosili za Božji blagoslov, ki naj nas spremlja na vseh naših poteh.



Po maši nam je p. Andrej Mohorčič predstavil zgodovino bazilike ter nam na zanimiv način razložil pomen stranskih oltarjev, slik in kipov.

Pot smo nato nadaljevali proti Ptuj. Pred ogledom mesta smo se ustavili v gostilni Rozika, kjer so nam postregli odlično kosilo. Iskrena pohvala kuharjem in vsem zaposlenim za prijazno postrežbo.

Po kosilu nas je prevzel lokalni vodič Aljoša Cigler, profesor zgodovine. Med sprehodom po mestnih ulicah smo izvedeli veliko zanimivega o najstarejšem slovenskem mestu. Ptuj, ki se je razvil ob grajskem griču s Ptujskim gradom, se ponaša z bogato kulturno in zgodovinsko dediščino.

Izvedeli smo tudi, da rod generala Rudolfa Maistra izvira s Ptuja, in se ustavili pri njegovem spomeniku. Ogledali smo si minoritski samostan sv. Petra in Pavla ter proštjsko cerkev sv. Jurija, kjer nas je posebej navdušil dragoceni Laibov oltar v krstni kapeli.

Ob cerkvi stoji mestni stolp z uro, visok 54 metrov, ki že stoletja zaznamuje ptujsko veduto. Kljub številnim požarom in drugim preizkušnjam je obstal kot ponosen varuh ptujskih ulic.

Pred mestnim stolpom stoji Orfejev spomenik – skoraj pet metrov visoka antična nagrobna stela. Na osrednjem reliefu je upodobljen Orfej, ki v žalosti za izgubljeno Evridiko igra na liro.

Pot smo nadaljevali po Jadranski ulici in se ustavili ob kavarni MuziKafe, ki združuje kavarno, galerijo in kulturno prizorišče ter je še posebej znana po festivalu Dnevi poezije in vina.

Do avtobusa smo se vrnili čez Dravski most, kjer smo se za konec ustavili še za skupno fotografijo.

R o m a n j e in ogled Ptuja sta bila bogata tako v duhovnem kot kulturnem pogledu. Domov smo se vrnili hvaležni za lepo preživet dan, prijetno druženje in številna nova spoznanja.



maribor

SCiM – STUDENT CONFERENCE IN MARIBOR

Florjan Ungar

Študentska organizacija Univerze v Mariboru (ŠOUM) je med 29. junijem in 8. julijem gostila že 26. mednarodno študentsko konferenco SCiM, ki spada med največje tovrstne dogodke v Evropi. Maribor je gostil 50 udeležencev iz 22 držav sveta, ki so skozi predavanja, delavnice, razprave in prostovoljske aktivnosti raziskovali letošnjo osrednjo temo – družbeni vpliv.

SCiM je mednarodna študentska konferenca, ki jo organizira Oddelek za mednarodno sodelovanje ŠOUM. Prvič je bila izvedena leta 1996, danes pa velja za prepoznaven mednarodni projekt, ki v Maribor vsako leto pripelje mlade z različnih koncev sveta. Konferenca spodbuja medkulturno povezovanje, neformalno izobraževanje, prostovoljstvo in aktivno državljanstvo, tematike pa vsako leto odražajo aktualne družbene izzive mladih.

Letošnje konference se udeležujejo študenti iz številnih evropskih držav, pridružujejo pa se jim tudi udeleženci iz Brazilije, Egipta, Indije, Kameruna, Kazahstana in drugih držav, ki bodo v Mariboru izmenjali svoje izkušnje, poglede in dobre prakse.





Posebnost konference ostaja tudi dejstvo, da velik del izobraževalnega programa pripravljajo študenti sami. ŠOUM jim je po uspešni prijavi na razpis omogočila dodatna usposabljanja s področja priprave in izvedbe delavnic, s čimer mladi pridobivajo pomembne kompetence na področju javnega nastopanja, vodenja skupin in neformalnega izobraževanja.

Med študenti, ki so pripravljali izobraževalni program konference, je bil tudi naš prostovoljec Klemen Poglajen, ki sicer aktivno sodeluje pri večernem prevzemanju viškov donirane hrane.

Nadškofijska karitas Maribor je mladim z veseljem prišla naproti. Skupaj smo prepoznali programe, v katere so se lahko za nekaj ur vključili kot prostovoljci. Tuji študenti so nas obiskali dvakrat, in sicer 3. ter 7. julija. Pomagali so pri programu Donirana hrana – Bartimajeva izba, kjer so sortirali hrano, v Humanitarnem skladišču so prevzeli sortiranje oblačil in drugih artiklov, sodelovali pa so tudi pri razdeljevanju kosil v Ljudski kuhinji Betlehem.

Mladi so bili nad programi pomoči Karitas, ki smo jim jih podrobno predstavili, naravnost navdušeni. Med pogovorom se je večkrat pojavilo vprašanje, ali podobni programi delujejo tudi v njihovih domovinah. Za »domačo nalogo« smo se tako dogovorili, da ob vrnitvi domov raziščejo delovanje svojih lokalnih organizacij Karitas.

KOPER

LETOVANJE PROSTOVOLJCEV ŠKOFIJSKE KARITAS KOPER V SOČI

Irena Lukan

Letos so bili vsi pogoji, da se udeležim letovanja v Soči, izpolnjeni. Imela sem le potrditev, da je na teh letovanjih vedno lepo. V pričakovanju novih spoznaj in skupnih trenutkov smo se zbrali v Domu karitas v Soči. Po skupnem obedu smo prisluhnili g. Janezu Kavčiču, ki nam je predstavil zanimivo temo: eksorcizem. Hvala g. Janezu za strokovno, slikovito, iskreno in osebno pričevanje.

Ponedeljek smo začeli s sveto mašo, ki jo je daroval g. Janez Kavčič v cerkvi sv. Jožefa v Soči, ki jo je poslikal Tone Kralj. Popoldan smo obiskali Šunikov vodni gaj, kjer smo v koritih, tolmunih, v igri sonca, senc in nevihti spoznali Stvarnika in njegovo delo. Dan za dušo in telo, v hvaležni družbi.

Torek je bil namenjen za ogled trdnjave Kluže, vzpon do Hermanove trdnjave, obisk cerkve sv. Urha v Bovcu. Večer pa je bil ustvarjalen in dišeč.

Sreda je bila popolnoma zapolnjena. Delavnico o osebnostni rasti – poti k boljšemu stiku s seboj in drugimi – je vodila ga. Tatjana Rožič. Delali smo na sebi in spoznali, kaj v življenju nosimo s seboj. Zvečer smo se udeležili sv. maše v Kalu-Koritnici in se pridružili praznovanju farnega praznika ob godu zavetnika Janeza Krstnika, nato pa še večerni proslavi in obujanju spominov na dogodke izpred 35 let.

V četrtek, na praznični dan, nas je obiskala ga. Silva Karim, ki nas je naučila osnov oblikovanja glin ter nam predstavila umetnost kamišibaja skozi pripovedi, ki so nam narisale nasmeha na lica. Zvečer smo gostili še g. Simona Cigoja, ki nas je v





potopisnem predavanju popeljal v Etiopijo, kjer je preživel nekaj časa kot prostovoljec.

Teden, v katerem smo se družili, se spoznavali, rastli na različnih področjih, od telesnega, duševnega in duhovnega do socialnega, je hitro minil. Hvala Marjani za organizacijo, vodenje, povezovanje, kjer je bilo izpolnjeno moje pričakovanje po nečem novem.

Hvala vsem gostom, kuharici Julijani in vsem udeležencem, da smo preživali lep, bogat, blagoslovljen teden, kjer je vsak izmed nas dodal košček sebe, svoje duše, da smo pod Marijinim plaščem in Božjim varstvom vse to doživeli ter napolnili dušo in telo.



LJUBLJANA

MORJE ODSEVA SKOZI ISKRICE V OČEH

Alenka Petek

Počitnice družin Škofijske karitas Ljubljana so tudi letos minile v prijetnem, sproščenem in povezovalnem vzdušju. Skupaj smo preživali nekaj nepozabnih dni, polnih smeha, medsebojnega druženja, novih doživetij in dragocenih pogovorov.

Dnevi so bili prepleteni z različnimi delavnicami za odrasle in otroke, ki so spodbujale ustvarjalnost, sodelovanje ter kakovostno preživljanje skupnega časa. Otroci so uživali v igri in raziskovanju, odrasli pa smo si vzeli čas za izmenjavo izkušenj, medsebojno podporo in pogovore o izzivih vsakdanjega družinskega življenja.

Veliko časa smo preživali tudi na plaži, kjer ni manjkalo kopanja in iger v vodi.

Posebno doživetje je bil izlet z ladjo do Izole. Med plovbo smo občudovali slovensko obalo, po prihodu v Izolo pa smo se osvežili v morju in uživali v kopanju. Po prijetnem dopoldnevu na plaži smo si privoščili še sladoled.

Obiskali smo tudi Piran, kjer smo si ogledali akvarij in minoritski samostan. Akvarij nas je navdušil z bogatim podvodnim svetom Jadranskega morja. Otroci so z velikim navdušenjem opazovali pisane ribe, morske organizme in druga morska bitja ter se kar niso mogli nagledati raznolikosti življenja pod morsko gladino. Ogled minoritskega samostana nas je popeljal v svet bogate kulturne in zgodovinske dediščine Pirana. Mirno in prijetno okolje samostana je ponudilo trenutek za umiritev, občudovanje arhitekture ter vpogled v preteklost tega čudovitega obmorskega mesta. Poseben vtis je na nas naredila tudi znamenita Carpaccieva slika, ki krasi samostansko cerkev. Z občudovanjem smo prisluhnili njeni zgodbi in spoznali njen velik umetniški pomen.

Nepozaben je bil sprehod skozi portoroški tunel, nekdanjo železniško progo, ki je danes priljubljena sprehajalna pot. Sprehod je bil prijetna priložnost za druženje in pogovor.

Dneve smo si popestrili s številnimi delavnicami, pri katerih so sodelovali tako starši kot tudi otroci.

Pomemben del našega druženja je bil pogovor o starševskih veščinah. V odprtem in zaupanja vrednem okolju smo si izmenjali izkušnje o vzgoji otrok, postavljanju zdravih meja, pomenu doslednosti, spodbujanju samostojnosti ter gradnji spoštljivih in varnih odnosov v družini. Dotaknili smo se pomena kakovostno preživetega časa z otroki, učinkovite komunikacije, reševanja konfliktov in medsebojne podpore med starši. Takšni pogovori so bili dragocena priložnost za učenje drug od drugega ter potrditev, da s skupnim razmišljanjem in izmenjavo izkušenj lažje premagujemo vsakodnevne izzive starševstva.

Počitnice so nam ponovno pokazale, kako dragoceno je preživljati čas v skupnosti, kjer se prepletajo prijateljstvo, sodelovanje, medsebojna pomoč in iskreni odnosi.

Prilagam še zahvalo družine, ki je letovala z nami:

»Včasih besede preprosto niso dovolj, da bi opisale hvaležnost, ki jo čutimo v svojih srcih. To, kar ste podarili naši družini, ni bilo samo nekaj dni ob morju. Podarili ste nam mir, nasmeh, povezanost in spomine, ki jih bomo nosili s seboj vse življenje. Naša otroka sta vsak dan z iskrkami v očeh tekla proti morju, se brezskrbno smejala in uživala v trenutkih, ki jih brez vaše pomoči verjetno nikoli ne bi doživela. Njun smeh je bil najlepši zvok, ki sem ga kot starš lahko slišala. To je darilo, ki nima cene. Ko življenje prinese težke preizkušnje, človek včasih izgubi upanje. Vi pa ste nam s svojo dobroto pokazali, da še vedno obstajajo ljudje z velikim srcem, ki nesebično pomagajo drugim. Zaradi vas smo se počutili videne, sprejete in vredne. Hvala, ker ste nam omogočili, da smo za nekaj dni pozabili na skrbi in preprosto uživali kot družina. Hvala za vsak trenutek, za vsak nasmeh, besedo in toplino, ki ste nam jo podarili. Takšne dobrote se ne pozabi. Ostane za vedno zapisana v srcu. Iz vsega srca hvala.«



MARIBOR

DNEVI BREZSKRBNNE IGRE IN NOVIH DOŽIVETIJ

Tjaša De Corti

22

V zadnjem tednu junija smo v Portorožu skupaj z družinami doživeli čudovit teden druženja, sproščenosti in novih doživetij. Nadškofijska karitas Maribor je tudi letos pripravila letovanje, s katerim je družinam omogočila nekaj brezskrbnih dni ob morju, stran od vsakodnevnega ritma. Za mnoge je bil to dragocen čas, ko so se lahko posvetili drug drugemu, se povezali in ustvarili lepe spomine.

Dnevi ob morju so minevali v znamenju lepega in vročega vremena, ki nam je bilo naklonjeno in je

ustvarilo pravo poletno vzdušje. Veliko časa smo preživeli ob morju, v kopanju, igri in druženju. Otroci so z vese-

ljem raziskovali obalo, iskali in nabirali školjke ter se veselili vsakega novega najdenega »zaklada«. Tudi kakšen pik čebele ni pokvaril dobrega razpoloženja. Za nami je ostal lep teden, poln nasmehov in prijetnih doživetij.

Udeleženci so se razveselili tudi različnih skupnih dejavnosti. Posebno doživetje je bil izlet z ladjico v Izolo, kjer so lahko uživali v pogledih na obalo, sladoledu in kopanju. Veliko veselja je prinesla tudi izdelava domačega sladoleda, pri kateri so otroci z navdušenjem sodelovali.

Posebna vrednost letovanja je bila v povezanosti, ki se je ustvarila med družinami. Ob skupnih trenutkih so se spoznavali, delili izkušnje in začutili, da niso sami. Otroški smeh, nova prijateljstva in prijazne besede so ustvarjali vzdušje sprejetosti in bližine.

Za otroke so bili to dnevi brezskrbne igre in novih doživetij, za starše pa dragocen čas za oddih in kakovostno preživljanje trenutkov s svojimi najbližjimi.

Letovanje v Portorožu je bilo več kot le nekaj dni počitnic. Bilo je priložnost za povezovanje, veselje in ustvarjanje lepih spominov. Naj ti trenutki še dolgo ostanejo v srcih vseh udeležencev.



NOVO MESTO

KO DRUŽINA LAHKO ZNOVA
DIHA SKUPAJ

Lucija Kolenc

Dopust je za večino ljudi nekaj samoumevnega. Je čas, ko se vsakodnevni tempo umiri, obveznosti nekoliko odložimo na stran in si vzamemo več časa drug za drugega. Za številne družine, ki živijo v finančni stiski ali jih spremljajo težke življenjske preizkušnje, pa so takšni dnevi pogosto nedosegljiv privilegij.

Prav zato Škofijska Karitas Novo mesto že vrsto let pripravlja letovanje družin v Portorožu. Nekaj dni ob morju pomeni veliko več kot spremembo okolja. Družinam ponuja priložnost, da se za kratek čas umaknejo iz vsakdanjega ritma skrbi in odgovornosti ter ponovno odkrijejo preprostost skupnega bivanja.

Na letovanje prihajajo družine z zelo različnimi življenjskimi zgodbami. Nekatere so zaznamovane z izgubo bližnjega, druge z boleznijo, enostarševstvom ali materialno stisko. Čeprav so njihove poti različne, jih povezuje skupna želja – za nekaj dni odložiti breme vsakdana in svojim otrokom podariti brezskrbne poletne trenutke.

Otroci se novih prijateljstev razveselijo skoraj v trenutku. Morje, igra, ustvarjalne dejavnosti in skupni večeri hitro zapolnijo njihove dneve. Njihov smeh pogosto postane največja nagrada tudi za starše, ki lahko po dolgem času opazujejo svoje otroke brez skrbi in napetosti. Včasih je prav takšen prizor največji dar, ki ga lahko družina odnese s seboj domov.

Poleg oddiha nastajajo tudi nova poznanstva med odraslimi. Pogovori razkrivajo, da nihče ni sam v svojih preizkušnjah. Izmenjava izkušenj, medsebojna podpora in občutek sprejetosti pogosto ustvarijo vezi, ki ostanejo tudi po koncu letovanja. Tako nastane skupnost ljudi, ki se med seboj razumejo, ker so tudi sami izkusili teže življenjskih izzivov.

Čeprav letovanje traja le nekaj dni, njegov pomen sega precej dlje. Ne odpravlja težav, s katerimi se družine vračajo domov, lahko pa jim podari novo moč za soočanje z njimi. Skupni

spomini, čas brez nenehnih skrbi in občutek, da so bili deležni iskrene pozornosti, pogosto postanejo pomembna opora v prihodnjih mesecih.

Največja vrednost letovanja zato ni le v počitnicah ob morju, ampak v priložnosti, da družina znova doživi sebe kot družino. Da skupaj sede za mizo brez hitenja, se odpravi na sprehod, posluša otroški smeh in za nekaj dni pozabi na bremena, ki jih čakajo doma. Takšni trenutki človeku vračajo upanje in ga spomnijo, da tudi sredi preizkušenj ostajajo lepota, bližina in medsebojna povezanost.

Ko se letovanje konča, se življenje vrne v ustaljene tirnice. Toda domov z družinami odide nekaj dragocenega – občutek, da niso same, da obstajajo ljudje, ki jim želijo dobro, ter spomin na dneve, ko je bilo najpomembnejše preprosto to, da so bili skupaj.



Druženje, bližina in Božja pomoč

58. vseslovensko romanje bolnikov, invalidov in starejših na Brezje

Peter Tomažič

24

Na sončno jutro tretje sobote v juniju se nas je na Brezjah že zjutraj zbralo veliko prostovoljcev Mlade karitas, skavtov in tudi drugih, ki smo na ta dan želeli prispevati svoj delček k prijaznemu okolju za starejše, bolnike in invalide. Bil je res vroč dan in v zraku je bila skrb, ali ni to malo prehuda vročina za starejše; bodo sploh prišli v takem obsegu kot običajno? Začela se je priprava, ki vključuje razporejanje stolov in klopi na dvorišču pred cerkvijo. Sodelavci Založbe Ognjišče so pripravili vodo, kavo in še mnogo drugih drobnih stvari. Veliko nevidnih nalog, da se vse sestavi skupaj, je bilo opravljenih že mnogo prej.

Začeli so prihajati romarji in prvi avtobusi so parkirali na parkirišču. Prostovoljci z invalidskimi vozički, ki so jih naše sodelavke pred dnevi očistile, preverile in pripravile, so pristopili k avtobusom in odpeljali nemočne pod šotor pred zunanji oltar. Drugi, ki lahko hodijo, pa so se udobno namestili na stolih v senci, nekateri so stole in klopi iz sončnih delov prenesli v park pod drevesa. To sicer ni dobrodošlo, a ob taki vročini je bilo letos dopuščeno.

Sledilo je deljenje vlog med prostovoljce. Klemen Svetelj, župnik iz Domžal, ki že leta koordinira dogajanje med mašo, nas je razdelil v skupine: ena za spremstvo pri maziljenju, druga za nabirko, obhajilo, pa še tisti, ki poskrbijo, da je prostor v kapeli pred Marijo Pomagaj na koncu maše prehodan za mimohod invalidov in starejših.

Neverjetno: kljub vročini je prišlo več kot 40 avtobusov romarjev iz različnih župnij, iz Primorske, Prekmurja, Dolenjske, ter številni z avtomobili iz bližnjih krajev. Tukaj velja zahvala vsem voditeljem Župnijskih karitas in župnikom, ki taka romanja iz leta v leto organizirajo. Ena izmed naših prostovoljk mi je rekla: »Letos sem spet uspe-



la pripeljati pet avtobusov.« Skozi leto so sodelavci in prostovoljci Karitas pozorni do več kot 39.600 starejših z obiski in pogovorom ter srečanji.

Tudi na Brezjah se je letos zbrala velika množica več kot 3.000 romarjev s številnimi duhovniki, ki so pred mašo tudi spovedovali in poskrbeli za dušni mir obiskovalcev. Ko sem vprašal starejšo gospo, če ji je kaj vroče, mi je z nasmehom odgovorila, da je super in da je hvaležna, da je lahko tukaj. Iz mnogih obrazov sta na ta dan sijala hvaležnost in veselje, radost nad povezanostjo in druženjem. Predvsem pa je bilo pri vseh udeležencih sijoče razvidno, da imajo radi življenje in da se znajo veseliti majhnih stvari, kljub težavam, ki jih vsak dan spremljajo. Maša je lepo potekala, prostovoljci so

raznašali vodo in vse naše naloge so bile dobro opravljene. Po maši smo kot vsako leto vrnili odvečne lesene stole v klet in poskušali ponovno pravilno postaviti stole pod šotorom, da bodo pripravljeni za prihodnje maše. Delo prostovoljcev in sodelavcev se je po 13. uri počasi končalo. Dogodek smo zaključili s skupnim golažem in krofom v parku, kjer smo še malo pokramljali, si podelili vtise in se na koncu slikali pred sv. Družino.



Foto: Ludvik Mekuč

Naj končam z mislijo škofa Janeza Kozinca, ki je ob somaševanju številnih duhovnikov daroval sveto mašo in je med pridigo povedal, da smo ljudje »kakor krhke glinene posode, v katere je Bog položil neizmeren zaklad svoje navzočnosti. Za Jezusa smo vredni več kot ptice na nebu ali čudovite lilije na polju. Te nič ne proizvajajo in nič ne služijo, ampak samo so, samo bivajo: ptice letijo in jedo, lilije pa rastejo in cvetijo – Bog Oče pa skrbi za ene in druge. Koliko bolj šele za človeka, ki ga je vzljubil! Vrednost človeka torej ni v produktivnosti ali kakšni zmožnosti, temveč v tem, da je otrok nebeškega Očeta.«

Foto: Ludvik Mekuč



25

Mlada karitas Koper na Brezjah

Na tradicionalnem romanju bolnikov in ostarelih na Brezje smo z veseljem sodelovali tudi mladi iz Mlade karitas Koper. Naša pot se je začela že v petek, ko smo prispeli na prizorišče in zavihali rokave pri pripravi prostora. Večer smo preživeli ob sproščenem druženju in okusni večerji, kar nas je še bolj povežalo kot ekipo.

Sobotno jutro nas je prebudilo zelo zgodaj. Po zadnjih pripravah smo z nasmehom na obrazu pričakali prve romarje. Naša glavna naloga je bila skrb za nemoten potek dneva in dobro počutje vseh prisotnih. Starejšim in onemoglim smo pomagali pri varnem izstopu iz avtobusov do prizorišča, med samim dogajanjem pa smo v poletni vročini delili vodo in skrbeli, da nikomur nič ni manjkalo. Ob koncu srečanja smo romarje pospremili še mimo oltarja nazaj do njihovih prevozov.

Čeprav je bil dan fizično naporen, je bil hkrati neizmerno lep. Domov smo se vrnili utrujeni, a polni hvaležnosti in toplote, ki jo lahko prinese le iskrena pomoč sočloveku.

animatorji Mlade karitas



Foto: Ludvik Mekuč

Romanje na Brezje – tja, kjer srce najde mir

Že vrsto let se starejši, bolni in invalidi iz Vipavske doline z veseljem odpravljamo na tradicionalno romanje na Brezje. Tudi letos smo se zbrali v velikem številu – kar pet polnih avtobusov romarjev je priromalo k Mariji Pomagaj, da bi ji izročili svoje prošnje, zahvale, skrbi in trpljenje. Za tako veliko romanje je treba veliko priprav. Za organizacijo že vrsto let z izjemno predanostjo, srčnostjo in odgovornostjo skrbi naša sodelavka Hermina. Usklajevanje prijav, rezervacija avtobusov, obveščanje udeležencev, odgovori na številna vprašanja in reševanje nepredvidenih zapletov zahtevajo veliko časa in potrpežljivosti.

Med romarji so ljudje z različnimi življenjskimi zgodbami. Nekateri težko hodijo, drugi uporabljajo invalidski voziček, med nami je bila tudi slepa udeleženka. Prav zato je pomoč prostovoljcev tako zelo dragocena. Sodelavci Vipavske območne Karitas vsako leto z veseljem priskočimo na pomoč pri vstopanju in izstopanju iz avtobusov, spremljanju romarjev in vseh drobnih opravilih, ki marsikomu omogočijo, da se romanja sploh lahko udeleži.

Romanje smo začeli z jutranjo molitvijo, zahvalo Bogu in Materi Božji za milost, da lahko potujemo. Na počivališču Lom smo so ustavili na jutranji kavici in nato nadaljevali pot s skupno molitvijo rožnega venca. Z osebnimi prošnjami in željami smo se pripravili na srečanje z Marijo Pomagaj.

Na Brezjah je za romarje vedno lepo poskrbljeno. Iskrena hvala vsem, ki s svojim delom in prijaznostjo omogočijo, da vse poteka mirno, dostojanstveno in brez zapletov.

Imeli smo možnost za sveto spoved in prejem zakramenta bolniškega maziljenja. Več tisoč romarjev nas je sveta daritev, obogatena z ljudskim pe-tjem, povezala v močno duhovno doživetje.

Po sveti maši smo se tudi letos zbrali pri skupnem kosilu. Ob tem je bilo posebej lepo opazovati



stare prijatelje in znance, ki se poznajo že iz mladih let. Pogovori, nasmehi in stiski rok so pričali, da romanje ni le molitev, ampak tudi dragoceno srečanje ljudi.

Ob vračanju domov smo v zahvalo molili litanije Matere Božje. Na obrazih romarjev je bilo videti mir, zadovoljstvo in hvaležnost. Prav ti iskreni nasmehi so najlepše plačilo za trud vseh, ki sodelujemo pri pripravi romanja. Naj Bog vsem nakloni zdravja in moči, da bomo lahko tudi v prihodnjih letih skupaj romali na Brezje ter z veseljem pomagali tistim, ki nas najbolj potrebujejo.

Miljeva Kompara

Hvala za vse, kar ste pripravili

Z enim avtobusom smo iz župnije Laško z dodatkom dveh gospa iz sv. Šmarjete poromali na Brezje. Med večtisočglavo množico bi lahko našli podobne vtise, a naši so posebni zato, ker so nas za nekaj ur združili v molitvi in skupnem podoživljanju romanja. Za nas, sodelavce Župnijske karitas Laško, se je to romanje začelo že kak mesec dni prej, ko smo se dogovorili o vseh podrobnostih organizacije – opravil, ki se jih ne vidi, jih je pa treba opraviti. Na Brezje smo prispeli zgodaj, še preden se je začela sveta maša, da smo imeli čas obiskati Marijo in se ji potožiti, jo prositi ter se ji zahvaliti. Po romarski sveti maši smo se odpravili proti domu, ustavili pa smo se na počivališču Voklo, kjer smo pomalicali. Poleg standardne malice so pridne roke naših sodelavk napekle goro različnega peciva, ki ga je bilo kar težko spraviti pod streho. Bil je vroč dan, v globoki senci dreves pa je bila priložnost zbrati vtise udeležencev:

Ida Vrbovšek: *»Bilo je zelo lepo, tudi zelo vroče, ampak tule ob tej pogostitvi, na isti lokaciji kot lani, je zelo lepo. Hvala za vse, kar ste nam pripravili.«*

Mateja Belej: *»Zelo ganljivo je bilo, ker prostovoljci tako lepo skrbijo za bolnike in za stare ljudi. Vsakič me začudi, s kakšnim navdušenjem vsi ljudje pojejo – starejši še znajo stare cerkvene pesmi, tako da je zelo lepo vzdušje, in za vse je res zgledno poskrbljeno.«*

Marija Herman: *»Letos sem prvič na tem romanju in je zelo*

lepo. Prijazni ljudje in prijazen župnik. Če vidiš ljudi, se lahko spominjaš vsega, kar si doživel. Če se vse drugo izbriše, lepi spomini ostanejo.«

Lili Klezin: *»Današnje romanje si bom zapomnila po optimizmu, ki nam ga dajo invalidi, ko jih srečamo. Vdano so molili pri Mariji. Romanje si bom zapomnila tudi po zelo lepi sveti maši. To se dotakne vseh. Vsi ti ljudje ... a ti prostovoljci, ki so tako požrtvovalni, delijo vodo, skrbijo za to, da odpeljejo z vozičkom vsakogar, ki ne more hoditi. Res, vsa čast tem ljudem.«*

Martina Hriberšek: *»Lepo vreme, prijetna družba, sveta maša je bila lepa. Tudi pogostitev je bila dobra in obilna. Vsem hvala za vse. Lepo smo preživeli ta dan in ga bomo ohranili v lepem spominu.«*

Marija Železnik: *»Vse je lepo: lepo petje in ganljivo vzdušje, pa tako veliko ljudi pride, in potem ko vidiš te reveže, invalide, te prešine, kako si lahko srečen, ker ti nič ne manjka.«*

G. župnik Rok Metličar: *»To romanje ima že dolgo tradicijo, a za nas je šele tretje, saj smo se prej izmikali gneči, za katero smo vedeli, da na tak dan je. Ker pa organizacija vedno poteka zelo dobro, gneče skoraj ni opaziti. Ker je to romanje postalo že del naše župnije, ga moramo izpeljati tudi prihodnje leto.*

Sam letos vidim tudi pozitiven premik pri številu spremljevalcev in duhovnikov, ki so se odzvali medijskim pozivom, naj pridejo na to slovesnost. Ker se je to zgodilo, je bilo spovednikov in delivcev bolniškega maziljenja več in je slovesnost potekala bolj tekoče kot prejšnja leta, kar se mi je zdelo zares pozitivno.«

zbrala: Boža Herek



NAGRADNA KRIŽANKA

avgust Simon Dvornik

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 17.8.2026 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

	ZALA LORBEK	AL ANON	VARNOST. SLUŽBA	NEKD. F1 DIRKAČ SCHUMAC.	EVGEN BERGANT	GESLO		GRŠKI BOG VETRA	NENADZOR. HITRO PREMIKANJE MNOŽICE	TOLKIENOV KRALJESTVO ŠKRATOV	ANA NAHTIGAL
GL. MESTO HRVAŠKE							PEVKA RADŽEPOVA				
UMIVALNIK							SL. PESNIK ŽUPANČIČ OLGA SOSNOVA				
	MORALNO NAČ. V HINDUIZMU	SAŠO LAP ZDRAVILO PRI OTEŽENEM DIHANJU			AMERIŠ. DENAR. VALUTA LESENA HIŠA						DROBNOZ. KULTURNA RASTLINA
ANTON STRES			TKANINA IZ POLIESTRA PROZORNI DEL ZRKLA					NASPROTJE VOJNE DROG V MOTORJU			
NORDJ. BOGINJA PODZEMLJA				OTTO VIRTANEN			ZASČITA NA POVRŠINI SIVA KAMNINA				
INDUSTIJ. REŠEVALNA ENOTA				OBDELO. POVRŠINA JAKA STRES						SPLETNA AKADEM. ZA TEHNOL.	
VRSTA MEDVEDA, RDEČA PANDA											TEROR. ORGAN.
POSTAVA					ZDRAVILA PROTI BOLEČINI KRIPTOVALU. FASTOKEN						
UMETNA INTEL.			OLGA LASAK	OTROK, MULEC FORDOV AVTOMOBIL					IGOR SAMOBOR NINA PUŠLAR		
	OSEBA Z DR. IZOBRAZBO (MNOŽ.)										
	ZANOS							USNJENI TRAK ZA HLAČE			

Geslo junijske nagradne križanke: ŠOLA ŽIVLJENJA

Nagrajenci: 1. nagrada: Anica Ziherl, Škofja Loka

2. nagrada: Majda Domanjko, Radenc

3. nagrada: Denis Petohleb, Kozina

Nagrade: 1. nagrada: termo skodelica za kavo

2. nagrada: knjiga

3. nagrada: majica



Rakitna: tabor Kuhajmo skupaj



***Poletje
je čas počitnic
in tudi naši
otroci
ter družine
uživajo na
oddihu***



Portorož: Počitnice Biserov



Portorož, Sončna hiša: letovanje družin



Vešja Slovenska karitativna
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.

