

žarek dobrote

9/XXIV
september
2026



Karitas

glasilo slovenske karitas



TEMA MESECA

- 3 ••• Za srce Afrike 2026
- 6 ••• Drug drugemu dar
- STISKE SODOBNE DRUŽBE
- 6 ••• Osamljenost mladih skozi tri zgodbe drugačnosti
- TO MORAMO VEDETI
- 8 ••• Specifika dela v Terapevtski skupnosti Pelikan
- NA OBISKU
- 10 ••• S srcem in dušo za ljudi

KARITAS MLADIH

- 11 ••• Brez mladih Karitas dolgoročno ne more živeti
- Ko se srečata izkušnja in mladost

- 13 ••• Brisača v rokah – ogledalo ponižnosti

- 14 ••• Pozdrav krepostim

- 15 ••• Črna torba

CELJE

- 16 ••• Dnevi druženja, oddiha in lepih spominov v Vrbju
- KOPER

- 17 ••• Umetniki za Karitas tokrat na Koroškem

LJUBLJANA

- 18 ••• Po treh desetletjih spet ob Kolpi

- 19 ••• Med tradicijo in sodobnostjo

MARIBOR

- 20 ••• Iz Marijinega hleva se spet sliši oglašanje krav
- NOVO MESTO

- 21 ••• Delovna akcija v Semiču

- 22 ••• Skozi grajska vrata v svet viteзов in princes
- poletne delavnice na Škofijski karitas

LETOVANJA

- 23 ••• Slovenska karitas: Biserni teden skozi oči naših animatorjev

- 24 ••• Slovenska karitas: Kuhajmo skupaj
- popotovanje okusov sveta

- 25 ••• Koper: Vsaka družina je drugačen val

- 26 ••• Koper: Stvarstvo je dar, bodi njegov čuvaj

- 27 ••• Ljubljana: Morje odseva skozi iskrice v očeh

- 28 ••• Pozitivni učinki slovenske pomoči v srcu Afrike

- 31 ••• Nagradna križanka

• FOTO NASLOVNA in ZADNJA STRAN Jana Lampe •

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 • Poština plačana pri pošti • ISSN 1581-5528 • Vsebine v

prispevkih izražajo mnenja avtorjev in ne predstavljajo uradnega stališča

Slovenske karitas. •



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

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



**»Hvaljen moj Gospod
v sestri vodi,
mnogo koristi dobra,
ponižna in čista.«
Sv. Frančišek Asiški**

OTROCI
V SRCU AFRIKE
POTREBUJEJO
**HRANO,
VODO, ŠOLE
IN ZDRAVILA**



Pošljite **SMS**
AFRIKA5
ali
AFRIKA10
na **1919**
in pomagajte
s 5 ali 10 EUR.

Poslovni namen: zbiranje sredstev za humanitarne projekte v Afriki. Slovenska Karitas, Ljubljana, 2019.

www.karitas.si

za
srce
afrike



Karitas

Jana Lampe

Foto: Jana Lampe

Slovenska karitas letos obeležuje 21 let dobrodelne akcije Za srce Afrike, ki v sodelovanju z revijo Ognjišče vsako leto poteka od Velikega šmarna do 15. septembra. Akcija že dve desetletji povezuje Slovence v solidarnosti z najrevnejšimi otroki in družinami v Afriki. Zbrana sredstva so namenjena humanitarnim in razvojnim projektom pomoči s področja oskrbe s hrano in vodo, zdravstva in šolstva ter omogočanja dela najrevnejšim. Na terenu se glede na potrebe najrevnejših izvaja v sodelovanju s slovenskimi misijonarkami in misijonarji, sestrami domačinkami in sodelavci lokalnih Karitas. Dosedanja pomoč preko akcije Za srce Afrike z zgrajenimi šolami, zdravstvenimi centri, porodnišnicami in vodnjaki prinaša boljše osnovne pogoje za preživetje in upanje za prihodnost v lokalnih skupnostih na območjih v Afriki, kjer živi okoli 300.000 prebivalcev – v Ruandi, Burundiju, Centralnoafriški republiki, Keniji, Zambiji, Malaviju, Senegal, Bocvani, Etiopiji in na Madagaskarju. Med njimi je več kot polovica otrok. V zadnjih 20 letih je **akcija Za srce Afrike** ob delnem sofinanciranju posameznih projektov s strani Ministrstva za zunanje zadeve RS (MZEZ) in Misijonskega središča Slovenije obrodila številne sadove za trajnostni razvoj najrevnejših, saj je **omogočila gradnjo**

karitas danes & jutri
tema meseca

za srce afrike

2020

3

in obnovo 15 šol, 3 vrtcev, 3 internatov, 6 zdravstvenih centrov, 7 porodnišnic, centra za fizioterapijo in 72 vodnjakov v različnih afriških državah. Vsaka učilnica, vsaka šola je novo upanje za Afriko, saj imajo s tem otroci in mladi možnost izobrazbe in boljše prihodnosti. Zdravstveni centri, porodnišnice in vodnjaki pa prinašajo boljše zdravje in čisto vodo bližje domu. Ob tem so bili v gradbena dela vedno vključeni revni domačini, ki so dobili priložnost za delo in zaslužek za preživetje družin ter nova znanja, kar je v teh odročnih podeželskih krajih redko. S podporo pri nakupih hrane so bila **rešena številna življenja podhranjenih otrok, z vsakodnevnimi šolskimi obroki pa učenci dosegajo boljše učne rezultate**, saj imajo tako vsaj en obrok v dnevu. Na Slovenski karitas smo veseli in hvaležni, da je naša pomoč učinkovita in ima konkretne in trajne pozitivne učinke na življenje najrevnejših – da jim s tem omogočimo osnovne pogoje za življenje in da imajo več upanja za boljšo prihodnost svojih družin, še posebej otrok. Slovenska karitas se zahvaljuje vsem srčnim darovalcem v akciji Za srce Afrike, ki ste lani za ta namen darovali 208.255,68 evra.

Tudi letos smo prejeli številne prošnje misijonark, misijonarjev in sodelavcev Karitas v Afriki, saj družine na podeželju še vedno živijo v skromnih hiškah, brez elektrike in čiste vode. Starši se trudijo preživeti s pridelkom, a to ne zadošča. Priložnosti za druga dela je malo. Revšči-



»Vaša dobrota v akciji Za srce Afrike že desetletja rešuje življenja – s šolami, vodnjaki, hrano, zdravstveno oskrbo, centri za otroke s posebnimi potrebami in drugo pomočjo. Letos se še posebej iskreno zahvaljujem za podporo gradnji vrtca in šole v kraju Muhwazi v Burundiju. Gradnja se nadaljuje in živimo v neizmernem upanju, da bomo z vašo pomočjo dosegli zastavljeni cilj. Otrokom tega revnega kraja želimo dati nekaj najboljšega: dobro izobrazbo. Bog povrni za vsak vaš dar!«

misijonarka s. Vesna Hiti

na, konflikti, podnebne spremembe in visoke cene hrane povzročajo, da vedno več ljudi trpi zaradi lakote. Tretjina vseh otrok je hudo podhranjenih. Skoraj polovica prebivalcev Afrike nima dostopa do pitne vode. Ženske in otroci vsak dan prehodijo več kilometrov do najbližjega vodnjaka. Primanjkuje tudi šolskih zgradb in zdravstvenih centrov, zato številni otroci ostajajo brez kakovostnega izobraževanja, matere in otroci pa brez ustrezne zdravstvene oskrbe. Vse to slabo vpliva na njihovo zdravje in prihodnost. Zato ljudje v Afriki še vedno potrebujejo našo pomoč, da vzpostavijo osnovne pogoje za preživetje in razvoj.

Z letošnjo podporo Za srce Afrike tako želimo uresničiti naslednjo pomoč:

V Centralnoafriški republiki v Safi in v Burundiju v Kiguhi bomo zagotovili hrano in oskrbo za okoli 100 kritično podhranjenih otrok.

V Burundiju v Muhvaziju bomo s s. Vesno Hiti dokončali gradnjo vrtca in osnovne šole za 480 revnih otrok, **v Nyangugu** pa zgradili 4 učilnice za 240 učencev.

V Ruandi v Birambu bomo zgradili internat za 200 dijakinj, **v Rusumu** pa vrtino za pitno vodo za oskrbo 300 družin ter opremili center za poklicno usposabljanje deklet. Njegovo delovanje bomo podprli tudi v **Rushooku v Ugandi**.

V Ruandi v Kibungu bo Karitas ob podpori zunanjega ministrstva usposabljala 3.500 družin za boljše kmetovanje in varčevanje ter zagotovila semena, sadna drevesa, koze in tri vrtine z namakalnim sistemom za 4.000 družin.

V Keniji v Kakumi bomo ob sofinanciranju MZEZ podprli gradnjo osnovne šole za 400 otrok, **v Logorumu** pa gradnjo dveh učilnic za 80 otrok.



V Etiopiji v Bahir Daru bomo ob podpori zunanjega ministrstva podprli prehrano in psihosocialno pomoč za 60 otrok z ulice, **v Arsi Negele** pa vrtino za vodo za oskrbo šole in 50 družin.

V Senegal in na Madagaskarju bomo z misijonarji zagotovili redne šolske obroke za 640 učencev ter obnovili dispanzer **v Mananbondru** v sodelovanju z Janezom Mescem.

Tudi letos vas skupaj z misijonarji prosimo za velikodušnost, da lahko skupaj odgovorimo na stiske revnih v Afriki. Darovalci lahko svoj dar Za srce Afrike nakažejo na:

Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 LJ,

TRR: SI56 02140-0015556761,

sklic: SI 00 2127, namen: Za srce Afrike.

Možnost darov tudi s **SMS sporočilom AFRIKA5 ali AFRIKA10 na 1919** s prispevkom 5 oz. 10 EUR, zgibanka s položnico pa je na voljo v septembrski reviji Ognjišče. Več na karitas.si. Iskrena HVALA!

Z nami je že 872 mesečnih darovalcev. Lani so omogočali plačilo za redno in občasno delo okoli 370 družinam v Ruandi, Burundiju, Ugandi, Centralnoafriški republiki, Eritreji, Senegal in na Madagaskarju, 18 družinam v Albaniji in 44 na Šrilanki ter delo 15 zdravstvenim in 33 pedagoškim delavcem na misijonih.

Slovenska karitas v sklopu akcije Za srce Afrike nadaljuje tudi s 17. akcijo **Z DELOM DO DOSTOJNEGA ŽIVLJENJA**, preko katere že 872 darovalcev iz Slovenije (botri) z mesečnim darom podpira plačilo za delo staršev iz več kot 370 revnih družin v Afriki (Ruandi, Burundiju, Centralnoafriški republiki, Ugandi, Eritreji in na Madagaskarju), **18 družin v Albaniji in lani 44 na Šrilanki**. Revna dru-

žina na afriškem podeželju potrebuje dodatnih 35 EUR, v mestu pa 50 EUR, v Albaniji 70 EUR in na Šrilanki 35 EUR na mesec, da dostojno preživi, ima dovolj hrane, dostop do zdravil in šolskih potrebščin za otroke in skromno bivališče. V tem letu smo za vse misijone mesečni znesek za delo nekoliko dvignili, saj so se povsod v Afriki in drugje po svetu stroški za hrano in druge dobrine v zadnjih letih skoraj podvojili. **Z dobrim evrom na dan tako lahko posamezniku na drugem kontinentu omogočimo redno delo in njegovi družini spremenimo življenje.** Ena od vključenih v projekt, Marceline iz Burundija, je vdova s petimi otroki. Preden je dobila delo na misijonu v Gitegi, so živeli v veliki revščini. »Danes lahko plačam najemnino, otroci hodijo v šolo in imamo dovolj hrane. Hvala dobrotnikom in sestram, ker ste mi vrnili upanje in dostojanstvo.«

Tudi letos bomo na ta način podprli nove revne družine v Afriki, Albaniji in na Šrilanki. Preko akcije Slovenska karitas podpira tudi plačilo za delo 15 zdravstvenih in 33 pedagoških delavcev na misijonih v Afriki ter enega učitelja na misijonu v Braziliji v sodelovanju s sestro Metko Kastelic. Slovenska karitas vabi nove mesečne darovalce, kar lahko storijo preko trajnika ali položnic. Za več informacij pišite na jana.lampe@karitas.si ali si preberite na karitas.si/akcije/z-delom-do-dostojnega-zivljenja/.

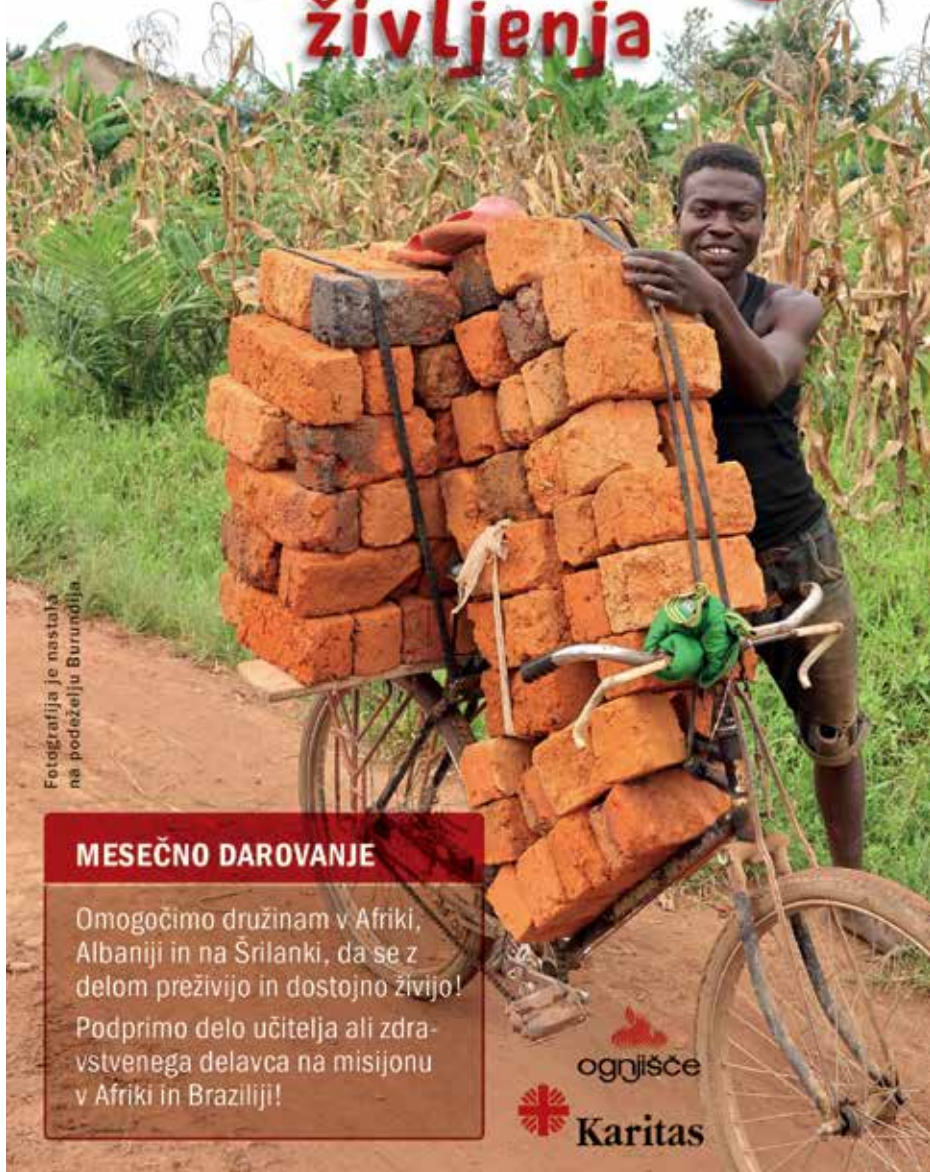
V Afriki revnim pomagamo tudi z akcijo KUPIM KOZO. Do zdaj je bilo v dveh letih ob dobroti Slovencev **revnim družinam v Afriki** kupljenih in v sodelovanju z misijonarji razdeljenih **več kot 8.800 koz.** Koze jim omogočajo, da lahko trajnostno preživijo – imajo gnojilo za obdelavo polja in imajo več hrane, prirast pa lahko prodajo na trgu in z zasluženim kupijo kaj za družino, otrokom plačajo šolanje ... Nas nakup koze stane le 20 EUR, družini v Afriki pa spremeni življenje. Več na <https://www.karitas.si/kupim-kozo/>. Lani smo akcijo Kupim kozo za pomoč revnim kmetom v Afriki nadgradili z akcijo **Kupim motiko in semena.** Večina družin na podeželju Afrike živi v zelo skromnih pogojih in nimajo skoraj ničesar, včasih

so tako revni, da nimajo niti za motiko in si jo morajo izposoditi od soseda ... Se pa ob tem močno trudijo preživeti od pridelanega na majhnem kosu zemlje, saj drugih možnosti za delo večinoma ni. Na ta način jim skupaj s kozami, orodjem in tudi semeni raznolike zelenjave želimo omogočiti večjo prehransko pestrost in manj podhranjenosti.

»Hvala iz srca, da na tako daleč dajete življenje mnogim, ki so potrebni pomoči. Božji blagoslov naj bo nad vsemi vami!« se vsem darovalcem Za srce Afrike zahvaljuje **misijonarka s. Bogdana Kavčič.** Srčna zahvala za vaše široko srce za stiske najrevnejših v Afriki pa prihaja tudi od vseh nas na Slovenski karitas.

5

Z delom do dostojnega življenja



Fotografija je nastala na podeželju Burundija.

MESEČNO DAROVANJE

Omogočimo družinam v Afriki, Albaniji in na Šrilanki, da se z delom preživijo in dostojno živijo! Podprimo delo učitelja ali zdravstvenega delavca na misijonu v Afriki in Braziliji!

DRUG DRUGEMU DAR

Helena Zevnik Rozman

Seminar karitas 2026

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

Kratek program

PETEK

- ob 17h: Registracija udeležencev in namestitvev za spanje
- ob 18h: Sveta maša (v Celju ob 18.30)
- ob 19h: Večerja
- od 20h do 21.30: Predavanje in osebno/skupinsko delo:
 - p. dr. Silvo Šinkovec (Celje in Veržej)
 - mag. Martin Lisec (Stična in Mirenski Grad)

SOBOTA

- ob 7h: sveta maša
- ob 8h: zajtrk
- od 9h do 9:45 Predavanje na temo duševnega zdravja starejših
 - Jožica Gamse, dr. med., spec. psih. (Celje, Mirenski Grad)
 - doc. dr. Olivera Stanojević Jerković, dr. med. specialistka socialne medicine/javnega zdravja (Veržej)
 - Marjeta Ferlan Istinič, univ. dipl. soc., vodja Oddelka za upravljanje programa Mira, na NIJZ (Stična)
- ob 10h: Predstavitve dobrih praks (skupine znotraj Župnijskih karitas, skupine, delujoče znotraj Inštituta Antona Trstenjaka, skupine, delujoče znotraj Zveze društev za socialno gerontologijo Slovenije ...)
- od 11.30 do 13h: Delo po skupinah
- ob 14h: Zaključek seminarja s kosilom

Seminar je za vse sodelavce Karitas brezplačen, povabite pa lahko še druge, ki jih tematika zanima. Zaradi lažje organizacije je **OBVEZNA PREDHODNA PRIJAVA** najkasneje teden dni pred posameznim seminarjem. Veseli smo hitrih prijav, saj nam omogočajo pravočasno pripravo, hkrati pa vas obveščamo, da so kapacitete omejene.

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). Sporočite tudi posebnosti glede diet.

OSAMLJENOST MLADIH

skozi tri zgodbe drugačnosti

Maja Bernot

Foto: pixabay.com

Osamljenost ne izbira. Dotakne se lahko prav vsakogar, četudi ni bil namerno izključen. Včasih je nevidna. Včasih je posledica zelo jasne zavrnitve. Pogosto pa jo občutijo prav mladi. Tudi tisti, ki se zaradi svoje oviranosti ali izkušnje življenja v novi državi srečujejo z drugačnimi izzivi kot večina njihovih vrstnikov.

Tri zgodbe mladih ljudi razkrivajo različne obraze osamljenosti – zgodbe o drugačnosti, življenjskih preizkušnjah in predvsem o upanju. Kažejo, da drugačnost sama po sebi ne ustvarja osamljenosti. Pomembni so tudi okolje, odnosi, ki jih gradimo z drugimi, in občutek, da nekam pripadamo. Kajti tudi takrat, ko se zdi, da človek stoji ob robu, obstaja pot nazaj med druge.



Njihove zgodbe so različne, povezuje pa jih nekaj zelo preprostega: **želja po pripadanju.**

1. Ob robu: zgodba slepega mladostnika

»Nihče ni rekel nič slabega ali me namenoma izključil, a vseeno sem ostal sam. Takšni trenutki so bili zame zelo težki, ker sem imel občutek, da drugi živijo življenje, jaz pa ga spremljam nekje ob robu.«

Ko se danes spominja teh trenutkov, ve, kaj bi si takrat najbolj želel – ne velike geste, temveč majhen korak drugega človeka proti njemu:

»Najbolj bi si želel, da bi nekdo naredil prvi korak – da bi me povabil zraven, me vprašal, ali grem z njimi, ali pa mi preprosto dal občutek, da sem del skupine.«

Kljub izkušnji osamljenosti verjame, da je pomembno ohraniti upanje. Kot sam pravi: *»Ne obupaj nad sabo. Tvoja vrednost namreč ni odvisna od tega, koliko prijateljev imaš, koliko ljudi te opazi ali koliko všečkov dobiš na družbenih omrežjih. Tvoja vrednost je v tem, kdo si kot človek.«*

2. Pripadnost: zgodba mladostnika s tetraplegijo

Mladostnik s tetraplegijo se spominja trenutka, ko se je počutil popolnoma nevidnega. Na poti z letalom sta ga zaradi nerazumevanja jezika in pomanjkanja znanja dva pomočnika po sedežih dobesečno vlekla kot predmet. *»Takrat sem se počutil kot zadnji človek na svetu,«* pripoveduje.

Toda njegova zgodba pozna tudi drugo plat. Ko se je kljub tetraplegiji odločil za študij v Ljubljani, je bil zaradi pomanjkanja asistence nekaj časa zelo odvisen od prijateljev. Ti so mu stali ob strani tudi pri najbolj vsakdanjih in osebnih opravilih.

»Pri meni so prespali, mi pomagali na stranišče, me raztezali, oblačili, presedali, tuširali ...«

Prav v teh dejanjih je začutil, da ni sam in da nekam pripada. Kot pravi sam: **»V težavah spoznaš prave prijatelje.«**

Tetraplegija po njegovih besedah ni vplivala na njegove odnose le zaradi pomoči, ki jo je potreboval. Pravi, da je njegovo življenjsko izkušnjo mogoče razumeti tudi kot nekaj, kar je njegove odnose z drugimi obogatilo:

»Tetraplegija kot takšna vpliva na moje odnose pozitivno. Predvsem se to pokaže čez, lahko bi rekli, ponižnost – pripravljenost, da se naučiš reči prosim, hvala, da se zavedaš, da nisi edini na tem svetu s težavami, da se trudiš delati dobro v svoji okolici in širše.«

Izkušnja, ki je prinesla številne ovire, mu je tako prinesla tudi nekaj pomembnega: globlje odnose, več hvaležnosti in zavedanje, da lahko tudi sam prispeva nekaj dobrega drugim.



3. Tujec med nami: zgodba mladega migranta

Včasih je osamljenost posledica zelo jasne zavrnitve. Ko se je nekega dne želel pridružiti skupini mladih Slovencev pri igranju nogometa, so mu odvrnili, da »ne igrajo s tujci«. Tisti dan se je zares počutil izključenega.

Vendar njegova izkušnja ni ostala samo pri zavrnitvi. Ko so ga prijatelji njegovega bratranca povabili v kino, je spoznal tudi drugačno stran življenja v novi državi. Bili so trije Slovenci, Ukrajinec in on. Po ogledu filma so šli še nekaj pojest. Takrat je spoznal, da obstajajo ljudje, ki jih je vredno spoznati.

»Resnično je zelo težko začeti od začetka v državi, kjer so kultura, jezik, kulinarika, gospodarstvo in druge stvari zelo drugačni.«

Kljub temu danes v prihodnost gleda z optimizmom. V novi državi ne vidi le razlik in ovir, temveč tudi priložnosti. *»Na tem svetu obstajajo priložnosti, še posebej v tej čudoviti državi,«* pravi.

Tudi prvi korak šteje.

Vse tri zgodbe kažejo, da pot iz osamljenosti ni vedno preprosta in da je včasih potreben pogum, da naredimo prvi korak. Ta je lahko majhen – pogovor z nekom, vključitev v skupino, sprejem povabila ali preprosto odločitev, da se ne zapremo vase.

Pri tem ni treba, da človek svojo osamljenost preмага sam. Pomembno je, da si dovolimo poiskati ljudi, ob katerih se počutimo sprejete, in da vztrajamo, tudi ko prvi korak ni lahek. Slep mladostnik pravi:

»Verjemi, da bo prišel čas, ko boš našel ljudi, ob katerih se boš počutil sprejetega. Do takrat pa naredi vsak dan en majhen korak naprej. Včasih je prav ta en korak začetek poti, ki ti spremeni življenje.«

Osamljenost med mladimi ni redka. Še posebej jo lahko občutijo tisti, ki so prišli živeti v tujo državo, z novo kulturo in jezikom, ali mladi z oviranostjo, ki svet spoznava drugače kot večina vrstnikov.

Vendar jo je mogoče premagovati. *»Včasih lahko prav ena iskrena beseda, povabilo na pogovor ali preprosto občutek, da nisi sam, pomeni veliko več, kot si predstavljamo,«* pravi slepi mladostnik.

V trenutkih, ko se je počutil najbolj osamljenega, si je želel slišati nekaj zelo preprostega, a pomenljivega:

»Vesel sem, da si tukaj. Pomemben si za nas. Danes se ti stavki morda slišijo samoumevni, takrat pa bi mi pomenili ogromno. Ko se človek počuti izključenega, začne hitro dvomiti vase in v svojo vrednost. Že nekaj iskrenih besed lahko spremeni pogled na celoten dan ali celo na samega sebe.«

Specifika dela v

Terapevtski skupnosti Pelikan

Drago Sukič

Foto: generirano z UI

V prejšnji številki smo se seznanili z osnovno predstavitevjo Terapevtske skupnosti Pelikan, ki deluje znotraj Zavoda Pelikan – Karitas, zasebnega neprofitnega zavoda za socialno-varstveno, preventivno, vzgojno-izobraževalno in zdravstveno delo, ki ga je leta 1997 ustanovila Slovenska karitas. Tokrat pa bomo izvedeli več o metodah dela tega programa.

V naši terapevtski skupnosti za zasvojene s pridruženimi težavami v duševnem zdravju, v okviru katere se izvaja specializiran, visokoprazni program s celodnevni bivanjem, je osnova za delo z uporabniki dosledno upoštevanje specifičnosti potreb ter zmožnosti vsakega posameznika. **Primarni cilj programa ni zgolj doseganje abstinence, temveč predvsem stabilizacija duševnega stanja, krepitev temeljev za dolgotrajno okrevanje, dolgoročno zmanjševanje škode, spodbujanje samostojnosti ter ponovna integracija v družbo pod varnimi pogoji in ob stalni strokovni podpori.**

Ker gre za uporabnike z izjemno ranljivim duševnim zdravjem (ki se soočajo z osebnostnimi motnjami, psihozami, depresijo, shizofrenijo, anksioznostjo ipd.), program temelji na **24-urni strokovni navzočnosti**. To uporabnikom zagotavlja varno, predvidljivo in stabilno okolje, ki je ključni predpogoj, da sploh lahko začnejo delovati svoje globoke čustvene stiske.

Program se izvaja v hiši z lastnim vrtom, kar nam omogoča strukturirano izvajanje vsakodnevnih aktivnosti, učenje življenjskih veščin ter samooskrbe.

Pri tem delo na vrtu (ali druga oblika dela) ni le gola fizična aktivnost. Velik pomen pripisujemo celotnemu procesu: od skupnega načrtovanja in pogovora preko priprave sadik, sajenja, okopavanja ter skrbne nege pridelkov, pa vse do njihove smiselne uporabe v kuhinji in vlaganja za ozimnico. Gre za premišljen sklop aktivnosti za koristno preživljanje časa, katerega



namen je posameznika aktivirati, ga spodbuditi k sodelovanju z drugimi in ga opolnomočiti za samostojno življenje. Preko dela uporabnik zasleduje doživljanje zadovoljstva, saj je treba vložiti nekaj napa in potrpežljivosti. **Doživljanje zadovoljstva je v procesu okrevanja bistvenega pomena za dolgotrajno abstinenco, saj je bil posameznik v času zasvojenosti usmerjen predvsem k zasledovanju užitka, ki pa vodi v zasvojenost oz. odvisnost. Preko delovnih aktivnosti torej krepi navade, ki so temeljnega pomena za dolgotrajno abstinenco in stabilnost na področju duševnega zdravja.**

Redne športne aktivnosti in pohodi v naravo predstavljajo enega ključnih stebrov življenja v naši terapevtski skupnosti. Vključevanje gibanja v vsakdan uporabnikov z dvojnimi diagnozami nima le namena krepitve telesa, temveč prinaša globoko nevrobiološko in psihološko podporo. Znanstveno je dokazano, da telesni napor spodbuja izločanje nevrotansmitterjev, ki stabilizirajo razpoloženje, hkrati pa spodbuja nevroplastičnost možganov. To za posameznika v procesu okrevanja pomeni fiziološko osnovo za obnovo tistih funkcij, ki sta jih odvisnost in duševna stiska najbolj prizadeli.

Poleg biološkega vpliva ima šport izrazito izkustveno vrednost. Dolgotrajne stiske posameznike pogosto ujamejo v uničujoče miselne kroge, ki jih športna igra ali hoja v hribe učinkovito prekineta. Naravno okolje pomirja živčni sistem, medtem ko fizični izzivi zahtevajo popolno zbranost v sedanjem trenutku. Fizična aktivnost v naravi uporabni-

kom pomaga pri ponovnem povezovanju z naravo, okoljem in postopno s samim seboj. Biti povezan z drugimi in s svojimi občutki ter zavedanjem pa je nasprotje zasvojenosti. Športna aktivnost uporabnikom omogoča, da ob soočanju z napori premagujejo odpor in doživljajo zdrave izzive, s čimer aktivno razvijajo nove vedenjske vzorce. Skozi skupinsko igro se brez suhoparne teorije učijo sodelovanja, saj uspeh ne temelji več na posamezniku, temveč na skupnem prizadevanju in medsebojni podpori. Preko gibanja se posamezniki psihofizično utrdijo, krepijo samopodobo in se znova učijo zdravega, prisotnega bivanja. Za odvisnika je namreč značilno, da z občutki ni prisoten v danem trenutku, ob športnih in drugih telesnih aktivnostih pa se postopno ponovno krepi v tem, da zmore biti »tukaj in zdaj«, kar pa je ravno tako bistveni element okrevanja ter pomemben temelj za dolgotrajno abstinenco.

S tem, ko se zadržujemo na okoliških igriščih, pa tudi tkemo stike z lokalno skupnostjo, se pogovarjamo z mladimi in starimi, s katerimi se srečamo na igrišču, ter se tudi na tak način predstavljamo kot del lokalne skupnosti. Včasih se seveda zgodi kakšna nezgoda, a tudi to je del življenja.

Če v svojem okolju zaznate, da je zasvojenost pomembno vplivala na življenje posameznika, ga lahko spodbudite k iskanju strokovne pomoči.

Več informacij na: 05 90 93 640 / 040 565 017
(tspelikan@zavod-pelikan.si).

S srcem in dušo za ljudi

Darko Bračun

Foto: Darko Bračun

10

Olga Semelbauer Šimić in njeno poslanstvo ljubezni

Olga je prostovoljka s srcem in dušo, ki je svojo pot pri Karitas začela leta 1992, ko je po razpadu starega sistema ostala brez zaposlitve. Namesto da bi obupala, jo je pot z borze dela vodila naravnost v naročje Karitas, kjer so jo sprejeli z besedami: »*Bog vas je poslal.*« Kot nekdanja organizatorka dela, programerka in inštruktorica je s svojo neizmerno trmo in zagnanostjo pomagala postaviti temelje pomoči v domači Župnijski karitas Maribor – sv. Janez Bosko in tudi širše v okviru Dekanijske karitas Maribor. Danes, ko že 18 mesecev biva v domu starejših v Mariboru, njene izkušnje in modrost ostajajo neprecenljiv navdih za vse nas. Skozi desetletja tihega dela, premagovanja poškodb in poslušanja stisk ljudi nam gospa Olga kaže, kaj v resnici pomeni biti poslanec dobrodelnosti.

Začetki sredi stiske in neizmerne hvaležnosti

Leta 1992 sta z g. župnikom Jožetom Pozdercem začela pomagati skromni skupini 15 do 20 prosilcev. Razmere so bile težke, a delo se ni ustavilo. V času begunske krize so prostovoljci – med njimi starejše gospe, kot je bila Franciška, in noseče sodelavke – po normi pripravljali tudi po 300 paketov pomoči na teden v prostorih takrat še Škofijske karitas Maribor.

Vse težko delo so opravljali ročno. Hrano so peš nosili gor in dol po stopnicah starega župnijskega doma. Kljub občasnemu nezadovoljstvu in skromnim zalogam so vztrajali. Kasneje so po zaslugi g. župnika Potočnika dobili primernejše prostore, ki so vključevali pisarno in skladišče, kar jim je olajšalo delo in omogočilo oskrbo vedno večjega števila ljudi. Ga. Olga se z ljubeznijo spominja svojih sodelavcev, kot so bili Jožica, Srečko in drugi, s katerimi so neutrudno delali.

Trma, ki premaga vsako poškodbo na terenu

Delo na terenu je od prostovoljcev zahtevalo cellega človeka in ga. Olga ni nikoli varčevala s svojimi močmi. Njena pot je bila polna preizkušenj in po-



škodb, a njena neizmerna trma je vedno zmagala.

Ko je nosila hrano gibalno ovirani gospe, so na stopnicah starega bloka ugasnile luči, zaradi česar je padla in si potrgala vse vezi na desni nogi. Kljub temu da šest tednov ni smela stopiti na nogo, je z avtomobilom še naprej vozila in pomagala ljudem. Drugič je pri dostavi hrane hitela čez živo mejo, spregledala žico in se

udarila v glavo. Ko so prejeli pošiljko krompirja, je sama dvignila težko vrečo in dobila kilo, a se je raje zdravila sama in nadaljevala z delom. »*Nekajkrat sem že hotela odnehati, pa sem si rekla: »Ne, gremo naprej!«*« se z nasmehom spominja svoje trme.

Najlepši spomini: Čas, podarjen človeku

Ko ga. Olga razmišlja o svojem najlepšem spominu, ne izpostavi velikih dogodkov, temveč preprosta človeška srečanja. Globoko v srcu nosi spomin na srečanje na ulici s starejšo prejemnico pomoči. Po dolgem pogovoru ji je gospa s hvaležnostjo dejala: »*Vi ste edini, ki ste zame vedno imeli čas, hvala, ker si me poslušali.*« Ta preprost stik in občutek, da si nekemu podaril svoj čas, sta zanjo največje potrdilo, da je delo pri Karitas resnično pravo poslanstvo.

Z neizmerno radostjo se spominja tudi vsakoletnih seminarjev Karitas v Marianumu v Veržejju, kjer so se sodelavci družili, izobraževali in krepili svoje vezi, ter večletnega vodenja in koordinacije Dekanijske karitas v Mariboru – slednje je bilo srčika njenega poslanstva ob skrbi za družino, hčerko Natalijo (danes vodi ŽK Maribor – sv. Janez Bosko), ki zdaj ljubeče skrbi zanjo ter jo osrečuje, ko jo dnevno obišče z možem in s sabo pripeljeta njune štiri hčerke, prave velike dame, Olgino veselje – vnukinje.

Pogled v prihodnost: Bodimo poslanci, ne le uslužbenci

Za go. Olgo Karitas ni zgolj organizacija, ampak način življenja. Mlajšim generacijam želi predati pomembno sporočilo. Opaža namreč, da je Karitas

ponekod postala »nobel«, pri čemer opozarja na nevarnost, da bi se izgubil pravi duh dobrodelnosti.

»Veliko je ljudi, ki so s srcem in dušo pri Karitas in pomagajo, garajo,« pravi Olga. Vendar pa opozarja, da včasih opazi tudi tiste, ki so s srcem drugje, največ pri sebi, in delujejo zgolj kot uslužbenci, ne pa kot poslanci Karitas. Njeno sporočilo sodelavcem je jasno: Karitas je tista, ki se zna približati človeku v stiski, mu ponuditi roko pomoči in besedo spodbude. To je tisto pristno delo s srcem, ki ga moramo ohraniti.

Hitre misli z Olgo Semelbauer Šimić

Da bi go. Olgo spoznali še bolj osebno, delimo nekaj njenih najljubših stvari:

Najljubši kraj v Sloveniji: Maribor, kjer je preživela večino svojega življenja po otroštvu v Josipdolu, Podvelki in Breznu.

Najljubši spomin na Karitas: Veržej in tamkajšnji seminarji v Marianumu.

Najljubše pesmi: Vse Marijine pesmi, ki jih danes z veseljem prepevajo v domu starejših.

Najljubši slovenski besedi: *Prosim* in *hvala* – to sta besedi Karitas.

11

Brez mladih Karitas dolgoročno ne more živeti

Ko se srečata izkušnja in mladost

Luka Oven

Foto: arhiv Mlade karitas

Karitas gradimo skupaj (8/11)

V prejšnji številki smo razmišljali o tem, da mladi, ko pridejo v Karitas, ne potrebujejo le naloge, ampak tudi človeka, ki jih sprejme, jim pomaga razumeti delo in jih spremlja pri prvih korakih. Toda ko mlad človek ostane, se odpre novo vprašanje: kako naj sodeluje z ljudmi, ki Karitas poznajo in živijo že vrsto let?

V Župnijskih karitas se pogosto srečujejo različne generacije. Nekateri prostovoljci imajo za seboj desetletja izkušenj. Poznajo domače okolje, družine, starejše in osamljene ljudi, vedo, kako pristopiti do človeka v stiski in kako pomembni so zaupnost, potrpežljivost ter osebni odnos. Mladi pa prihajajo z drugačnimi izkušnjami, vprašanji, idejami in načini komunikacije. Hitreje uporabljajo digitalna orodja, opazijo nove oblike stisk in pogosto drugače razmišljajo o tem, kako nagovoriti ljudi.

Dve dobri ideji, ki se sprva ne razumeta

Predstavljajmo si Župnijsko karitas, ki pripravlja dobrodelno akcijo. Dolgoletna prostovoljka predlaga, da osebno obiščejo ljudi, ki jih že poznajo, ter jih povabijo k sodelovanju. Ve, da mnogi starejši ne uporabljajo družbenih omrežij in da jih najbolj nagovori osebna beseda. Mladi prostovoljec pa predlaga, da pripravijo kratek video, spletno prijavnico in objavo na družbenih omrežjih. Prepričan je, da bi tako lahko dosegli več mladih družin in ljudi, ki doslej dejavnosti Karitas niso poznali. Če se ne poslušata, lahko vsak hitro dobi občutek, da drugi njegovega predloga ne ceni. Dolgoletna prostovoljka lahko pomisli, da mladi ne razume pomena osebne stika. Mladi prostovoljec pa lahko dobi občutek, da v skupini ni prostora za nove načine dela.

Toda oba imata prav. Osebni stik je nenadomestljiv, hkrati pa lahko sodobni načini komunikacije odprejo vrata ljudem, ki jih z dosedanjimi pristopi nismo dosegli. Najboljša rešitev zato ni, da eden od predlogov zmaga, drugi pa se umakne. Najboljša rešitev je, da oba pristopa povežemo. Dolgoletna prostovoljka lahko pomaga oblikovati vsebino sporočila tako, da bo spoštljiva, jasna in občutljiva do ljudi v stiski. Mladi prostovoljec pa lahko poišče način, kako to sporočilo približati svoji generaciji. Skupaj lahko dosežeta več, kot bi vsak zase.

Ne predajanje štafete, ampak skupna pot

Ko govorimo o prihodnosti Karitas, pogosto uporabljamo podobo predajanja štafete. Starejša generacija naj bi nekoč predala delo mlajši. Toda ta podoba je lahko nekoliko zavajajoča. Pri štafeti eden preteče svoj del poti, nato palico preda drugemu in se umakne. V Karitas pa ne potrebujemo trenutka, ko bi ena generacija odšla, druga pa prevzela vse njene naloge. Potrebujemo obdobje skupne poti –



čas, ko različne generacije delajo skupaj, se pogovarjajo, se učijo druga od druge in postopoma prevzemajo različne odgovornosti. Mladi ne bodo postali nosilci Karitas samo zato, ker jim bomo nekega dne izročili ključne prostora, sezname uporabnikov in raspored dejavnosti. Nosilci bodo postali takrat, ko bodo dovolj dolgo sodelovali pri resničnem delu, razumeli njegov smisel, soustvarjali odločitve in doživeli, da jim nekdo zaupa. Podobno tudi bolj izkušeni prostovoljci svojega poslanstva ne zaključijo takrat, ko določeno nalogo prevzame mlad človek. Njihova vloga se lahko spremeni. Iz izvajalcev vsega dela lahko postopoma postanejo spremljevalci, mentorji in tisti, ki pomagajo ohranjati smer.

Razlike niso težava, če se o njih pogovarjamo

Medgeneracijsko sodelovanje ne bo vedno preprosto. Različne generacije lahko imajo drugačen odnos do časa, odgovornosti, komunikacije in načrtovanja. Nekdo se želi vse dogovoriti več tednov vnaprej, drugi se lažje odloča sproti. Nekdo ima raje telefonski klic, drugi sporočilo. Nekdo meni, da mora biti dejavnost izpeljana natančno tako kot prejšnja leta, drugi bi najraje takoj spremenil celoten način dela.

Zato je pomembno ustvariti prostor za iskren pogovor. Ne le o nalogah, ampak tudi o pričakovanjih. Kaj vsak od nas potrebuje, da lahko dobro sodeluje? Kateri način komunikacije nam ustreza? Kdo je za kaj odgovoren? Kje potrebujemo pomoč? Kaj lahko naredimo drugače, če nekaj ne deluje? Pri takšnem pogovoru ni cilj, da bi vsi razmišljali enako. Cilj je, da se razumemo dovolj dobro, da lahko kljub razlikam delamo za isti namen.

Karitas, ki se uči v obe smeri

Medgeneracijsko sodelovanje je uspešno takrat, ko se učenje ne dogaja samo v eni smeri. Mladi se učijo od bolj izkušenih, slednji pa dovolijo, da se tudi sami naučijo česa novega. Morda dolgoletna prostovoljka mladega nauči, kako voditi občutljiv pogovor z družino v stiski. Mladi prostovoljec pa njej pokaže, kako pripraviti preprosto spletno objavo. Nekdo mlademu razloži, zakaj je zaupnost tako pomembna. Mladi pa skupino opozori, da lahko z določenim načinom izražanja človeka nehote prizadenemo. V takšnih trenutkih ne gre več za delitev na tiste, ki vedo, in tiste, ki se še učijo. Vsi nekaj vedo in vsi se še učimo.

Prav to je lahko eden največjih darov Karitas. V času, ko se generacije pogosto srečujejo predvsem skozi nerazumevanje in stereotipe, lahko Karitas postane prostor, kjer se ljudje različnih starosti srečajo ob konkretnem dobrem delu. Ne zato, da bi dokazovali, kdo ima prav, ampak da bi skupaj ostali blizu človeku.



Konkretna spodbuda za Župnijske karitas

Pri naslednji dejavnosti oblikujte en medgeneracijski par ali manjšo skupino. Povežite mladega prostovoljca z nekom, ki ima več izkušenj, in jima zaupajte konkreten del skupne naloge. Ne določite vnaprej, da bo mladi skrbel samo za družbena omrežja, izkušenejši prostovoljec pa samo za nadzor. Naj se najprej pogovorita o tem, kaj vsak zna, kaj bi se rad naučil in kaj lahko prispeva.

Po koncu dejavnosti si vzemita deset minut ter si odgovorita na dve vprašanji:

Kaj sem se danes naučil od tebe?

Kaj bi lahko naslednjič skupaj naredila drugače?

MLADI se predstavijo

Sem Merisa, prihajam iz Pirana, trenutno pa živim v Ljubljani. Študiram psihologijo. Kot prostovoljka pri youngCaritas sodelujem v projektu Veseli toriki, kjer otrokom ponujam učno pomoč in sodelujem pri druženju. Prostovoljstvo mi veliko pomeni, saj rada ustvarjam prijetno in varno okolje za ljudi ter spoznavam različne življenjske zgodbe.



Prostovoljstvo: YoungCaritas – Veseli toriki. Prostovoljka sem tudi pri projektu »Kako si?«, kjer študenti psihologije ozaveščamo o duševnem zdravju in pomenu pogovora.

Hobiji: Branje, sprehodi ob morju, kuhanje, čas z družino in poslušanje glasbe.

Najljubša hrana: Rižota z zelenjavo.

Najljubši kraj za izlet v Sloveniji: Bohinj.

Najljubša pesem: »Diamonds« – Rihanna.

Najljubši kotiček, kjer se sprostiš: Koseški bajer.

Najljubša slovenska beseda: Navdušenje.

BRISAČA V ROKAH - OGLEDALO PONIŽNOSTI

Rok Metličar

Kaj bi se zgodilo, če bi nekega dne vodilni ljudje v naši družbi odložili svoje funkcije, priznanja in nazive, zavihali rokave in začeli umivati noge ljudem, ki jih običajno ne opazimo?

Jezus je to naredil. Pri zadnji večerji je vstal od mize, odložil vrhnje oblačilo, si opasal brisačo, vzel vodo in začel umivati noge svojim učencem. To ni bilo simbolično dejanje za lepo fotografijo. Umivanje nog je bilo delo služabnika. Jezus pa je bil njihov Gospod in Učitelj. Peter se je temu uprl: »*Gospod, ti mi ne boš nikoli umival nog.*«

Morda je Peter začutil nekaj, kar je težko sprejeti tudi nam: **prava ponižnost je za tistega, ki jo pre-jema, včasih prav tako zahtevna kot za tistega, ki služi.**

Ko potrebujemo pomoč, namreč hitro začutimo svojo nemoč. Ko jo ponujamo, pa lahko hitro začutimo svojo pomembnost. In prav tu se začne zahtevnejše vprašanje za vsako dobrodelnost. Ni dovolj, da človeku nekaj damo. Pomembno je tudi, **kako mu damo.**

Človek, ki potrebuje pomoč, ni zato manj vreden. Njegova revščina ni njegova identiteta. Njegova stiska ni njegovo ime. Njegova brezposelnost, osamljenost, dolgovi ali bolezen niso razlog, da bi ga gledali od zgoraj.

Če človeku pomagamo tako, da mu vzamemo še zadnji košček dostojanstva, mu pravzaprav nismo zares pomagali. To je velika lekcija Jezusovega umivanja nog.

Jezus se skloni, vendar učencev ne poniža. Skloni se, vendar jih ne naredi manjših. Prav nasprotno: s svojo držo jim pove, da so vredni njegove bližine. Morda je to ena najlepših podob poslanstva Karitas.

Človek, ki pride po pomoč, ne sme imeti občutka, da je prišel pred nekoga, ki je »zgoraj«, on pa »spodaj«. Prišel je pred človeka. Pred brata. Pred sestro.

Zato ima Karitas pri svojem delu nekaj, česar ne more nadomestiti nobena vrečka hrane, noben račun, nobena položnica in nobena materialna pomoč: **človeški odnos.**

Včasih je najpomembnejše, da človeka nekdo posluša. Da ga ne zaslišuje. Da mu ne daje občutka krivde. Da ga ne označi. Da mu ne razlaga, kako bi moral živeti, ampak mu preprosto da vedeti: »*Vidim te. Tvoja stiska me ne moti. Še vedno si človek, vreden spoštovanja.*« To pa je zahtevnejše od delitve pomoči.

Kajti dati stvar je mogoče v nekaj minutah. Sprejeti človeka pa zahteva čas.

In tu se lahko vprašamo tudi nekaj neprijetnega: **Ali včasih pomagamo zato, ker želimo pomagati človeku, ali tudi zato, ker želimo imeti občutek, da smo dobri?**

Tudi dobro delo lahko postane prostor našega ega. Lahko postanemo ponosni na svojo dobrodelnost. Lahko začnemo škoditi, koliko smo naredili, koliko ljudi smo rešili, koliko smo razdelili. In človek, ki smo mu pomagali, lahko nehote postane samo še »primer«, »številka« ali »upravičenec«.

Jezus pa ne govori o »upravičencu«. Skloni se k človeku.

Zato se mi zdi, da bi morali imeti pri Karitas vedno nekje pred očmi tisto preprosto brisačo iz evangelija.

Brisača nas spominja, da služenje ni poniževanje drugega. In tudi ni poveljevanje sebe.

Pravo služenje pomeni, da se znam skloniti, ne da bi drugega zaradi tega postavil podse.

Morda je prav to danes ena najpotrebnejših oblik krščanskega pričevanja. Svet zna veliko govoriti o pomoči. Govori o socialni, solidarnosti, pravicah, razpisih in projektih. Vse to je pomembno.

Toda kristjan lahko prinese nekaj več: **človeka, ki se zna skloniti k človeku.**

Jezus je po umivanju nog rekel: »*Zgled sem vam dal.*« Ni rekel: »*Poglejte, kako ponižen sem.*« Rekel je: **»Naredite tudi vi tako.«**

Morda zato vprašanje za sodelavca Karitas ni samo: *Komu lahko danes pomagam?*

Še globlje vprašanje je: **Ali bo človek po srečanju z menoj odšel z občutkom, da je manj vreden – ali z občutkom, da je vreden več?** Jezus je vzel brisačo. Morda jo moramo tudi mi vedno znova vzeti v roke. Ne zato, da bi bili manjši, ampak zato, da bi drugi ob nas lahko spet začutili svojo veličino.

POZDRAV KREPOSTIM

sv. Frančišek Asiški

14

Pozdravljena, kraljica Modrost,
Gospod te ohranjaj
skupaj s tvojo sestro, sveto in čisto Preprostostjo.
Gospa sveta Ubožnost,
Gospod naj te ohranja
skupaj s tvojo sestro sveto Ponižnostjo.
Gospa sveta Ljubezen,
Gospod naj te ohranja
skupaj s tvojo sestro sveto Pokorščino.
Presvete kreposti,
naj vas vse ohranja Gospod,
od katerega izhajate in prihajate.
Sploh ni na vsem svetu človeka,
ki bi mogel imeti le eno od vas,
če prej ne umre.
Kdor ima eno in se ne pregreši zoper druge,
ima vse;
in kdor se pregreši zoper eno,
nima nobene in greši zoper vse.
In vsaka od vas
odpravlja zablode in grehe.
Sveta Modrost
zmede Satana in vse njegove hudobije.
Sveta in čista Preprostost
zmede vso modrost tega sveta in telesno modrost.
Sveta Ubožnost
zmede vsak pohlep in skopost,
pa tudi skrbi tega sveta.
Sveta Ponižnost
zmede napuh
in vse ljudi tega sveta
in vse, kar je na svetu.
Sveta Ljubezen zmede vse hudičeve
in mesene skušnjave
in vse čutne strahove.
Sveta Pokorščina
zmede vsa telesna, čutna in lastna hotenja
in drži v mrtvenju svoje telo,
da je pokorno duhu
in poslušno svojemu bratu
in je podrejeno
vsem ljudem tega sveta;
a ne samo ljudem,
temveč tudi vsem živalim in zverem,
da morejo delati z njim, kar hočejo,
kolikor jim je dano od zgoraj,
od Gospoda.



Za srečanje župnijske Karitas:

- Izberite eno izmed kreposti, o katerih piše sv. Frančišek, in se pogovorite, kako jo vi razumete v današnjem svetu.
- Razmislite, kako vam ta krepost lahko pomaga pri vašem karitativnem delu.
- Ob zaključku se v molitvi obrnite na Gospoda s prošnjo za prave kreposti pri vašem delu.

ČRNA TORBA

Ivanka Korošec

Nagrajen prispevek z nagrajnega natečaja »Spomini, ki grejejo srce«, ki je potekal v okviru projekta »Povezani v samopomočni skupnosti« in kampanje »Rad imam življenje«.

Ko sem bila nazadnje pri njem, se me je zelo razveselil – kot sem se tudi jaz njega. Dolgo je stiskal mojo roko v svoji. Nato je pokazal na razkopano mizo, polno navlake, in s prijaznim nasmehom je dejal: »Delam, da se mrtvi kači rep trese!«

»Seveda, tebi je pa ravno treba delati,« sem mu oponesla. Ko bi lahko na stara leta počival, se je v domu ubadal s toliko stvarmi, da je včasih komaj utegnil prebrati časopis. Tokrat je iz ostankov usnja pletel nekakšne kite, iz teh pa je izdeloval torbice.

»Treba, treba!« je dejal dobrovoljno. »Nekdaj je Descartes rekel: Mislim, torej sem. Danes lahko to izjavi že vsak računalnik. Torej moramo reči: Ustvar-

jam, torej sem! Šele to zadošča. Sicer pa je treba vsakomur delati. Komur ni treba, je revež.«

»Striček, tvoja filozofija je malce na glavo postavljena,« sem mu ponagajala. Sklonila sem se nad njegove izdelke na mizi in ostrmela. Nekateri so bili res čudoviti, saj so bili sad brezmejne potrpežljivosti, izredne spretnosti in dobrega okusa. »Tale!« sem bila navdušena. »In tale! Čudovite barvne kombinacije!«

»No, no, no,« se mi je posmehnil. »Vsakogar, vidim, da tudi tebe, premoti zunanji blišč. Če bi jaz izbiral, bi si izbral tole črno torbo. Res ni videti tako sijajna, je pa zelo trpežna in praktična za nakupovanje. Kar predstavljaš si, kaj vse lahko naložiš vanjo.«

»Da, jabolka in solato na trgu, meso pri mesarju ...«

»Še več; nekaj kil dobre volje, prijetnih nasmehov, lepih pogledov, ljubezni do bližnjega ... tistemu, ki jo bo imel, bo veliko zalegla. Zlepa se ne bo strgala, celo življenje jo bo lahko uporabljal.«

»Če je tako, hočem tudi jaz imeti tako torbo!«

»Napravi ti jo bom,« se je razveselil. »Ampak ne nosi mi nobenih stvari, vedno me obdaruješ, da mi je potem kar nerodno!«

Vendar sem se tudi jaz vsakokrat, ko sem odhajala od njega, počutila obdarovano, srečno in bogato.

Naslednjič sem z velikimi koraki hitela do njegove sobe. Odprla sem vrata, z besedami že na ušnicah, toda soba je bila prazna. Obšlo me je razočaranje, tako sem se veselila srečanja, njega pa ni. Z enim pogledom sem zaobjela vso sobico in takoj ocenila, da ga ni v bližini, kajti na nočni omarici ni bilo knjig in očal, pa tudi miza je bila čisto prazna.

Vrnila sem se na hodnik in poiskala dežurno sestro. Sicer vedno tako prijazna sestra me je pogledala nekam strmo in osorno.

»Ali ne veste?« je vprašala.

»Pa menda ni zbolel?« sem se prestrašila.

Sestra me je merila s priprtimi očmi, kot da ne ve, ali naj mi pove ali ne.

»Umril je prejšnji teden,« je končno povedala.

Stala sem tam, z vrečko s pomarančami in piškoti, moji slušni živci so prenesli sporočilo v možgane, tam pa so bili vsi centri blokirani. Umril? Kako umril? To ni mogoče!



Fotografija je ilustrativna



»Zgodaj zjutraj so ga našli. Sedel je za mizo, kjer je barval keramične vazice. Spati ni mogel, včasih je slikal celo noč. Z glavo je bil naslonjen na roke, kakor da bi spal. Zdravnik je ugotovil kap. Trpel ni, na to se lahko zanesete. Zelo prijazen gospod je bil. Vedno je bil vljuden in dobrovoljen. Sporočili smo njegovemu nečaku, saj je upravnica rekla, da drugih sorodnikov nima. To me je začudilo, saj sem mislila, da ste vi njegova sorodnica, ker ste ga edino vi obiskovali. Ali si nista bila v sorodu?«

Nisem ji odgovorila, saj ne bi mogla razumeti, kaj naju je tako vezalo. Med nama je bila razdalja dveh spolov, dveh različnih starosti, izobrazbe, poklicev, značajev in hotenj.

Nisva si bila v sorodu, poznala pa sem ga tako rekoč vse življenje. Ko sem se rodila, je kot sosed iz zgornjega nadstropja prinesel mami kruh v obliki pletene kite, meni pa copatke iz roza volne. Pogosto je prihajal k nam. Najljubše opravilo mi je bilo, da sem ga česala in mu razporejala redke lase po široki pleši ali pa mečkala njegov mehki klobuk. Bral mi je pravljice in me učil prvih pesmic. Kasneje, ko sem že hodila v šolo, se je odselil, ker je dobil pomembno službo v tujini. Oglasil se je nekajkrat, pisma so postajala vse redkejša in počasi ter neopazno je izginil iz mojega sveta.

Čez dolga leta sem izvedela, da je v domu za ostarele blizu nas. Šla sem ga obiskat. Prava vrednost prijateljstva je v tem, da lahko začneš pogovor tam, kjer si ga pred desetletji končal. Nobene zadrege nisva občutila, čeprav se toliko časa nisva videla. Občudovala sem ga, kako dobro se je vživel v domsko življenje. Rekel je, da mu pomeni sreča prijetno zavest, da brez skrbi uživa košček življenja, ki ga še ima pred seboj.

»Ali vam je slabo? Boste kozarec vode?« je vprašala dežurna sestra.

Niti zahvalila se ji nisem, topo sem odtavala po hodniku.

»Počakajte!« je pritekla za mano sestra. »Tu imam nekaj za vas. Drugo smo dali na razstavo in skoraj vse izdelke tudi prodali. Nekaj stvari, zlasti tiste lepe pisane cekarje, je pobral nečak. Tole pa je ostalo. Nemara bi radi imeli za spomin?«

Skozi kopreno solza, ki so zdaj končno planile čez jezove premagovanja, sem zagledala njegov zadnji izdelek: črno torbo, spleteno iz tankih usnjenih kitk ...

celje

DNEVI DRUŽENJA, ODDIHA IN LEPIH SPOMINOV V VRBJU

Marjetka Štor

Začetek avgusta je bil tudi letos v znamenju druženja – od 2. do 4. avgusta smo v Vrblju preživeli čudovite dni druženja in oddiha, namenjene starejšim in sodelavcem Karitas Škofije Celje. Bili so dnevi, prežeti s toplino, prijateljstvom, smehom, lepimi doživetji in tudi trenutki tišine ter molitve.

Naše druženje se je začelo v nedeljo s spoznavnim večerom. Ob skupni večerji smo se med seboj povezali, nato pa večer nadaljevali s kopanjem v bazenu, igranjem štrbunka in pripovedovanjem šal. Sproščeno vzdušje in veliko smeha sta poskrbela, da je bilo začetno spoznavanje še prijetnejše. Kmalu se je zdelo, kot da se poznamo že dolgo.

Ponedeljek je bil namenjen celodnevni izletu v čudovito **Logarsko dolino in Zgornjo Savinjsko dolino**. Pot nas je vodila do slapov Palenk in Rinka, obiskali smo cerkev v Ljubnem in si privoščili skupni piknik v Radmirju. Ob lepotah narave smo uživali v pogovorih, druženju in preprostih trenutkih, ki pogosto ostanejo najlepši spomini.

Po vrnitvi v Vrblje smo dan nadaljevali v prijetnem druženju. Ob klepetu in smehu smo si izmenjevali vtise z izleta, nekateri pa so se osvežili tudi v bazenu. Dan je počasi prehajal v večer, a dobre volje in prijetnega vzdušja ni zmanjkalo.

Torkovo jutro je bilo namenjeno bolj umirjenemu druženju. Pri sveti maši za pokojne usmiljene brate smo sodelovali s prošnjami. V njih smo izrazili svoje misli, zahvale in prošnje ter se v molitvi spomnili pokojnih. Sveta maša je bila lep in pomenljiv zaključek našega skupnega druženja.

Ob koncu teh dni se želimo iskreno zahvaliti **vsem, ki ste bili del našega druženja**.

Nekateri ste z nami preživeli vse tri dni in skupaj z nami ustvarjali številne lepe spomine. Drugi ste se nam pridružili na enodnevni izletu in s svojo prisotnostjo obogatili naš skupni dan. Spet drugi ste se nam pridružili pri sveti maši ter ostali z nami v druženju vse do odhoda. Vsakdo je prispeval nekaj svojega: smeh, dobro besedo, šalo, pripravljenost pomagati ali svojo prisotnost. In prav iz teh majhnih stvari je nastalo nekaj velikega – **občutek povezanosti in pripadnosti**. Posebna hvala vsem,



ki ste pomagali pri organizaciji, pripravi izleta, obrokov in druženja ter poskrbeli, da je vse potekalo tako lepo in prijetno. Brez vašega truda ti dnevi ne bi bili takšni, kot so bili. Takšni dnevi nas spomnijo, kako dragoceno je, da si vzamemo čas drug za drugega. V vsakdanjem življenju se pogosto prehitro ustavimo pri skrbeh in obveznostih, na teh skupnih srečanjih pa smo lahko za nekaj časa preprosto **skupaj – kot ljudje, prijatelji in sodelavci Karitas**. Domov smo odšli bogatejši za nova poznanstva, prijetne pogovore, skupne trenutke, lepe razglede, smeh in molitev. Morda bo kdo pozabil kakšno podrobnost iz teh dni, verjamemo pa, da bo v vsakem od nas ostal **topel spomin na ljudi, s katerimi smo si podarili nekaj dragocenega – svoj čas in svojo bližino**.



koper

UMETNIKI ZA KARITAS TOKRAT NA KOROŠKEM

Marjana Plesničar Jezeršek

Kot je postalo že tradicionalno, smo se pred farnim praznikom župnije Prevalje z razstavo Umetniki za Karitas podali prav tja – na drugi konec Slovenije, na Koroško. V Grošljevi galeriji smo odprli razstavo 31. kolonije **Umetniki za Karitas**, ki jo spremlja geslo »**Vrata upanja**«.

Člani društva Mohorjan in Župnijske karitas Prevalje so nas toplo sprejeli in nam tudi pomagali postaviti lepo razstavo. Likovna dela in njihove avtorje je, kot vselej, izvirno predstavila likovna kritičarka Anamarija Stibilj



Šajn, lokalni kvintet Ajda pa je poskrbel za glasbeno popestritev dogodka. Veseli smo, da sta se ga udeležila tudi generalni tajnik NŠK Maribor ter predsednik NŠK Maribor. Slednji, g. Branko Maček, je vse zbrane tudi iz srca nagovoril, se zahvalil in nam vlil spodbude za nadaljnje delo. Razstavo in vse njene obiskovalce je ob zaključku uradnega dela tudi blagoslovil. Hvala vsem, ki ste se odprtja udeležili, tisti, ki vam danes ni uspelo, pa vabljeni, da razstavo obiščete vse do 31. avgusta in posvojite katero od sporočilnih likovnih del. Zbrana sredstva bodo namenjena pomoči bolnim, umirajočim in njihovim svojcem.



Ljubljana

PO TREH DESETLETJIH SPET OB KOLPI

Albina Krek

18

Letošnji poletni tabor slepih in slabovidnih Slovenije je potekal v Beli krajini, in sicer od 13. do 20. julija 2026. Bilo nas je 30. V Starem trgu ob Kolpi nas je gostoljubno sprejel župnik Jože Pavlakovič. Vsak dan smo začeli s hvalnicami v cerkvi, nato je župnik za nas daroval sveto mašo. Sledila je telovadba. Vreme nam je bilo naklonjeno, zato smo skoraj vsak dan plavali v Kolpi, veliko smo hodili, sprejeli zelo zanimive goste in si marsikaj ogledali. Večkrat smo se zbrali na klopcah pod čudovitimi lipami, ki so bile posajene ob osamosvojitvi Slovenije.



Župnija svetega Jožefa je lani obhajala 777-letnico obstoja. Zadnja cerkev je bila obnovljena leta 1749 in je v marsičem zelo posebna. Enkratni so reliefi, ki jih je izdelal domači umetnik, kipar Tone Šegina. Na zunanjih straneh novih klopi si sledijo svetopisemski prizori od stvarjenja, prvega greha, Adama, Noeta, Abrahama, Mojzesa, Sare, Rute, Judite, Estere do novozaveznih prizorov na sprednjih stenah klopi in na ambonu: oznanjenje, angelova sporočila Jožefu, Jezusovo rojstvo, pa zadnja večerja, križanje in prihod Svetega Duha. Na zadnjih stenah klopi so upodobljeni pomembni Slovenci. Nastalo je 24 podob, od Plečnika in svetniških kandidatov do belokranj-

skih mučencev. Med njimi je tudi domačinka Mimica Rade, svetniška oseba, ki je umrla leta 2018. Tudi na obnovljenih omarah v zakristiji so reliefi, ki naj bi opomnili duhovnike, kaj govoriti ljudem (obisk Nikodema pri Jezusu, pomnožitev kruha, pomiritev viharja na morju, obujenje Lazarja). Potipali smo zelo lepa kipa svetega Antona Puščavnika in svetega Martina, ki ju je izdelal isti umetnik Tone. Vsa-ko leto so v cerkvi postavljene velike, domiselne jaslice, tudi figure zanje je postopoma izdeloval kipar Tone.



Sprehod po vasi nam je odkril zanimive stvari. V deblu japonske sefore so na sredini upodobljene jaslice. Jezušček je pokrit s pleničko v obliki solze. Na levi strani debla je upodobljen prihod treh modrih z darili k Jezusu, na desni strani pa sveti Frančišek z zelo lepimi ptički. Videli smo obnovljene kapelice križevega pota in osrednje stavbe s pošto, šolo, trgovino in bifejem.

V torek popoldne smo bili v Zagozducu, eni od devetih podružnic. Najprej smo si ogledali opuščeno šolo, ki je prenehala delovati leta 1957. Po stenah so še zemljevidi in fotografije različnih znanih Slovencev. Osebnost smo se srečali z umetnikom Tonetom Šegino in si ogledali formo vivo z njegovimi lesenimi skulpturami, ki smo jih lahko potipali. Nekaj enkratnega so jaslice v ležečem hrastovem deblu. V cerkvi, posvečeni Mariji



Vnebovzeti, smo imeli z domačini sveto mašo. Po pandemiji koronavirusa cerkev krasita čudovita kipa sv. Roka in sv. Ambroža. Na klopeh so reliefi serafinskega rožnega venca. Potipali smo tudi različne belokranjske košare in cajne, ki jih je iz leskovih šib izdelal Tonetov oče Janko.

Obiskali smo turistično kmetijo Konda v Dolu ob Kolpi. Imajo okrog 500 ovc različnih pasem. Izdelujejo okrog 25 vrst sirov, jogurtov in skut. Imeli smo odlično degustacijo. Obiskali smo Igorja Forška, ki je zeliščar, travar. Veselo nam je pripovedoval o gojenju zdravilnih zelišč, pripravi različnih čajnih mešanic, sirupov in darilnih programov. Vse izdelujejo ročno. Poskusili smo izredno okusen ledeni čaj in si tudi ogledali, kako ga pripravijo.

Zanimiv je bil pogovor z Andrejem Peščem iz Zasavja, ki nas je obiskal. Kot otrok in mladostnik je šel skozi težke preizkušnje, večkrat pa je doživel, kako iz raznih kriz lahko nastane nekaj lepega, kako se lahko presežejo konflikti, depresije, kako pomaga, če prepoznamo nezadovoljene potrebe ljudi okrog nas, in kako neizmerno pomembna je hvaležnost. Vodi projekt »Znanje za življenje«, ki se dotika tematik zdravja, vzgoje, motivacije ipd.

Razvedril nas je glasbenik Toni Verderber, domačin. Z glasbo se ukvarja že od svojega petega leta. V njegovem ansamblu so bile nekaj posebnega tamburice, imeli so veliko koncertov doma in v tujini. Zelo ponosni so na modrooko lepoticu Kolpo. Njegove znane pesmi so Vračam se domov, Lepa so jutra v Beli krajini, Kruh ponoči spi in druge.

Lep glasbeni večer nam je pripravila tudi naša članica Mirjana Šernek. Njeno petje se je dopolnjevalo s pesmimi iz treh njenih zbirk, ki jih je občuteno prebiral njena asistentka.

Zelo veseli smo bili obiska ministrice za kulturo, dr. Ignacije Fridl Jarc. Spregovorila nam je o Slovenski matici, drugi najstarejši slovenski založbi, ustanovljeni leta 1864, ki je izdala veliko del Ivana Cankarja. Sreča je bila, da je urednik Fran Levec prepoznal njegov izjemen pisateljski talent. Na taboru smo prebrali več Cankarjevih črtic. Gospa Ignacija nam je zelo lepo predstavila pomen našega največjega pisatelja, čigar 150-letnico rojstva obhajamo letos. Izvedeli smo tudi, da je najpogostejša beseda v njegovih delih »oči«. Cankar izraža tako veliko ljubezen do domovine, da bi bila naša Slovenija tudi danes preplavljena z ljubeznijo, če bi ga vsaj malo posnemali.

V župniji je 13 let delovala komuna za zdravljenje odvisnikov, v sodelovanju s skupnostjo Usmiljene-

ga očeta iz Medžugorja. Tako župnik kot župnijska sodelavka Katica sta dalj časa dnevno na kolenih molila rožni venec, da bi jima Bog pokazal pot za začetek neke dobre dejavnosti. Njune izkušnje so zelo bogate. Tudi Igor, ki živi v župnišču in se je zdravil v skupnosti Srečanje, je z nami preživel nekaj časa in nas spremljal na naših pohodih.

Prisrčno se zahvaljujemo pokroviteljici taborov Škofijski karitas Ljubljana in njenemu direktorju Marku Čižmanu, ki nas je tudi obiskal, odličnim organizatorjem Primožu, Mihaeli in Janini, izvrstni kuharici mami Mileni za vsak dan sveže pečen kruh ter za vse ostale okusne jedi, pa našim spremljevalkam in spremljevalcem, ki so se vživeli v naš svet slepote in slabovidnosti, vsem, s katerimi smo se srečali in ki so nas zelo obogatili, ter seveda domačemu župniku Jožetu za mnogo podarjenega časa, darovane svete maše in vse spodbudne misli ter župnijski sodelavki Katici.

MED TRADICIJO IN SODOBNOSTJO

Alenka Petek



Škofijska karitas Ljubljana je v okviru projekta Integra pripravila dve kreativni delavnici za tujce. Na prvi smo se srečali z izdelovanjem *motank* in brošk.

Ustvarjalno delavnico izdelovanja *motank*, tradicionalnih ukrajinskih lutk, ki so izdelane iz preje in so povezane z bogato ljudsko dediščino, je vodila Olena Ushakova. *Motanke* imajo poseben simbolni pomen. Predstavljajo zaščito, dobro počutje, srečo



in povezanost z domačim okoljem. Tradicionalno so jih izdelovali predvsem iz naravnih materialov, pri čemer lutke niso imele obraza, saj naj bi tako predstavljale univerzalno podobo človeka in nosile simbolno sporočilo. Udeleženci so z velikim veseljem spoznavali to zanimivo tradicijo ter izdelali svoje unikatne motanke. Delavnico smo nadaljevali z izdelavo brošk, ki so letos priljubljen in lep modni dodatek. Vsak udeleženec je lahko z izbiro barv, vzorcev in detajlov ustvaril svojo posebno broško, ki jo lahko nosi kot unikaten okras in spomin na prijetno druženje. Delavnico izdelovanja brošk je vodila Nikolina Nikolvška.

V začetku avgusta smo izvedli drugo ustvarjalno in praktično delavnico izdelave naravne kozmetike, ki jo je vodila Petra Bregant. Namen srečanja je bil udeležencem približati uporabo naravnih materialov ter jim ponuditi priložnost za ustvarjanje.

Udeleženci so skozi štiri različne produkte spoznali, kako lahko iz preprostih in naravnih sestavin naredijo uporabne kozmetične izdelke. Pri delu so uporabljali predvsem naravne materiale in sestavine.

Izdelovali so naravno milo, vazelin, piling za telo in kopel za noge. Vsak udeleženec je izbral svoje dodatke, vonj in obliko ter tako ustvaril izdelek po lastnih željah, potrebah in okusu. Pri delu je bilo veliko priložnosti za pogovor, izmenjavo izkušenj in medsebojno pomoč.

Delavnica je bila poleg ustvarjalnega dela tudi priložnost za prijetno druženje, spoznavanje in povezovanje. Ob skupnem ustvarjanju so udeleženci razvijali nove spretnosti, izmenjevali izkušnje ter spoznavali možnosti uporabe naravnih sestavin v vsakdanjem življenju. Srečanje je tako združilo praktično znanje, ustvarjalnost, skrb zase in predvsem prijetno medkulturno druženje.



maribor

IZ MARIJINEGA HLEVA SE SPET SLIŠI OGLAŠANJE KRAV

Silva Viher, ŽK Sveti Tomaž

V ponedeljek, 22. junija, so temni oblaki prekrili Sveti Tomaž, z njimi pa je pripihal tudi močan veter. Marija, 63-letna vdova, je hitro šla v hlev in pogledala, ali je vse v redu. Nekaj trenutkov zatem, ko je stopila ven, pa je zaslišala krik živine. Veter je odlomil vrh drevesa ob hlevu in potrgal električni vod, električni tok pa se je prenesel v hlev. Marija tisti trenutek še ni vedela, kaj se dogaja, videla pa je, kako je uboga živina padala ena za drugo. Sam Bog jo je obvaroval, da je nekaj trenutkov prej stopila iz hleva in se rešila smrti. Poginilo je devet glav govedí, od tega sta bili dve kravi breji že nekaj mesecev. Živ je ostal samo dva dni star teliček.

Mariji se je tisti dan sesul svet. Od malih nog je bilo kmetovanje njeno delo in njeno veselje. Borila se je in delala za vsak liter mleka, ki je bil njen edini prihodek, v nekaj sekundah pa je ostala brez vsega. Vedno je bila skromna, pozitivna in gostoljubna. Če je le mogla, je sama rada pomagala. Njeni štirje otroci so radi prihajali domov in ji pri večjih delih pomagali, posebej sin Jernej je bil njena desna roka pri kmetovanju.

V ŽK smo se takoj odzvali in začeli z akcijo zbiranja pomoči. Z Nadškofijsko karitas Maribor in županom občine Sveti Tomaž g. Mirkom Cvetkom smo obiskali go. Marijo, ki nam je žalostno pokazala prazen hlev. Na NŠKM smo odprli račun za zbiralno akcijo, k pomoči pa so pristopile tudi občina, župnija, krajevni organizaciji RK, gasilci, društva, gostilničarji, trgovina.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



V stiski se pokaže, koliko v resnici pomeni človek človeku. V tej nesreči se je pokazala solidarnost in pomoč domačinov in tudi ljudi, ki ge. Marije niso nikdar poznali.



Velikodušno ste pomagali ljudje od blizu in daleč in tako Mariji Kranjc povrnili dobro voljo in upanje. Marija še danes težko dojame, da se je odzvalo toliko dobrih src. Zato pa je hvaležna vsakemu posebej za vsak dar, tolažbo, dobre želje in molitev. Iz njenega hleva se spet sliši oglašanje krav, kar ji daje izjemno zadovoljstvo. Naj tako tudi ostane. Vsem Bog povrni za pomoč.

ново mesto

21

DELOVNA AKCIJA V SEMIČU

Laura Hrovatič

V mesecu avgustu smo v sklopu Mlade karitas organizirali delovno akcijo. Sodelavci Škofijske karitas Novo mesto smo se skupaj s prostovoljci odpravili v Semič, kjer smo urejali okolico zapuščene hiše, kraja, ki že dolgo čaka na novo priložnost in nove zgodbe. S skupnimi močmi smo okoli hiše kosili in obrezovali grmičevje, se hkrati spoznavali in tudi kaj novega naučili. Ob prijetnem vzdušju je delo potekalo hitro, pri čemer nas ni moglo ustaviti



niti vroče sonce. V ozadju našega smeha in dobre volje je donel glas mnogih kosilnic. Okolica hiše je že zdaj bolj pregledna, bolj dostopna in urejena, kar je prvi korak za vse nadaljnje načrte. V prihodnosti želimo obnoviti celotno hišo, urediti notranjost, popraviti prostore in jih prilagoditi za različne namene. Naša vizija je, da bi to hišo spremenili v prostor za razna srečanja, ustvarjanja in pomoč tistim, ki jo potrebujejo.

SKOZI GRAJSKA VRATA V SVET VITEZEV IN PRINCES – POLETNE DELAVNICE NA ŠKOFIJSKI KARITAS

Laura Hrovatič

22

Po hodnikih doni smeh otrok, dirjanje namišljenih konjev in občutek otroške radosti. To veselje nas je spremljalo zadnji teden v mesecu juliju na poletnih delavnicah na Škofijski karitas. Otroci so se spremenili v viteze in princeze, prostor pa je bil preurejen v pravo kraljevo sobano. V tem tednu smo spoznali, kako so nekoč živeli na dvorih in gradovih, ob tem pa spletli nove prijateljske vezi, aktivno preživeli svoj čas in delavnice popestrili z mnogimi ustvarjalnimi izzivi in športnimi aktivnostmi.



Skozi ves teden smo spoznavali način življenja viteзов in princes. Spoznali smo viteške zakone in se pogovarjali o vrednotah, ki so nas čez delavnice vodile in spremljale – o zaupanju, zvestobi, medsebojni pomoči in spoštovanju. Otroci so ustvarili lastna kraljestva, si dodelili viteške in kraljevske nazive ter s skupnimi močmi izdelali zastave z grbi, ki so prikazovale glavne značilnosti njihovih kraljestev. Ustvarili so si pravo viteško in kraljevsko opravo, si naredili krone, krilca in oklep, vsak pa je svoj ščit tudi po svoje okrasil. Skozi teden smo se razgibali z najrazličnejšimi igrami. Najbolj so otroci uživali v grajskih štafetnih igrah, kjer sta prišla do izraza njihov tekmovalni duh in sodelovanje. Oddih od vročih poletnih dni je prinesel izlet na Klevevž, kjer so se otroci ohladili v naravnem izviru, se družili, zabavali in uživali v neokrnjeni naravi. Za zaključek tedna smo se posvetili ročnim spretnostim, veščinam, ki so potrebovale potrpežljivost, strpnost in



natančnost. Iz blaga smo sešili mošnjičke, ki smo jih napolnili s sivko, naučili smo se osnov kvačkanka in vezenja, se preizkusili v izdelavi parfumov ter izdelovali in krasili zapestnice iz usnja. Skoraj vsak dan smo se preizkusili v različnih kuharskih izzivih; otroci so se naučili speči kruh, ocvrte miške in se odžejali z domačim ledenim čajem.

Otroci so naše delavnice zapustili s polnimi rokami izdelkov in s še bolj polnimi srci, domov so odnesli nova znanja in spretnosti, nova prijateljstva in nepozabne spomine. Ob ustvarjalnih nalogah in športnih aktivnostih so se sprostiti ter se naučili, da biti vitez ali princesa ne pomeni le nositi oklep ali krono, temveč biti pogumen, prijazen in spoštljiv ter sočloveku priskočiti na pomoč. To so načela, ki bi nas vse morala spremljati v vsakdanjem življenju.

KOPER

VSAKA DRUŽINA JE DRUGAČEN VAL

Franica Grmek

**»Vsaka družina je drugačen val –
skupaj ustvarjamo lepo morje«**

Tudi letošnje letovanje družin v Sončni hiši Karitas v Portorožu je imelo svojo posebno zgodbo. Sedem družin – pet ukrajinskih in dve slovenski – je za nekaj dni ustvarilo skupnost, v kateri so se prepletali različni jeziki, kulture in življenjske izkušnje.

Ko za seboj pustiš dom

Ukrajinske družine so zaradi vojne zapustile svoje domove in si življenje uredile v Sloveniji. Večina odraslih je zaposlenih in se vključuje v naše okolje, vendar njihovo življenje še vedno zaznamujeta negotovost in vprašanje prihodnosti.

V pogovorih so pripovedovali o starših, možeh, sorodnikih in prijateljih, ki so ostali ali so že preminuli v Ukrajini, o hrepenenju po domu ter o težkem življenju med dvema svetovoma.

Nekateri še vedno upajo na vrnitev, drugi pa vse bolj vidijo svojo prihodnost v Sloveniji.

Letovanje je poleg počitka vključevalo tudi **strokovno podporno in terapevtsko delo** – predvsem poslušanje, pogovor in prostor za izražanje doživljanja.

Skupnost se gradi tudi pri vsakdanjih opravilih

Vsaka družina je imela svojo sobo, obroki pa so bili skupni. Pri pripravi miz, prinašanju hrane, pospravljanju in urejanju skupnih prostorov so sodelovali odrasli in otroci. **Skupno delo ni bilo samo pomoč pri organizaciji letovanja, ampak je imelo tudi terapevtski pomen.** Sodelovanje je krepilo občutek pripadnosti, odgovornosti, medsebojnega zaupanja in povezanosti ter ustvarjalo priložnosti za pogovor, pomoč in medsebojno podporo.

Tudi zelo vroči dnevi nas niso ustavili. Morje in skupne aktivnosti so prinesli sprostitev, druženje in veliko dobre volje.

Ko različne kulture sedijo za isto mizo

Posebno doživetje je bila priprava **tradicionalnih ukrajinskih pirožkov (pyrizhky)**, ki sta jo vodili dve udeleženki. Svoje mesto je našla tudi **argentinska**



kultura. Kuharica Kristina, ki je del svojega življenja preživela v Argentini, nas je razveselila z argentinsko sladico in zanimivostmi iz svojega življenja. Ob skupnih obrokih smo spoznavali tudi slovenske jedi. Tako so se za isto mizo srečevale ukrajinska, argentinska in slovenska kultura. Pri ustvarjanju skupnosti so pomembno sodelovali tudi sovoditeljica in animatorji.

Posebej lepo je bilo opazovati, kako so se slovenske in ukrajinske družine povezale. Otroci so hitro našli skupen jezik, odrasli pa so si postopoma zaupali svoje zgodbe.

Sočutje med udeleženci je bilo ena najlepših značilnosti letovanja.

Stiske posameznikov niso ostale samo njihove – drugi so jih slišali, razumeli in se nanje odzivali.

Razlike v jeziku, kulturi in življenjskih izkušnjah so postale priložnost za spoznavanje in razumevanje.

STVARSTVO JE DAR, BODI NJEGOV ČUVAJ!

Edita Čebtron Vukotić

24

V juliju 2026 smo se v sklopu Škofijske karitas Koper z otroki iz celotne Primorske regije odpravili na letovanje v Sočo pri Bovcu, v našo prelepo gorsko pokrajino. V prijetnem in sproščenem vzdušju smo preživeli čudovit teden, ki smo ga v začetku z uvodno sveto mašo priporočili v Božje varstvo.

V sklopu letovanja so otroci spoznavali najrazličnejše dejavnosti – od ročnih do glasbenih spretnosti, peke piškotov in številnih obrti. Tekom tedna nas je namreč obiskalo kar nekaj gostov. Sirar Jurij Vončina je otrokom predstavil, kako poteka priprava domačega mladega sira, ki smo ga na koncu seveda tudi poskusili. Najboljši je bil nekoliko popečen na žaru z dodanimi začimbami. Obiskali so nas tudi jamarji iz Jamarskega društva Tolmin, ki so nam predstavili svojo dejavnost. Preko delavnice o skrbi za okolje, ki jo je izvedel Mladen Franko iz Fundacije Univerze v Novi Gorici, so otroci spoznali, kako pomembno je skrbeti za našo naravo, ki je Božji dar, in s tem okrepili geslo, ki nas je spremljalo skozi celoten teden, saj je stvarstvo dar, mi pa njegovi čuvaji!

Odpravili smo se tudi na nekoliko daljši pohod do Velikih korit, kjer so se otroci poigrali ob reki Soči in namakali noge, saj je bilo za kopanje vselej nekoliko premrzlo. Odšli smo tudi na večerni sprehod s svetilkami do Malih korit. Zanimiv večer je bilo potopisno predavanje o Etiopiji s strani Simona Cigoja, ki nam je iz prve roke predstavil svoje delo v tej afriški državi in otrokom slikovito prikazal, kako tamkajšnje kulture živijo in kako se razlikujejo od naših.

Največja atrakcija tedna je bil izlet v Planico, kjer smo se po več kot tisoč stopnicah povzpeli na našo skakalnico velikanko. Spust s sedežnico je



bil za mnoge poseben izziv, ki so ga z veliko poguma tudi uspešno premagali. V Nordijskem centru Planica so otroci v tamkajšnjem muzeju s pomočjo simulatorja in VR-očal doživeli občutek skoka s smučarske skakalnice ter se za trenutek prelevili v prave smučarske skakalce!

Od tam smo se odpravili še do Kranjske Gore, kjer smo ob jezeru Jasna pojedli kosilo iz popotne torbe, najpogumnejši pa so tudi zaplavali. Sledilo je sladkanje z okusnim sladoledom v centru mesta. Po napornem dnevu smo si zvečer ogledali še film ter se odpravili k zasluženemu počitku.

Zadnji dan nas je obiskala priznana slikarka Jana Humar, ki je znana po tem, da ustvarja z naravnimi materiali. Tako so se otroci seznanili še s tem, kako recikliranje naravnih materialov poteka v praksi in kako lahko iz darov našega stvarstva naredimo marsikaj lepega.

Ob večerih pred nočnim počitkom smo se v duhu Frančiškovega leta zbirali ob pripovedih o svetem Frančišku. Skozi njegove življenjske zgodbe so otroci spoznavali njegovo delo, preprostost ter ljubezen do bližnjega in do stvarstva.

Pomemben pečat smo tednu dodali tudi animatorji in animatorke: Edita, Svit, Kras, Kristin, Aljaž, Emanuel, Izak, David, Maj in Lea, ki smo otroke spremljali, jih opogumljali, včasih obrisali kakšno solzico, predvsem pa smo se med seboj in z otroki zelo lepo ujeli in povezali. Skupaj smo ustvarili nepozabno doživetje in upamo, da smo otrokom polepšali poletne dni in da jim bo ta teden ostal v lepem spominu.

Za slastne obroke in prijetno okrepčilo sta skozi ves teden skrbeli naši kuharici Zorka in Metka. Posebna zahvala gre tudi naši vodji Marjani in njeni pomočnici Suzani, saj brez njune predanosti, truda in srčnosti tega lepega tedna ne bi bilo.

LJUBLJANA

POČITNICE, POLNE
USTVARJALNOSTI, DRUŽENJA
IN LEPIH DOŽIVETIJ

Alenka Petek

Drugi termin letošnjih počitnic družin je potekal od 27. 7. do 1. 8. 2026 v Portorožu. Bile so preplet ustvarjalnosti, druženja, sprostitve, izletov, pogovorov, izmenjav izkušenj in nepozabnih doživetij. Dnevi so bili napolnjeni z veseljem, smehom in prijetnim počutjem, predvsem pa s časom, ki so ga starši in otroci preživeli skupaj.

Poseben pečat so počitnicam dale številne ustvarjalne delavnice ročnih spretnosti. Nastajali so čudoviti izdelki, pri njihovem ustvarjanju pa niso uživali le otroci – z veseljem so se jim pridružili tudi starši. Skupaj so ustvarjali, se spodbujali, si pomagali in ob tem spoznavali, koliko veselja lahko prinese skupno delo in druženje. Vsak izdelek je tako postal tudi lep spomin na skupne trenutke.

Ob večerih so starši in otroci skupaj kartali, se pogovarjali, smejali in uživali v preprostih trenutkih, za katere med vsakdanjimi obveznostmi pogosto zmanjka časa. Prav takšni trenutki so ustvarjali občutek povezanosti in pripadnosti ter nam omogočili, da smo se še bolje spoznali.

Pomemben del počitnic so bili tudi pogovori o starševskih veščinah in izzivih, s katerimi se starši srečujejo pri vzgoji. Govorili smo o tem, kako otroke obvarovati pred pretirano uporabo telefonov in druge elektronske tehnologije ter kako vzpostaviti zdrave meje. Dotaknili smo se tudi zahtevnejših obdobjev odrasčanja. Kako se odzvati, ko nas najstniki ignorirajo, so jezni, napadalni ali se zapirajo vase? Izmenjava izkušenj, mnenj in dobrih praks je bila dragocena, saj so ugotavljali, da se številne družine srečujejo s podobnimi vprašanji in izzivi.

Počitnice družin nam ponujajo priložnost za krepitev starševskih veščin, saj družinam omogočajo, da izstopijo iz vsakodnevnega ritma, zmanjšajo obremenjenost in namenijo več časa neposrednemu odnosu z otroki. V okolju, kjer je manj vsakodnevnih obveznosti, imajo starši več možnosti za opazovanje otrokovih potreb, poslušanje, pogovor, skupno igro in doživljanje skupnih izkušenj. Prav takšne vsakodnevne interakcije predstavljajo pomemben prostor za razvijanje odzivnega, čustveno uglašenga in podpornega starševstva.

Počitnice niso le priložnost za sprostitev in skupno preživljanje časa, ampak tudi prostor, kjer lahko družina krepí svoje odnose in vsakodnevno funkcioniranje. S programom *Zmerno. Odgovorno. Opolnomočeno*, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje in ga izvajamo na počitnicah družin, želimo staršem pokazati, da starševstvo ni le skrb za otrokove osnovne potrebe, temveč tudi odnos, čas, prisotnost in čustvena odzivnost. Na ta način jim nudimo podporo pri iskanju učinkovitih načinov za povezovanje, komunikacijo in reševanje vsakodnevnih izzivov.

Pri tem ni ključno zgolj preživljanje večje količine časa skupaj, temveč predvsem kakovost skupnega časa. Kakovostna interakcija vključuje prisotnost starša, zanimanje za otrokovo doživljanje, pogovor, spodbujanje otrokove samostojnosti, skupno reševanje problemov ter pozitivno odzivanje na otrokove potrebe.

Letovanje omogoča tudi prenos starševskih veščin v konkretne življenjske situacije. Starši imajo priložnost otroka vključevati v dejavnosti, mu omogočiti izbiro, postavljati razumne meje, spodbujati samostojnost ter skupaj z njim reševati nepredvidene situacije. S tem se krepijo kompetence, kot so odzivnost, postavljanje meja, spodbujanje samostojnosti, komunikacija in pozitivno usmerjanje otrokovega vedenja.

Posebna vrednost skupnega letovanja je tudi v





ustvarjanju skupnih pozitivnih izkušenj in družinskih rutin. Skupni obroki, izleti, igra, pogovori in sodelovanje pri vsakodnevnih opravilih ustvarjajo občutek pripadnosti in varnosti ter lahko prispevajo h kakovostnejšim družinskim odnosom.

Počitnice družin dobro vplivajo tudi na počutje staršev. Razbremenitev od vsakodnevnih obveznosti, možnost skupnega preživljanja časa in pozitivne izkušnje z otroki lahko povečajo zadovoljstvo staršev ter njihovo občutje povezanosti z družino.

Zato je letovanje družin mogoče razumeti kot preventivni in podporni ukrep, ki ne krepi le odnosa med staršem in otrokom, ampak lahko prispeva tudi h krepitvi družinske povezanosti, starševske samozavedi in pozitivnih vzgojnih praks. Takšne aktivnosti so še posebej pomembne, saj staršem omogočajo izkušnjo, da je preživljanje časa z otrokom vrednota, in ne dodatna obveznost.

Na počitnicah smo veliko pozornosti namenili tudi morju in raziskovanju slovenske obale. Obiskali smo akvarij, kjer smo občudovali raznolik morski svet. Doživetja so nato prenesli v ustvarjanje. Na majice so risali morske motive in ustvarjali pravo morskno dno. Pri tem so ponovno sodelovali tako otroci kot starši, vsak po svojih močeh in domišljiji. Nastale so čudovite pisane majice, ki bodo še dolgo spominjale na skupne počitniške dni.

Obiskal nas je tudi Marko Čizman, predsednik ŠKL. Z nami je preživel dan, skupaj z nami prepeval, igral na kitaro in zvečer daroval sv. mašo.

Vse počitnice so bile prežete z dobro voljo, sproščenostjo in druženjem. Otroci so dobili priložnost

za igro, ustvarjanje, raziskovanje in nova prijateljstva, starši pa čas za pogovor, izmenjavo izkušenj in prijetno druženje.

Domov so se tako vrnili bogatejši za številne nove izkušnje, čudovite izdelke in predvsem za občutek, da so skupaj preživeli nekaj res dragecena. Takšne počitnice niso le oddih od vsakdana, temveč priložnost za povezovanje, učenje, ustvarjanje in gradnjo odnosov, ki ostanejo z nami še dolgo po tem, ko se počitnice končajo.

SLOVENSKA KARITAS

BISERNI TEDEN SKOZI OČI NAŠIH ANIMATORJEV

Nikita Drole Škrli

Ko sem poskušala svojim bližnjim opisati otroke, ki sem jih imela priložnost spoznati na letošnjih Počitnicah Biserov, se mi je zdelo, da jim noben opis ne bi bolje pristajal kot kar samo ime počitnic, Biseri.

Skozi teden sem jih lahko bolje spoznala in res je vsak izmed njih v meni pustil lep vtis.

Zanimivo je bilo spremljati, kako so si stali ob strani, se igrali, peli in plesali.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



Nepozabna so bila kopanja na plaži, kjer kot animator nikoli nisi imel odmora, saj si moral vestno paziti na nabrane školjke, se pogajati za to, da te otroci ne bi več »tunkali«, in hkrati biti pozoren, da kateri od Biserov ni odplaval kam drugam.



Prav tako pa mi bo ostalo v spominu branje večernih pravljic, ko nisi verjel, da ti bo otroke uspelo uspavati, saj je delovalo, kot da imajo neskončno količino energije. Potem pa je vendarle uspelo in si zraven skoraj uspaval še samega sebe.

Na počitnicah pa niso imeli priložnosti ustvarjati novih prijateljstev le otroci, temveč tudi animatorji.

Zelo sem hvaležna, da sem si vsak dan delila s tako simpatičnimi soanimatorji in da sem tudi sama pridobila nova prijateljstva.

Druženje s tako srčnimi otroki v tebi zbudi veliko lepe energije, ki te spremlja ves teden in ostane s tabo tudi po končanih počitnicah, kljub temu da si proti koncu tedna že precej utrujen. To je bila zame nepozabna izkušnja, za katero se imam zahvaliti voditeljicama, soanimatorjem in otrokom.



KUHAJMO SKUPAJ – POPOTOVANJE OKUSOV SVETA

Letošnja letovanja **Kuhajmo skupaj** so na Rakični potekala pod geslom »Okusi sveta«, ki je udeležence vseh petih tednov popeljalo na kulinarčno in kulturno popotovanje po različnih državah in celinah.

Program Kuhajmo skupaj poteka v okviru projekta Migaj, zdravo uživaj!, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje. Letos se je letovanja udeležilo **69 otrok**, zanje pa je skrbelo **19 animatorjev in voditeljev**, ki so s svojo predanostjo ustvarili varno, spodbudno in prijetno okolje za učenje, druženje in ustvarjanje poletnih spominov.

Tudi letos je letovanje Kuhajmo skupaj povežalo otroke v ustvarjalnem, poučnem in aktivnem tednu. Velik del dneva je bil namenjen pripravi hrane, pri čemer so otroci razvijali kuharske spretnosti, spoznavali nove recepte in okuse ter se učili varno in samostojno rokovati s kuhinjskimi pripomočki. Ob tem so odkrivali tudi pomen zdrave prehrane, sodelovanja in medsebojne pomoči.

Rdeča nit programa »Okusi sveta« je vsak dan predstavila drugo državo ali celino. Otroci so poleg nekaterih tradicionalnih jedi spoznavali geografske in družbene značilnosti, kulturo, običaje in način življenja posameznih kultur. Temu smo prilagodili tudi ustvarjalne delavnice, dnevne novičke, večerni program in druge aktivnosti, zato je bilo raziskovanje sveta še toliko bolj doživeto.

Naše popotovanje je bilo pestro: z beneškimi maskami na obrazih smo pripravljali prave italijanske pice, jabolčni štrudelj in ričet sta nas popeljala



po Sloveniji, ob čevapčičih in ražnjičih s kajmakom in ajvarjem smo spoznavali okuse Balkana. Mehiško vzdušje sta pričarala guacamole in tortiljin čips ob ogledu risanke Coco, Azijo pa sta nam približala padthai in sadni mlečni riž. Ob zaključku tedna smo čez Atlantik poleteli še v Ameriko in si privoščili ameriške palačinke.

28

Kuhinja pa še zdaleč ni bila edini prostor naših dogodivščin. Dneve smo popestrili z gibanjem, družabnimi in športnimi aktivnostmi, vroče poletne dni smo hladili s kopanjem v rakitniškem jezeru in aktivnostmi na naših supih. Posebno navdušenje je požel lov na skrite sestavine za jabolčni štrudelj, kjer smo z reševanjem nalog pridobili sestavine in recept za peko. Nepozabno doživetje je bila tudi de-



lavnica spoznavanja malih živali v zdravilišču na Rakitni, kjer smo od blizu spoznali različne živali ter se učili odgovornega in spoštljivega odnosa do njih.

Da bi pridobljeno znanje ostalo z udeleženci tudi po koncu letovanja, smo vse pripravljene recepte

zbrali v knjižico, ki jo je vsak otrok odnesel domov. Želimo si, da bodo pridobljene kuharske spretnosti prenesli tudi v domačo kuhinjo in s pripravo jedi razveselili svoje najbližje. Tudi skrb za red in odgovornost je bila pomemben del našega vsakdana. Otroci so sodelovali v prijaznem tekmovanju za najlepše urejeno sobo, zato smo vsi skupaj skrbeli za čistočo, urejenost in prijetno bivanje.

Ob vseh novih okusih, igri in druženju pa so otroci domov odnesli predvsem dragocena prijateljstva, nove spretnosti in spoznanje, da nas lahko hrana povezuje, odpira vrata v različne kulture ter nas uči spoštovanja raznolikosti.

POZITIVNI UČINKI SLOVENSKE POMOČI V SRCU AFRIKE

Jana Lampe

Na Slovenski karitas preko akcij Za srce Afrike, Z delom do dostojnega življenja, Kupim kozo, Kupim motiko in semena ter s projekti, ki jih sofinancira Ministrstvo za zunanje in evropske zadeve RS, že dve desetletji skupaj s slovenskimi misijonarji in sodelavci Karitas prinašamo upanje in boljše osnovne pogoje za življenje ter vračamo dostojanstvo najrevnejšim v državah v osrčju Afrike in širše. Z našo pomočjo imajo revni dostop do pitne vode, hrane, vrtcev, šol, zdravstvenih centrov, porodnišnic, poklicnih usposabljanj in dostojnega dela. Zelo so hvaležni vsem v Sloveniji, ki jim pomagata, da so lahko nosilci lastnega razvoja in tako bolj pozitivno zrejo v prihodnost, kljub številnim stiskam, ki poleg revščine pestijo afriško celino. V tem prispevku vam želim slikovito predstaviti samo nekaj utrinkov učinkov naše pomoči v preteklem letu.



V gradnjo vrtca in šole v Muhvaziju v Burundiju, ki jo spremlja s. Vesna Hiti, je vključenih 150 staršev. Z delom zaslužijo za preživetje, njihovi otroci pa bodo dobili možnost za dobro izobrazbo.

V Burundiju v Gitegi smo podprli gradnjo petih vodnjakov za 633 družin. »Srčna hvala za dar čiste pitne vode v imenu vseh družin, ki so deležne te dragocene pomoči.« (s. Bogdana Kavčič)

Lani smo 14 revnim družinam v Gitegi v Burundiju pomagali zgraditi dostojno hišico. Med njimi je tudi šestčlanska družina, ki se iskreno zahvaljuje za nov dom.



»Če ne bi bilo tega internata, bi mladi, ki pridejo peš od daleč, počasi nehali hoditi v šolo. Z dvema novima sobama v kraju Mananbondro na Madagaskarju bomo lahko dodatno vključili 24 mladih. Bog povrni za pomoč!« (misijonar Jani Mesec)



»Lani so 19 kritično podhranjenih otrok straši pripeljali v center v Safo v Centralnoafriški republiki. Hvala, da lahko z vašo pomočjo v hrani skupaj rešujemo življenje.« (s. Hiwote)



Paulina in Theogene sta vključena v projekt, ki ga ob sofinanciranju slovenskega zunanjega ministrstva izvajamo s Karitas Ruanda. Še pred nekaj leti »nista imela ničesar«. Prejeli so semena zelenjave, sadna drevesa, prašiča, sončne celice z lučjo in so vključeni v varčevalno skupino. Danes redijo prašiče in kravo, na vrtu pridelujejo krompir, fižol in drugo zelenjavo, presežke pa prodajajo na tržnici. Devet pujskov, ki jih trenutno redijo, bodo kmalu prodali in z izkupičkom kupili novo streho za kuhinjo.



»Z vašo pomočjo okoli 130 otrok dnevno prejme tople obroke v šoli v Sandiari. Tako se lažje učijo in dosegajo dobre učne rezultate. Hvala v imenu vseh otrok.«
(s. Zorica Blagotinšek)



V projektu v Ruandi, ki ga podpira zunanje ministrstvo, so vključene družine prejele v skupno uporabo 58 črpalk za namakanje polj. S tem tudi v sušni dobi lahko pridelajo zelenjavo.



Rukutan iz Ugande ima mlado družino. Na misijonu je preko projekta Z delom do dostojnega življenja dobil delo. Z zasluženim si lahko kupi hrano in druge osnovne potrebščine, plača najemnino in nekaj privarčuje, s čemer bi rad kupil kos zemlje za obdelovanje.



Marija iz Ruande je ostala sama s tremi otroki. Zdaj biva v začasni hiški, v projektu Z delom do dostojnega življenja pa ji bomo zgradili lastno hiško. Zelo je vesela, da bo imela svoj dom. To družini v Afriki največ pomeni. S tistim, kar zasluži, pa lahko plača otrokom šolanje, kupi hrano in plača zdravstveno zavarovanje.



V don Boskovem centru v Etiopiji, kjer deluje laiška misijonarka Polona Dominik, podpiramo plačilo za delo petim lokalnim učiteljem, ki zvesto in srčno služijo in poučujejo otroke z ulice, da bi jim omogočili novo življenjsko pot.

Oče, ki živi v bližini misijona s. Urše Marinčič v Ugandi, je sam ostal z dvema šoloobveznima otrokoma. Doletela ga je virusna bolezen, je na berglah in ne more opravljati težkih del. Sestre so mu kupile majno hiško, iz akcije Kupim kozo pa je prejel kozo. S pomočjo prodaje prirasta kozličkov se družina zdaj lažje preživlja. Trenutno imajo dva kozlička. Zelo so hvaležni.



NAGRADNA KRIŽANKA

september Simon Dvornik

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 17.9.2026 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.

31

		OPRAVLJANJE DEJAVNOSTI	VHOD, MESTO PREHODA	PRINAŠALEC NOVIC		GESLO	EMA TURK	ŠTEVILO, ŠTEVILKA	PRINCESA V ROMANU PEŠČENI PLANET	ŽENSKO IME, REKA V ČRNI GORI	
	OBRTNIKI IN PODJETNIKI SLOVENIJE				ČAS NAJVEČJE INTENZIVN. MET						
	PRELATSKA ČAST										ANA ROŠ
	TRAKTORSKI PRIKLJUČEK										
PRVI VZROK VSEGA V FILOZOFIJI							REKA BLIZU MURSKÉ SOBOTE				
							BOR ILOVAR				
NOGA PO ANGLEŠKO				ČEBELJI PASTIR							
				SRAMOTA							
URŠA MOČNIK			KOMEDIJA MOKRA ZEMLJA							HIT GLASB. IMBRUGLIE	TROJANSKI PRINC
KRAJ PRI GORJANCIH							TRENER ŠIMUNDŽA				
							MESTO NA OTOKU RAB				
		LUKA AVBAR			KRŠKO KOSTUMOG. HRANITELJ			KOMUNIK- ACIJSKE VEŠČINE	OLGA NAN		
		DEL KLASA									
	PREDMET ZA ZAPRTJE								ROK EKART		
	MANJŠE NASELJE								ALEŠ ABRAMOV		
OBDELOVA. POVRŠINA				MOČVIRNA RASTLINA							
				METOD PEVEC							
POSEBNOST											
SIMON OSTERC			PURE NEW ENERGY								

Geslo avgustovske nagradne križanke: **BODI V OPORO**

Nagrajenci: 1. nagrada: **Antonija Leban, Tolmin**

2. nagrada: **Karmen Avsec, Ljubljana Črnuče**

3. nagrada: **Tom Razpotnik, Kresnice**

Nagrade: 1. nagrada: **termo skodelica za kavo**

2. nagrada: **knjiga**

3. nagrada: **majica**



**Večeri ob ognju so posebna doživetja,
ki jih otroci lahko dobijo na taboru
Kuhajmo skupaj na Rakitni.**



**Na Počitnicah Biserov v Portorožu so otroke
obiskali različni gostje, ki so jim pripravili
zanimiva doživetja in izkušnje.**



**Vključevanje tujcev v slovensko okolje
poteka tudi preko ustvarjalnih delavnic
in druženja, kjer si izmenjujejo svoje
običaje, tradicijo in izkušnje.**



**Pri sveti Barbari v Cirkulanah so se zbrali
sodelavci Karitas mariborske nadškofije
-povezani v molitvi, srečanju in služenju.**



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

