

žarek dobrote

9/XXII
september
2024

glasilo slovenske karitas



Karitas



vsebina & napovednik

TEMA MESECA

3 ••• Za srce Afrike 2024

5 ••• Psihosocialno svetovanje kot podpora materialni in drugi pomoči ljudem v stiski

KARITAS 30+

6 ••• Krivico voljno trpeti

VARUJMO ŽIVLJENJE

6 ••• Ustno zdravje

STISKE SODOBNE DRUŽBE

8 ••• Hvaležni za možnost, da so se preselili na bolj varen in prijazen košček sveta

KARITAS MLADIH

9 ••• Spremljanje učnih izidov je ključ do boljšega učenja

NA OBISKU

10 ••• Župnijska karitas Lovrenc na Pohorju

11 ••• »Dobro vedno raste na ponižen, skrit in pogosto neviden način«

12 ••• Življenje lahko napolni le ljubezena

12 ••• Spet doma, 3 del

KOPER

13 ••• Karitas sodeluje na župnijskem praznovanju

14 ••• Presenečenje za jubilaranta

LJUBLJANA

14 ••• V Kokri je plaz zasul več hiš

MARIBOR

15 ••• Priložnost za zahvalo

LETOVANJA

16 ••• Ljubljana: Cerkniško jezero, eden notranjskih biserov

18 ••• Novo mesto: Letovanje družin iz novomeške škofije 2024


18 ••• Slovenska karitas: Počitnice biserov 2024

20 ••• Slovenska humanitarna pošiljka in pomoč Libanonu, ki doživlja kompleksno humanitarno krizo

21 ••• Z delom do dostojnega življenja in kupim kozo

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



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

Karitas

Teden Karitas

25. 11. 2024 – 1. 12. 2024

geslo: **POTI DO SRCA**

27. 11. **Romanje na Ponikvo**

27. 11. **Klic dobrote**

1. 12. **Nedelja Karitas**

SEMINARJI KARITAS 2024

Tema: **Psihosocialno svetovanje kot podpora materialni in drugi pomoči ljudem v stiski**

Termin	Lokacija
4. in 5. 10. 2024	Dom sv. Jožef, Celje
11. in 12. 10. 2024	Zavod Marianum, Veržej
18. in 19. 10. 2024	Stella Maris, Strunjan
18. in 19. 10. 2024	Samostan Stična

»Materialne stvari ne zapolnijo življenja, nam sicer pomagajo iti naprej, ampak ne zapolnijo življenja. To lahko stori samo ljubezen.« (prim. Jn 6,35)

papež Frančišek
vir: Vatican News



Foto: Jana Lampe

2024

3

Za srce Afrike

Jana Lampe

Slovenska karitas je **na letošnji Veliki Šmaren začela z 19. dobrodelno akcijo Za srce Afrike** v sodelovanju z revijo Ognjišče, ki poteka **do 15. septembra** in je namenjena humanitarni in razvojni pomoči najrevnejšim otrokom in družinam v državah Afrike na področju oskrbe s hrano in pitno vodo, zdravstveno oskrbo, možnosti šolanja in dostojnega dela. V sodelovanju s slovenskimi misijonarji, sestrami domačinkami in lokalnimi Karitas Slovenska karitas s pomočjo akcije Za srce Afrike in ob sofinanciranju projektov s strani Ministrstva za zunanje in evropske zadeve RR in Misijonskega središča prinaša boljše osnovne pogoje za preživetje najrevnejšim. V zadnjih 18 letih je akcija Za srce Afrike omogočila gradnjo ali obnovo **11 šol, 2 vrtcev in internata za dekleta, 6 zdravstvenih centrov in 7 porodnišnic, centra za fizioterapijo in 53 vodnjakov. S pomočjo hrane so bila rešena številna življenja podhranjenih otrok. Slovenska pomoč je dosegla območja z več kot 300.000 prebivalci.**

Zakaj je pomoč Afriki potrebna? Mnoge države Afrike so med najrevnejšimi na svetu. Konflikti, ekstremni vremenski pojavi in naraščajoče cene hrane zaradi svetovne gospodarske krize so povzročili, da se število ljudi, ki trpijo zaradi lakote, nenehno povečuje. Tretjina otrok v Afriki je hudo podhranjenih, kar ima dolgotrajne posledice za njihov razvoj, nekateri žal izgubijo življenje. Zato ti otroci nujno potrebujejo našo pomoč, njihovi starši pa priložnosti za delo in preživetje za preprečevanje podhranjenosti. Le vsak peti otrok v Afriki, star od 6 do 11 let, obiskuje šolo. Posebno na podeželju primanjkuje šolskih zgradb, starši pa ne zmorejo plačati šolnine in potrebščin. Kakovost izobraževanja je slaba, saj je v razredu pogosto več kot 100 otrok, učiteljev pa primanjkuje. Prednost pri izobraževanju imajo še vedno fantje, kar dekletom zmanjšuje možnosti za boljšo prihodnost in tudi priho-

dnost njihovih otrok. Vsaka nova učilnica je zato upanje za Afriko! Ženske in otroci na podeželju Afrike prehodijo ure peš, da pridejo do vira pitne vode. Mnogi so prisiljeni zajemati iz umazanih mlakuž, kar povzroča bolezni. V Afriki je vode dovolj, zelo pa primanjkuje infrastrukture, ki bi omogočala dostop do nje. Močno primanjkuje tudi vse zdravstvene infrastrukture – ali pa ljudje nimajo sredstev, da bi si lahko plačali zdravljenje.

OTROCI V SRCU AFRIKE POTREBUJEJO HRANO, VODO IN ZDRAVILA

S poslanim SMS-om **AFRIKA5** na **1919** darujete 5 EUR.

za srce afrike

Karitas

www.karitas.si



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

V Safi v Centralnoafriški republiki bomo nadaljevali z nakupi hrane za okoli 100 podhranjenih otrok in za doječe matere.

V Rusumu v Ruandi bomo z usmiljenkami podprli gradnjo vrtca za revne otroke, ki bodo tako dobili dobro vzgojo in znanja, ko starši delajo na polju.

V Ruandi v Mukungu bomo dokončali gradnjo in opremljanje internata za revne srednješolke, da bodo lahko izboljšale svoj učni uspeh.

V Ruandi v okrožju Karongi bomo ob podpori zunanjega ministrstva za 1.595 ranljivih družin zagotovili domače živali, semena, sadna drevesa ter jih usposobili za boljše kmetijske prakse in zagon obrti.

V Gitegi v Burundiju bomo v sodelovanju z misijonarko s. Bogdano Kavčič zgradili osem vodnjakov.

V Burundiju v Bujumburi bomo skupaj s s. Vesno Hiti podprli nakupe hrane za najranljivejše zapornike, **v Kiguhu** pa za 250 podhranjenih otrok.

V Zambiji v Lusaki bomo v sklopu gimnazije na prošnjo sester, ki vodijo šolo, podprli še gradnjo učilnice z laboratorijem, knjižnice in prostora za učitelje.

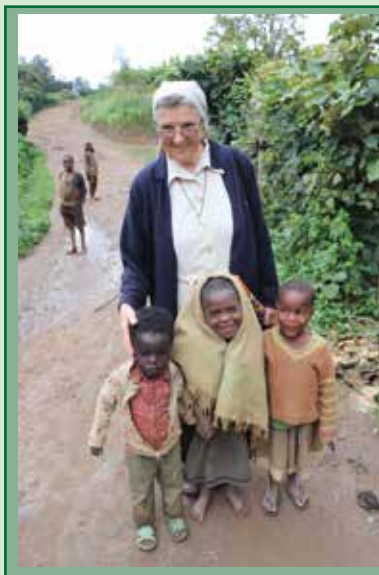
V Ampitafi na Madagaskarju nas Janez Krmelj prosi za nakup riža za okoli 350 šolarjev.

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

Slovenska karitas v sklopu akcije Za srce Afrike nadaljuje tudi s 15. akcijo **Z DELOM DO DOSTOJNEGA ŽIVLJENJA**, preko katere že **814 darovalcev iz Slovenije (botri) z mesečnim darom podpira plačilo za delo staršev iz več kot 350 revnih družin v Afriki** (Ruandi, Burundiju, Centralni Afriki, Ugandi, Eritreji in na Madagaskarju), **21 družin v Albaniji** in **26 na Šrilanki**. Revna družina na afriškem podeželju potrebuje dodatnih 24 EUR, v mestu 48 EUR, v Albaniji 50 EUR in na Šrilanki 30 EUR na mesec, **da dostojno preživi – ima dovolj hrane, dostop do zdravil**



»Na podeželju Ruande je težko pridobiti kvalitetno izobrazbo. V župniji Mukungu gradijo internat za dekleta, saj hodijo daleč peš, kar je nevarno. Doma se ne morejo učiti, ker ni elektrike. Internat bo velika pridobitev, saj se bodo bolje učile v varnem okolju. V Rusumu v Ruandi pa vas usmiljenke prosimo tudi za pomoč pri gradnji vrtca, da otroci že pred šolo dobijo dobro izobrazbo. Bog plačaj vsem, ki ste in boste darovali za naše otroke. Imate veliko SRCE,« pravi misijonarka s. Anka Burger.

in šolskih potrebščin za otroke. Z enim evrom na dan tako lahko posamezniku na drugem kontinentu omogočimo redno delo in njegovi družini spremenimo življenje. Eden od vključenih v delo je **Emmanuel iz Ruande:** *»Odkar delam pri sestrah, sam skrbim za svojo družino s tremi otroki. Sestra mi je dala nasvete, kako varčevati. Ko se je z dežjem poškodovala naša hiša, sem jo lahko obnovil. Kupil sem tudi kravo. Otroci hodijo v šolo. Vse to prinaša dobre odnose v našo družino. Hvaležen sem vsem dobrotnikom, ki nam pomagajo.«*

Tudi letos se bo na ta način podprlo nove revne družine v Afriki, Albaniji in na Šrilanki. Preko akcije Slovenska karitas podpira tudi plačilo za delo 12 zdravstvenih in 16 pedagoških delavcev na misijonih v Afriki. Slovenska karitas vabi nove mesečne darovalce, kar lahko storijo preko trajnika ali položnic. Več na karitas.si/akcije/z-delom-do-dostojnega-zivljenja/.

V Afriki revnim pomagamo tudi z akcijo KUPIM KOZO. Do sedaj je bilo v dveh letih ob dobroti Slovencev kupljenih in v sodelovanju z misijonarji razdeljenih **več kot 6.750 koz revnim družinam v Afriki.** Koze jim omogočajo, da trajnostno lahko 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 Za nas nakup koze stane le 20 EUR, družini v Afriki pa





spremeni življenje. Več na <https://www.karitas.si/kupim-kozo/>.

»Ljudje v Afriki so neizmerno hvaležni vsem v Sloveniji, ki nam pomagata. Bog vas blagoslovi,« sporoča vsem darovalcem Za srce Afrike, hvaležna sestra Bogdana Kavčič, misijonarka v Burundiju.

PSIHOSOCIALNO SVETOVANJE KOT PODPORA MATERIALNI IN DRUGI POMOČI LJUDEM V STISKI

Helena Zevnik Rozman

Seminar karitas 2024

Termini	Lokacija
4. in 5. 10. 2024	Dom sv. Jožef, Celje
11. in 12. 10. 2024	Zavod Marianum, Veržej
18. in 19. 10. 2024	Stella maris, Strunjan
18. in 19. 10. 2024	Samostan Stična

Kratek program

PETEK

Ob 17. uri: registracija udeležencev in namestitev za spanje

Ob 18. uri: sveta maša (ob 18.30 Celje)

Ob 19. uri: večerja

Ob 20. uri: predavanje: Človek, njegove potrebe in stiske (dr. Barbara Simonič, dr. Tatjana Rožič, Polona Greif)

SOBOTA

Ob 7. uri: sveta maša

Ob 8. uri: zajtrk

Ob 9. uri: predavanja:

- **Psihosocialno svetovanje kot podpora materialni in drugi pomoči ljudem v stiski**
- **Praktični vidiki psihosocialnega svetovanja** (Sibila Nidorfer, Andreja Verovšek, Vlasta Glavač, Alenka Petek, Katja Kastelic Mlakar, Helena Počtnik Okorn)

Ob 11. uri: strokovno vodene delavnice:

- **motivacijski intervju**
- **vodenje razbremenilnega pogovora**
- **kommunikacija in tehnike poslušanja**
- **vodenje samopomočnih skupin**



Foto: Helena Zevnik Rozman

- **mediacija itd.**

(Sibila Nidorfer, Andreja Verovšek, Alenka Petek, Katja Kastelic Mlakar, Franica Grmek, Lidija Kociper, Vlasta Glavač, Nika Kržišnik, Nina Stenko Primožič, Magdalena Strmšek Buh, Helena Zevnik Rozman ...)

Ob 13. uri: **Predstavitev primerov dobrih praks in programov psihosocialnega svetovanja in izobraževanja s področja svetovanja ter centrov za duševno zdravje.**

Ob 14. uri: zaključek seminarja s kosilom

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

Za lokacijo Strunjan bo del kapacitet rezerviranih za udeležence iz področja ŠK Koper, vas pa vseeno vabimo, da s prijavo ne čakate do zadnjih dni.

Prijavite se na Slovenski karitas:

- po telefonu: 01 300 59 60 ali

- preko elektronske pošte: 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). Prav tako sporočite posebnosti glede diet.



karitas 30+

KRIVICO VOLJNO TRPEDI

Helena Zevnik Rozman

6 Ko sem razmišljala, koga naj nagovorim, da napiše misel, kako živi duhovno delo usmiljenja: krivico voljno trpeti, kar nisem našla osebe, ki bi jo prepoznala, da voljno trpi krivico. Pa je ostalo na meni, da pripravim razmišljanje, kako lahko to delo usmiljenja živimo z vidika karitativnosti. In če odkrito priznam, mi misel o tem, da bi voljno trpela krivico, ni bila blizu. Kajti v današnjem času in v zahodni družbi že trpeti ni sprejemljivo ter bi se raje evtanazirali kot trpeli, če pa bi govorili še o tem, da celo voljno trpimo krivico, pa je to nekaj popolnoma nesprejemljivega. Moj sin bi se izrazil: »To ni pravično!«

Pred leti je koprski škof dr. Jurij Bizjak v rubriki Duhovnost pisal o tem delu usmiljenja in izpostavil odločitev apostola Petra, ki piše o Kristusu v svojem Prvem pismu: »Služabniki, bodite gospodarjem z vsem strahom poslušni, ne le dobrim in krotkim, ampak tudi osornim. Kajti to ugaja, če kdo zaradi misli na Boga prenaša bridkosti in trpi krivico. Kajti kakšna čast bi bila, če bi potrpele tepeni za greh? Toda če voljno prenesete, ko dobro delate, pa morate trpeti, to ugaja Bogu« (1 Pt 2,18–20).

Se vam je že kdaj zdelo, da se vam je zgodila krivica, ko ste delali dobro? Verjamem, da je marsikdo to kdaj doživel. Recimo, če pogledamo samo na področje oglaševanja ali medijske pozornosti delu Karitas, se nam včasih zdi, da se nam dogaja krivica, ker smo cerkvena organizacija in imamo v nekaterih medijih manj možnosti za oglaševanje, medtem ko je za druge več prostora. Pa bi lahko našli še kakšen primer, ko smo bili morda krivično izključeni, po krivici obtoženi, morda našega dela nihče ni opazil in podobno.

Lahko bi se zoper povzročeno krivico in za pravice borili na sodiščih ali protestirali na protestih, lahko pa v ponižnosti sprejmemo situacijo v misli na Boga in bomo lažje sprejeli krivico in trpljenje. Kajti če delamo dobro za druge in Boga, se bo nekoč zagotovo to dobro delo pokazalo svetu in javnosti, vrnilo v pomoči drugim oziroma bo naša vest mirna.

»K temu ste bili namreč poklicani, ker je tudi Kristus za vas trpel in vam zapustil zgled, da bi hodili po njegovih stopinjah. On ni storil greha in tudi zvijače ni bilo v njegovih ustih. Ko je bil zasramovan, ni sramotil, ko je trpel, ni pretil, temveč je prepuščal njemu, ki pravično sodi« (1 Pt 2,21–23). Z darom spoznanja in čutom v njem.

Škof Jurij Bizjak še pravi, da se dobrotelost urešničuje na mnogo različnih načinov, ki jih dobro po-

znamo in jih tudi zvesto izvajamo. Obstajajo pa tudi nekatere oblike dobrotelosti, ki jih skoraj ni zaznati ali pa jih sploh ni videti in jih zato komaj opredeljujemo in jemljemo kot dobrotelost. Kot takšna oblika dobrotelosti prav gotovo izstopa ravno nošenje bremena drugih in drugim, prenašanje križa drugih in za druge. Nad to resnico ni resnice, nad to pravičnostjo ni pravičnosti, nad to svetostjo ni svetosti (Žarek do brote, junij 2013).

»Mi delajmo dobro, ostalo se bo pa potem že pokazalo,« mi je ob ustanovitvi župnijske Karitas rekel gospod župnik, ko sem se v strahu spraševala, kako bomo delali, če nimamo sredstev. Pa velja tudi, da je potrebno voljno sprejeti vse, kar nam delo v Karitas prinaša, čeprav se nam včasih zdi nesprejemljivo, in izročati Njemu, ki je za nas trpel. Resnično deluje in je teža lažja, ko mu vse izročimo. In slej ko prej se najde rešitev.

Varujmo življenje

USTNO ZDRAVJE

Zbrala: Helena Zevnik Rozman

Ustno zdravje je neločljiv del splošnega zdravja in pomemben dejavnik kakovosti življenja.

Kaj je ustno zdravje?

Predstavlja stanje odsotnosti ustne in obrazne bolečine, rakastih obolenj ust in žrela, lezij ustne sluznice, razvojnih nepravilnosti, boleznih zobobnih tkiv, zobne gnilobe, izgube zob in drugih bolezni, ki omejujejo posameznikovo zmožnost grizenja, žvečenja, smeha, govora in psihosocialnega blagostanja.

Je neločljiva komponenta splošnega zdravja in pomembno vpliva na kvaliteto življenja. Ustno zdravje določajo številne determinante notranjega, naravnega in družbenega okolja. Pomembno vlogo imajo posameznikove pretekle izkušnje, pričakovanja, vrednote in tudi sposobnost prilagajanja okoliščinam. Največjo vlogo v njegovem ohranjanju in krepitvi pa ima seveda lastna skrb in odgovornost zanj.





»Pamet v roké – za usta in zobé«

Skoraj vsakdo se v življenju sreča s katero od boleznih ustne votline. Te so v svetu zelo razširjene. Karies predstavlja eno najbolj razširjenih kroničnih bolezni. Njegov nastanek je povezan s prisotnostjo bakterij v zobnih oblogah, ki razgradijo sladkorje iz hrane v kisline, te kisline pa raztapljajo zobno površino. Z vidika ustnega zdravja svetujemo izogibanje jedem, ki jim je dodan sladkor, prav tako pa je bolje uživati celo sadje, kot pa napitke iz stisnjene ali predelane sadja.

Druga, zelo pogosta bolezen v ustni votlini je parodontalna bolezen, ki je tudi povezana s prisotnostjo zobnih oblog. Bakterije v oblogah ob zobnem vratu povzročajo vnetje obzobnih tkiv. Vneta dlesen je zadebeljena, pordela in ob dotiku zakrvari. Bolezen postopno napreduje, prične se raztapljati kost in propadajo tkiva, ki zob pripenjajo v kost. Zobje se razmajajo, kar lahko vodi celo do izgube zob. Poleg neustrezne ustne higijene je z nastankom parodontalne bolezni povezano tudi kajenje. Kajenje je skupaj z uživanjem alkohola pomemben dejavnik tveganja tudi za nastanek raka ustnega predela. Dobro ustno zdravje pripomore k boljšemu splošnemu zdravju in podaljšuje življenje.

Nekatere sistemske bolezni se tako s svojimi znaki izrazijo v ustni votlini. Velja pa tudi obratno, da zdravje ustne votline, predvsem obzobnih tkiv, vpliva na druga bolezenska stanja in sistemske zdravje. Ta povezanost je najbolj raziskana na področju bolezni srca in ožilja, zapletov med nosečnostjo in nekaterih presnovnih motenj (npr. sladkorna bolezen).

Ključni dejavnik pri ohranjanju ustnega zdravja je primerna in zadostna ustna higiena, kar pomeni umivanje zob vsaj dvakrat dnevno z zobno pasto s fluoridi. Enako pomembno se je tudi redno udeleževati preventivnih pregledov pri zobozdravniku. Na preventivnem pregledu je namreč mogoče dovolj zgodaj odkriti morebitne bolezni in začeti pravočasno zdravljenje.

Vsaka zavarovana oseba ima pravico do izbire osebnega zobozdravnika.

Skrb za ustno zdravje je pomembna v vseh življenjskih obdobjih, tako med otroki, odraslimi in starostniki. Še posebno skrbni naj bodo kronični bolniki, saj lahko z redno ustno nego in rednimi zobozdravstvenimi pregledi prispevajo k zgodnjemu odkritju morebitnih ustnih bolezni in hkrati tudi k boljšemu obvladovanju njihove primarne kronične bolezni.

7

Koraki za ohranjanje in krepitev ustnega zdravja

- Zobe umivamo vsaj dvakrat dnevno.
- Uporabljamo mehko zobno ščetko, ki jo zamenjamo, ko je izrabljena.
- Zobna pasta naj vsebuje ustrezne koncentracije fluoridov, pozorni pa smo tudi na količino paste:
 - do 2. leta: 1000 ppm, za riževo zrno paste,
 - od 2. do 6. leta: 1.000 ppm, za grahovo zrno paste,
 - od 6. leta naprej: 1.450 ppm, 1–2 cm zobne paste.
- Po umivanju zob se izogibamo spiranju ustne votline.
- Otroku prične umivati zobe ob izrasti prvega mlečnega zoba.
- Otroku pri umivanju zob pomagamo in ga nadziramo najmanj do 6. leta.
- Odrasli uporabljamo tudi pripomočke za čiščenje medzobnih prostorov (zobno nitko in/ali medzobno ščetko).
- Skrbimo za primerno higieno protez, ki jih umivamo pod mlačno tekočo vodo, brez uporabe zobnih past.
- Pri umivanju protez odstranimo vse ostanke pritrjenih past.
- Izogibamo se vmesnim prigrizkom med obroki.
- Izogibamo se sladkarijam in sladkim pijačam.
- Po uživanju kisle hrane in pijače ščetkanje odložimo za 15–30 minut.
- Najmanj enkrat letno obiščemo zobozdravnika, tudi če nimamo težav.

Vir Nacionalni inštitut za javno zdravje

<https://nijz.si/zivljenjski-slog/ustno-zdravje/>

<https://nijz.si/obmocna-enota-novo-mesto/vsakodnevna-skrb-za-ustno-zdravje>

Hvaležni za možnost, da so se preselili v varnejši in prijaznejši košček sveta

Nina Kržišnik
Foto: Zdenka Sfiligoj

»Tako majhna, kot je Slovenija, če bi imela tisto, kar ima Venezuela (nafto, zlato, diamante), to bi bil najboljši kraj na svetu.«

S tem člankom začnemo serijo člankov na temo medkulturnosti, v katerih bomo predstavili zgodbe različnih ljudi in družine, ki so iz različnih razlogov svoje življenje preselili v Slovenijo. S tem vam želimo približati težave, s katerimi se ob tem soočajo, in najti kakšen namig, kako jim lahko situacijo olajšamo.

Danes vam bomo predstavili družino, ki živi v Cerkljah na Gorenjskem. Družina Tallabo Citerer Hernandez, ki jo sestavljajo mama Elizabeth, oče Rafael in trije sinovi: Samuel, Santiago in Sebastian, se je v Slovenijo preselila pred 16 meseci, bili so namreč repartirani iz Venezuele.

V Venezueli je v zadnjih letih zelo težko živeti. Težko je, če luč, zdravila, bencin, šolanje, avtobusi in drugi javni prevozi niso tako samoumevni, kot se zdijo nam, denar pa praktično nima vrednosti in si z njim pravzaprav ne moreš veliko kupiti.

Pravijo, da so tukaj zadovoljni, vseč so jim mir, varnost, urejenost ulic in to, da je tukaj varno, da otroci sami hodijo v šolo ali do trgovine in da zunanjo sedežno garnituro lahko pustiš zunaj kar čez noč, saj je nihče ne bo ukradel, kar v Venezueli ne bi bilo možno. Razmere za življenje v Sloveniji so veliko boljše, saj se je lažje preživljati, denar ima vrednost in v zameno zanj si lahko privoščiš marsikaj. Otroci pa so ob tem vprašanju najprej omenili sneg in smučanje, ki so se ga naučili po selitvi sem. »Tako majhna, kot je Slovenija, če bi imela tisto, kar ima Venezuela (nafto, zlato, diamante), to bi bil najboljši kraj na svetu,« je med pogovorom dodal gospod Vito, ki se je lani v Slovenijo vrnil po 62 letih življenja v Venezueli.

»Pravijo, da smo Slovenci na splošno precej bolj zadržani, mirni, tihi in resni, kakor so ljudje v Venezueli, tam so namreč objemi in poljubi pogostejši, ljudje pa bolj ekstrovertirani. Najmlajšemu sinu pa je vseč, kako zelo radi imamo točnost in da se vedno držimo dogovorjene ure – raje, kot da bi zamudili, se na pot odpravimo z nekaj minut rezerve.«

Veliko razliko opazijo tudi v glasbi, ki jo poslušamo, tišini, ki je pogosto prisotna v naših stanovanjih in na zabavah, ki so tišje in se končajo prej, kot so sami bili navajeni. Pravijo, da jim je zanimivo in tuje, kako se iz naših stanovanj pogosto ne sliši glasbe ali pogovora, nihče si ne poje. Mamini stari straši so bili Slovenci, tako da so jih slovenska kultura in običaji spremljali že od nekdaj. Na mizo je bilo večkrat postavljeno kislo zelje, za božič pa je vsako leto zadišalo po potici. Vsem je bila privzgojena tudi naša preprosta ljubezen do juh, ki sicer v Venezueli niso običajne, sploh pa ne tako pogoste, kot smo jih navajeni pri nas. Razliko so opazili tudi v tem, da Slovenci pripravljamo manj različnih jedi, večinoma naš tedenski jedilnik sestavljajo vedno iste jedi, v Venezueli pa je že zaradi velikosti države ogromno različnih receptov in jedi.

Ob njihovi selitvi se je kot največji problem pokazala komunikacijska ovira, saj noben član družine ne govori slovensko, angleško pa zna samo mama Elizabeth. V prvih 15 mesecih po prihodu naj bi jim država omogočila tečaj slovenščine in starša sta velike upe polagala vanj, saj sta si želela čim prej dobiti službo. Vendar do tečaja še vedno ni prišlo, zaradi česar je iskanje službe še dodatno oteženo, učenje slovenščine samo s poslušanjem in pogovorom pa še težje. Težko se je sporazumevati, če ne poznaš jezika, tako da so jim sicer povsem enostavne obveznosti, kot so obisk zdravnika ali upravne enote, govornice ure ali prijava na



Zavod za zaposlovanje veliko zahtevnejša naloga, kot so videti na prvi pogled, in jim povzročajo več težav, kot nam, govorcem slovenščine. To učenje prej povsem nepoznanega jezika je zahtevno tudi za otroke, ki obiskujejo slovenske šole, kar pomeni, da marsičesa žal ne razumejo, zaenkrat pa imajo premalo dodatne pomoči, ki bi jim to vsaj malo olajšala. Doslej so se udeležili tečaja slovenščine, ki ga ponuja Zavod za zaposlovanje, vključeni pa so tudi v jezikovno pomoč, ki jo prijazno organizira Družinski in mladinski center Cerklje na Gorenjskem.

Ko so prispeli, je bilo prvi dan najlažje, saj jim je bila Slovenija všeč, veseli so bili selitve. Že naslednji dan pa so se morali z vsem spoznati na novo, raziskati, kje imajo trgovino, bolnico, šolo, avtobus – in si ustvariti življenje tukaj na vseh nivojih. Potrebno se je bilo namreč vpisati v šolo in si najti službe, kar pa je zaradi neznanja jezika precej zahtevna naloga, saj si vsi delodajalci želijo slovensko govoreče delavce, ali pa je pogoj vsaj znanje angleščine. Ker so bili iz Venezuele reportirani, jih je država za 15 mesecev podpirala z mesečno denarno pomočjo in stanovanjem. Mama je izrazila močno željo po tem, da bi našla službo, ne samo zaradi olajšanja ekonomske situacije, temveč tudi iz želje po vključenosti in spoznavanju načina dela, kulture, učenja slovenščine in obkroženostjo z ljudmi. Oče Rafael se je hitro zaposlil kot varilec, saj ima veliko izkušenj s tega področja.

Pred prihodom jih je skrbelo, kako se bodo otroci družili z drugimi otroki, če ne razumejo slovensko, vendar so sosednji otroci že takoj na začetku pristopili, jih povabili na skupni nogomet ali vožnjo s kolesi in tako so se kljub jezikovnim oviram oblikovali odnosi med njimi. Zelo so hvaležni za te otroke, prav tako pa za vse sosede, ki so jih sprejeli zelo lepo, toplo, prijazno in so jim vedno pripravljene priskočiti na pomoč, kar jim v njihovi situaciji ogromno pomeni in daje občutek sprejetosti.

Svojo kulturo ohranjajo preko pripravljanja venezuelskih jedi in poslušanja glasbe, kadar priredijo zabavo jo naredijo v venezuelskem stilu; praznike, kot so materinski dan in dan očetov, praznujejo po venezuelskih datumih ali po naših in njihovih ter tako ustvarjajo neko svojo, novo kombinacijo.

Slovincem bi družina Tallabo Citerer Hernandez želela sporočiti, naj bomo hvaležni za ta lepi, mirni in varni košček zemlje, na kateri živimo, ter naj se zavedamo, da imamo srečo. In da se tega oni sami dobro zavedajo in da so hvaležni za možnost in priložnost, da so se preselili na varnejši in prijaznejši košček sveta.

Opomba:

Družina Tallabo Citerer Hernandez je vključena v program REPATICA, ki ga že več let izvaja Slovenska karitas v smislu celostne pomoči repatriiranim osebam iz Venezuele pri vključevanju v slovensko družbo.

karitas mladih

SPREMLJANJE UČNIH IZIDOV JE KLJUČ DO BOLJŠEGA UČENJA

Luka Oven

V prejšnji številki Žarka dobrote smo pisali o Evropski solidarnostni enoti in programu Erasmus+. Oba programa imata velik poudarek na spremljanju učnih izidov. Tudi če ne izvajamo projektov v sklopu omenjenih programov, pa nam lahko pri delu z mladimi koristi nekaj smernic.

Spremljanje učnih izidov je nepogrešljiv del učnega procesa, ki omogoča, da se učenje ne zaključi le pri pridobivanju informacij, ampak se tudi dejansko uporabi in ovrednoti. Namen spremljanja ni zgolj v preverjanju, kaj je bilo osvojeno, temveč v spodbujanju globljega razmisleka o tem, kaj posameznik zares zna in kako lahko to znanje nadgrajuje.

V neformalnem izobraževanju, še posebej v programih, kot sta Erasmus+ Mladi v akciji in Evropska solidarnostna enota, se spremljanje učnega procesa osredotoča na posameznika. Proces je oblikovan tako, da mlade spodbudi k refleksiji, kjer so mladi aktivni udeleženci in ne le pasivni prejemniki informacij. Gre za pristop, ki jim pomaga ozavestiti, kaj so se naučili, kako se pri tem počutijo ter kako pridobljena znanja in izkušnje vplivajo na njihovo nadaljnje življenje.

Zanimivo je, da spremljanje učnih izidov ni omejeno le na formalne ocene. V neformalnem okolju, kot je mladinsko delo, lahko mladim pomagamo z različnimi metodami, ki vključujejo refleksijo, vrstniško učenje in uporabo orodij, kot sta Youthpass ali Nefiks, ki omogočata beleženje pridobljenih kompetenc. Pomembno je, da mladi sami sodelujejo v procesu beleženja in vrednotenja, saj s tem pridobijo večje zavedanje o svojem napredku in osebnem razvoju.

Ko mladi ozavestijo svoje učenje, to ne prinese le boljših rezultatov, ampak tudi večje zadovoljstvo in motivacijo za nadaljnje učenje. Spremljanje učnih izidov torej ni le tehničen proces, ampak ključni element, ki omogoča rast in razvoj posameznika.

Vse to nas opominja, da je pomembno, kako pristopamo k učenju in spremljanju tega procesa. Prav z načrtnim in premišljenim spremljanjem učnih izidov lahko zagotovimo, da mladi pridobijo več kot le znanje – pridobijo orodja, ki jim pomagajo oblikovati boljše prihodnost. Zavod Movit je na to temo izdal tudi obširnejšo publikacijo Učenje+, ki o najdete na movit.si.



yung Caritas
MLADA KARITAS



5 OBLETNICA YC
V SLOVENIJI!

NACIONALNO SREČANJE PROSTOVOLJCEV MLADE KARITAS 2024

KJE: Samostan Adergas na Gorenjskem
KDAJ: sobota, 5. 10. 2024 – nedelja, 6. 10. 2024

PRIJAVA IN INFO:

YOUNG.CARITAS@KARITAS.SI

MLADI se predstavijo

Živjo, sem Betsabeja Rus, stara sem 18 let in prihajam iz Brezovice pri Ljubljani. Pri Mladi Karitas kot animatorka na letovanju Biseri delujem že tri leta, letos pa se je prvič moje prostovoljno delo razširilo tudi na tabor Kuhajmo skupaj. Izven Mlade Karitas pa delujem tudi na oratoriju na Brezovici, in sicer tudi že tri leta.

Hobiji: Čeprav zadnje čase ne berem veliko, še vedno najraje preberem dobro knjigo.

Najljubša hrana: Domače filane paprike izpod rok moje stare mame!

Najljubši kraj za izlet v Sloveniji: Vedno znova se rada vračam na obalo.

Najljubša pesem: Hitro se spreminjajo, vendar je trenutno Oh que sera - Willie Colon.

Najljubši kotichek, kjer se sprostiš: Ni ravno kotichek, vendar se najbolj sprostim v dobri družbi..



na obisku

ŽUPNIJSKA KARITAS LOVRENC NA POHORJU

Katica Vezjak

Lovrenc na Pohorju je kraj, za katerega domačini rečejo, da je najlepši. Seveda je to povsem razumljivo, saj je za vsakega človeka kraj bivanja najlepši kraj. Obdani z gozdovi, lepo naravo in čudovitim stvarstvom prebivamo tukaj ljudje, ki se še poznamo med seboj, ki se pozdravljamo, kakšno rečemo in si med seboj pomagamo. Naš kraj čuva zavetnik sveti Lovrenc, pomagajo pa mu še številni drugi priprošnjiki, ki »domujejo« v naših podružničnih cerkvah.

V kraju deluje Župnijska karitas. Delovanje te organizacije sega daleč nazaj in bi o tem znal kaj več povedati in zapisati naš nekdanji dušni pastir gospod Zvone Podvinski, ki se sedaj rad podpiše s »švedskim vagabundom«, saj svoje poslanstvo opravlja na Švedskem. V vseh letih delovanja, pod okriljem vseh duhovnikov, ki so se zvrstili pri nas, je organizacija Karitas opravljala naloge, ki so izhajale iz potrebe pomagati vsem tistim, ki so v kakršni koli stiski. Potrebe se skozi čas spreminjajo in tudi naše delovanje temu prilagodimo in ustrezno ukrepamo. Posebne preizkušnje in naloge smo dobivali in jih tudi reševali v bližnji preteklosti.



Danes delujemo kot vse ostale župnijske organizacije. Smo maloštevilna ekipa, a zato toliko bolj delovni, povezani, skrbni. Vsakomesečna pomoč v obliki hrane je naša stalnica, nudimo pa tudi druge oblike pomoči. Vsak prostovoljec/ka opravlja svoje delo in vem, da smo v kraju prepoznavni in zaupanja vredni. Naše delo so prepoznali tudi na občinski ravni in smo prejemniki občinskega priznanja. Z občino tudi vzorno sodelujemo.

Kadar krajane prosimo za sodelovanje in se jim nato tudi zahvalimo, rada rečem, da smo Karitas vsi Lovrenčani in Lovrenčake – in naj bo tokrat tudi zapisano tako. Karitas je v službi ljudi in naš namen je, da med vse prinašamo Ljubezem.



»DOBRO VEDNO RASTE NA PONIŽEN, SKRIT IN POGOSTO NEVIDEN NAČIN«

papež Frančišek

vir: Vatican News, prevod: p. Ivan Herceg DJ

In govóril je: »Kako naj ponazorimo Božje kraljestvo in s kakšno priliko naj ga predstavimo? Takšno je kot gorčično zrno, ki je takrat, ko se vseje v zemljo, manjše od vseh semen na zemlji. Ko pa je vsejano, raste in postane večje od vseh zelišč in naredi velike veje, tako da morejo ptice neba gnezdití v njegovi sencí.« (Mr 4,30–32)

Jezusov pozorni in prodorni pogled, ki opazuje resničnost ter preko majhnih vsakodnevnih podob odpira okna v skrivnost Boga in na človeško življenje, se navdihuje pri navadnem življenju.

Jezus je govoril tako, da ga je bilo lahko razumeti. Uporabljal je podobe iz resničnosti, iz vsakdanjega življenja. Tako nas uči, da tudi v vsakodnevnih stvareh, v tistih, ki se zdijo vedno enake in jih z raztresenostjo in težavo opravljamo, prebiva skrita Božja navzočnost in imajo nek pomen. Zato potrebujemo pozorne oči, da bomo zmogli iskati in najti Boga v vseh stvareh.

Jezus Božje kraljestvo, njegovo navzočnost v osrčju sveta, primerja z gorčičnim zrnem, torej najmanjšim drevesnim semenom, ki obstaja. Pa vendar: ko je vrženo v zemljo, začne rasti, tako da postane veliko drevo. Tako dela Bog. Včasih nam hrup sveta skupaj s tolikimi dejavnostmi, ki zapolnjujejo naše dneve, preprečuje, da bi se ustavili in opazovali, na kakšen način Gospod vodi zgodovino. Pa vendar je Bog na delu na način drobnega semena, ki tiho in počasi klije. In počasi, počasi postane bujno drevo, ki da življenje in počitek vsem. Lahko se zdi, da je tudi seme naših dobrih del nekaj neznatnega, pa vendar vse to, kar je dobro, pripada Bogu in torej ponižno in počasi obrodi sad. Dobro – to si dobro zapomnimo – vedno raste na ponižen, skrit in pogosto neviden način.

Dragi bratje in sestre, s to priliko nam Jezus želi vlti zaupanje. V številnih situacijah življenja se nam lahko zgodi, da nam zmanjka poguma, ker vidimo krhkost dobrega glede na navidezno moč zla. Lahko pa se tudi pustimo ohromiti nezaupanju, ko začnemo ugotavljati, da si prizadevamo, a rezultatov ni – in se zdi, da se stvari nikoli ne bodo spremenile. Jezus zahteva od nas nov pogled: tako na nas same kot na resničnost; zahteva od nas, da imamo odprte oči, ki znajo videti onkraj, še zlasti onkraj navideznega, da bi odkrili navzočnost Boga, ki s ponižno ljubeznijo vedno deluje na tleh našega življenja in zgodovine. In to naše zaupanje nam daje moč, da gremo vsak dan potrpežljivo naprej in sejemo dobro, ki bo obrodilo sad. Kako



zelo pomembna je ta drža, da bi lahko uspešno izšli iz družbenega malodušja. Potrebno je gojiti zaupanje, da smo v Božjih rokah, in si vsi istočasno prizadevati s potrpežljivostjo in stanovitnostjo za ponovno izgradnjo in ponoven začetek.

Tudi v Cerkvi lahko uspeva plevel nezaupanja, še posebej, ko gre za krizo vere ter za propad različnih projektov ter pobud. Vendar nikoli ne pozabimo, da rezultati setve niso odvisni od naših sposobnosti, ampak od Božjega delovanja. Na nas je, da z ljubeznijo, prizadevnostjo in potrpežljivostjo sejemo. Toda moč semena je božanska. Z Bogom je tudi na najbolj suhih tleh vedno upanje za nove kalčke.

Vprašajmo se:

- Kaj meni predstavljajo dobra dela?
- Kakšno majhno dobro delo sem danes opazil/a, ga morda pohvalil/a, se me je dotaknilo?
- Se spominjam osebe, ki je na ponižen in skrit način delovala dobro?
- Katerih dobrih del sem deležen sam/a?
- Katero dobro delo sem naredil/a?
- Kako lahko pripomorem k rasti upanja in dobrega v naši skupnosti z majhnimi dobrimi deli?

Sveta Marija, ponižna Gospodova služabnica, naj nas uči videti veličino Boga, ki deluje v malih stvareh in da bomo premagali skušnjavo malodušnosti in vsak dan zaupali Njemu.

Duhovnost za srečanje sodelavcev župnijske Karitas:

Preberite papežev nagovor in vsak zase razmislite o odgovoru na vprašanja, ki nam jih zastavlja in o tem, ali se zavedamo pomena in vztrajnega opravljanja malih dobrih del.

Podelite svoje razmišljanje in izkušnje o doživljanju malodušja in upanja v dobro.



ŽIVLJENJE LAHKO NAPOLNI LE LJUBEZEN

Helena Zevnik Rozman

»...Vsi ga imajo, samo jaz ne...«

Uganete, o čem teče beseda v dialogu?

Potrebujete namig? Gre za pogovor med sinom in mamom ...

Bo sedaj šlo?

O prenosnem, pametnem telefonu je bilo govora. Vsi otroci ga namreč že imajo, naš petošolec pa še ne. Pa tudi igrice ne igra na telefonu, čeprav jih menda vsi. In vsi imajo boljše, novejše hiše, vozijo se z e-skiroji, gredo v tujino na počitnice ... In še bi lahko naštevati, kaj vse imajo njegovi sošolci.

Kot mama sem včasih v hudi dilemi, do katere točke vztrajati pri omejevanju najsodobnejše tehnologije in najnovejših naprav pri otroku, da ne bo zaradi tega izključen ter da bo hkrati ohranil stik tudi z digitalnimi napravami in jih znal uporabljati za življenje. Dilema ostaja tudi, katere materialne dobrine so nujne za življenje in kaj je balast, ki ga ne potrebujemo, ampak nas v nakup premamijo reklame, svetleč ovoj, lepa fasada, podatek, da ima sošolec, sosed ...

V naši družbi je najpomembnejše, kaj imamo. Slovenci se še posebej radi primerjamo po hišah, fasadah, avtomobilih, vikendih na morju, višini plače, počitnicah v najbolj eksotičnih krajih sveta ... Tudi vsakodnevne novice so polne informacij o denarju, materialnih dobrinah, kriminalu, korupciji ... Radi se pripravimo zaradi meja, poti, dediščine in podobno. Vse polno je takih tožb na sodiščih. Še bolj žalostno je, da so zaradi tega sprte družine, kjer sorodniki leta in leta ne govorijo med seboj.

Papež Frančišek pravi: *»Materialne stvari ne zapolnijo življenja, nam sicer pomagajo iti naprej, ampak ne zapolnijo življenja. To lahko stori samo ljubezen«* (prim. Jn 6,35).

Materialne dobrine so potrebne za življenje in iz svojega karitativnega dela vemo, kako težko je tistim, ki so se znašli v stiski zaradi izgube služb, nezmožnosti za delo in so nujni stroški za življenje višji kot so dohodki. Če pogledamo preko meje v dežele, kjer je lakota, divjajo vojne, pa je to še očitnejše. Pa vendar vse to ni najpomembnejše. Kot pravi papež Frančišek, ne zapolnijo življenja, ne dajejo stoddostne sreče, ni duševnega miru. Tudi otroci s kupi igračkami morda ne doživijo take sreče kot otroci v Afriki z doma narejeno žogo.

Življenje zapolnijo le ljubezen, čas za drugega, lep odnos. Vse to so »stvari«, ki jih je težko meriti, se jih ne da zaviti v svetleč darilni papir ali dati za lepo fasado. Tudi v medijih ne predstavljajo nekih atraktivnih informacij, ki bi se brale tako kot afere. Kako bi namreč pisal o tem, da si z otrokom skupaj bral knjigo,

SPET DOMA

Tara Raišič, 9. razred, OŠ Šmarje Sap

mentorica: Barbara Struna Garvey

Prvonagrajeni literarni prispevek v natečaju »Vir veselja in povezanosti« v letošnji postni akciji 40 dni brez alkohola. Objavljamo nadaljevanje iz prejšnje številke.

»Vaša mama krvavi iz vranice v steni požiralnika, vranične vene požiralnika so nenormalne, povečane so vene v spodnjem delu požiralnika. Najpogosteje se pojavijo pri ljudeh, ki imajo resne bolezni jeter. Nastanejo, ko je normalen krvni tok do jeter oviran zaradi brazgotinskega tkiva. Njihova posledica je, da krvni obtok teče v manjše žile, ki niso namenjene za tok večjega volumna krvi. Pri vaši mami je to posledica odpovedi jeter zaradi ciroze. Temu pravimo alkoholna bolezen jeter, ki se je začela zaradi zlorabe alkohola. Odpoved jeter se kaže s pomanjkanjem apetita, slabim počutjem, bruhanjem, vročino, izgubo telesne teže in mišic, otekanjem trebuha, bolečino pod desnimi rebrom in zlatenico. Vzeli smo ji že kri in jo poslali v laboratorij. Da potrdim anamnezo, sem naročil še CT in ultrazvok trebuha ter biopsijo jeter. Do nadaljnjega jo bomo hospitalizirali, ko pa dobimo točne podatke o stanju, vam bom poročal o zdravljenju.«

Pretresena buljim vanj, dokler me ne pelje so mame. Sploh je ne prepoznam. Rumena, prepotena s suhimi ustnicami, na katerih ima še vedno posušeno kri. Jo objamem? Primem za roko? Kako ji lahko pomagam? Zagleda me in se mi nepričljivo nasmehne, kot bi me želela pomiriti. Nasmehnem se ji s solzami v očeh in jo objamem. Dali so jo na protibolečinska zdravila in prvič po očetovi smrti se spet pogovarja z mano.

»Nočem izgubiti še tebe mama.«

»Saj veš, da me ne boš, kajne?« reče po kratki tišini.

ustvarjal ali plezal po drevesih. Še bolj dolgočasna je informacija o tem, da si sedel pri umirajočem očetu, ga držal za roko in mu brisal pot s čela. **Ko se spominjamo dogodkov iz življenja, v njih ponavadi ni bleščečih daril, ampak so skupni trenutki, ki smo jih preživeli, kakšne igrive lumparije, ki smo jih užili, predvsem pa se spominjamo zadnjih dni, ki smo jih preživeli s človekom. Te se v polnosti zapišejo v spomin in iz njih živimo naprej.**

Mesec september je začetek šolskega in pastoralnega leta. Umirjenega počitniškega utripa bo konec. Starši bomo zopet tekali od ene aktivnosti do druge, vsi bodo od nas pričakovali, kje vse bomo sodelovali, kaj vse bomo naredili, ustvarili. **Pri vsem tem pa ne smemo pozabiti, da življenje lahko napolni le ljubezen. Naj nas ta misel spremlja na vseh naših poteh, da si bomo lahko vedno znali vzeti čas za odnos, človeka in Boga.**



»Rada te imam.«

»Jaz tudi tebe.«

Povedali so mi, da z mamom ne smem ostati preko noči, a da bodo imeli rezultate pripravljene zjutraj in da bi bilo dobro, če bom lahko prišla. To bom seveda naredila, zraven pa pripeljala Ano in Andreja. Zdi se mi pomembno, da vesta, kaj se dogaja, zato sem jima vse razložila, ko sem prišla domov. Ana je pritekla k meni, takoj ko je zaslišala avto na dovozu. Skupaj sta gledala film. Razložila sem jima, kaj je se je zgodilo.

»Anja ...«

»Ja?«

»Bo z mami vse dobro?« me je vprašala mala.

»Jutri bomo vse izvedeli.«

Nezaupljivo me pogleda, jaz pa ji vrnem nasmeh. V sebi se utapljam od skrbi in žalosti, a njej tega nikoli ne bi mogla priznati. Nihče od nas ni želel spati sam v svoji sobi, zato smo se stisnili na kavču in zaspali med gledanjem filma.

Zbudim se že ob petih, po zelo slabem spancu, da pripravim oblačila in hrano za bolnico. Izpred svojih oči ne vidim nič drugega kot včerajšnji dogodek, ki se predvaja kot film. Na poti v bolnico smo bili vsi povsem tiho. Takoj ko sta otroka zagledala mamom, sta jo odhite-la pozdravit. Tako so bili srečni, da sem pozabila na vse skrbi. Pridruživim se jim. Pogovarjali smo se umirjeno in nasmejano, prvič po očetovi smrti. Nismo mogli dolgo proslavljati, prišel je namreč zdravnik z novicami.

»Presaditev jeter je nujno potrebna, saj so jetera zaradi ciroze preveč brazgotinjena za pravilno delovanje. Dali vam bomo tudi B-vitamine, saj jih jetera do zdaj niso dobro skladiščila. Naleteli pa smo na problem. Jeter ne morete dobiti, če ne boste nehali piti, zato bo po presaditvi nujno potrebna rehabilitacija, pred tem pa nam morate to zagotoviti. Ko boste prenehali z uživanjem alkohola, vam bomo dali vitamin A, z njim pa bomo preprečili bodoče zaplete, kot je podhranje-

nost. Pomembno je omeniti, da je lahko jemanje vitamina A in alkohola skupaj smrtonosno.«

Gledam mamom, ki je prestrašena tako kot jaz. Najverjetneje se je na to informacijo že pripravila, vendar ne vem, če bo zmožna kar naenkrat prenehati piti. Alkohol je edina stvar, ki jo je peljala čez moževno smrt. Vendar bo potem bolje, prihajala bo domov, skrbela za nas, se družila in, upam, sprejela očetovo smrt. Seveda odločitev ni moja, ampak njena. Mama s solzami v očeh pogleda mene, nato zdravnika. Prikima mu.

»Ne morem si predstavljati, kaj bi bilo, če mi jetera ne bi odpovedala in bi se staro življenje moralo nadaljevati. Končno sem doma, samostojno pospravljam, kuham, skrbim zase in svoje zdravje. Počutim se kot stara jaz. Nikoli pa ne pozabim na svoje otroke, ki so bili moja edina svetla točka po moževi smrti in ko nisem imela ničesar drugega, zaradi česar bi živela. Posebej se moram zahvaliti svoji najstarejši hčerki, ki je z mano vse noči, ko ne morem misliti na nič drugega kakor pijačo. Dolgujem ji svoje življenje. Hvala za vso pomoč.«

Mama s temi besedami prejme svojo prvo letno nagrado opuščanja alkohola. Uspešno je prestala vsa zdravljenja in s pomočjo psihoterapije spet stopila zdrava v svet.

Doma je spet lepo. Mama spet skrbi za nas, Andrej zaključuje prvi letnik, Ana peti razred, jaz pa se vpisujem na medicinsko fakulteto – z mamom ob svoji strani. Pripravljena je, da priskoči na pomoč, kadar le lahko. Življenje je presenetilo, temo in napoved večne nesreče je presekala pomoč svetle skupnosti. Kdor pravi, da poti iz zasvojenosti ni, se moti. Obstaja, a je zanjo potrebna nepredstavljiva vzdržljivost in skromna hvaležnost. Doma je – in bo še naprej – spet lepo.

Konec



koper

KARITAS SODELUJE NA ŽUPNIJSKEM PRAZNOVANJU

Mirjana G. in Mira B.

V naši župniji je na god sv. Ane velik vaški praznik – po domače šagra. Lepo okrašena cerkev in vaški zvon navsezgodaj vabita vaščane in župljane sosednjih vasi k slovesni sv. maši.

Kljub vročini je prišlo veliko število ljudi od vsepovsod, med njimi tudi tisti, ki so bili rojeni v Krkavčah in sedaj živijo drugod. Radi se vračajo v svojo rojstno vas, obiščejo svojce in vsak se s svojo prošnjo obrača k sv. Ani, ki je zavetnica





mater in starih staršev. Verniki se k njej zatekajo in prosijo tudi za varstvo pred nevihto in revščino. Skupaj s svojim možem Joakimom sta zavetnika zakoncev in obrtnikov. Njuna slika krasi stranski oltar župnijske cerkve. Ob bogoslužju in v molitvi se jima priporočajo.

Osrednja slovesnost je sv. maša. Po sv. maši je procesija po vaških ulicah s kipom sv. Ane. Kip sv. Ane je v oblačilih iz 19. stoletja. Izdelan je bil v delavnici Val Gardena v Italiji.

Po končanem bogoslužju sledijo agape, pogovor med vaščani in sorodniki ter srečelov, ki ga pripravijo sodelavci Karitas za potrebe ožje in širše skupnosti.

Za pripravo praznovanja je bilo potrebno kar nekaj truda in prostovoljnega dela, zato je veselje ob udeležbi tako velikega števila ljudi toliko večje.

14

PRESENEČENJE ZA JUBILANTA

Pavla Brec

V četrtek, 8. avgusta 2024, smo se sodelavci in sodelavci Istrske območne Karitas zbrali pri sveti maši v cerkvi pri Svetem Antonu. Cerkev je posvečena sv. Antonu puščavniku in Karmelski Materi Božji.



Kot je bilo navedeno v povabilu, smo se želeli zahvaliti obema zavetnikoma, predvsem pa dobremu Bogu, za vse delo in sodelavce pri Karitas v preteklem pastoralnem letu. Spomnili smo se tudi nekaterih, ki so v tem času sklenili svoje zemeljsko popotovanje.

V kratkem nagovoru nam je župnik Jožko Pirc predstavil začetke Karitas, to je bilo že v Jezusovem času. Zbirali so se učenci v skupinah, prinašali dobrine in delili vsem, ki so kaj potrebovali. S tem so oznanjali evangelij in to poslanstvo Karitas dela vse do današnjih dni. Tako je živel tudi sv. Dominik Savio, katerega god smo praznovali prav ta dan.

Srečanje po sveti maši pa je bilo namenjeno tudi presenečenju, ki smo ga pripravili za dva sodelavca Karitas, ki sta praznovala visok življenjski jubilej – 80 let – in sta še vedno zelo dejavna. To je gospa Anita

Valič iz Portoroža, ki vodi tamkajšnji Center Karitas. Gospod Miloš Klinec je voditelj Župnijske karitas Sveti Anton, več let pa je vodil skladišče EU hrane v Svetem Antonu. Obema smo se zahvalili za vztrajnost in požrtvovalno delo ter jima podarili skromno darilo v spomin. Po sveti maši smo se še nekaj časa družili ob kozarcu soka in slaščicah, v prijetnem klepetu in zapetih nekaj pesmih.



Ljubljana

V KOKRI JE PLAZ ZASUL VEČ HIŠ

Alenka Petek

Slovenijo je 20. 7. 2024 proti večeru zajelo hudo neurje. Zelo so bili prizadeti prebivalci vasi Kokra v Občini Preddvor. Ponoči se je s Kalškega grebena zaradi intenzivnih padavin sprožila ogromna količina materiala, ki ga je struga potoka prinesla do Kokre in poškodovala več hiš. Prebivalci povedo, da so nekaj minut pred nesrečo slišali strašno bobnenje in pokaanje skal. Bilo je zelo strašljivo. Le malo kasneje pa so že bile zasute hiše ob strugi.

Neurje je poleg stanovanjskih objektov poško-





dovalo tudi infrastrukturo. Hiše so bile brez vode, elektrike in telekomunikacijske povezave. Ljudje so izgubili hiše, imeli so zasute domove, uničene avtomobile. Predvsem pa sta se je v njih naselila strah in nemoč pred močjo narave.

Nesreča je prizadela posameznike, družine, upokojence. Med njimi je bila tudi gospa, ki je imela težave s srcem, zato so jo odpeljali v bolnico. Kleti so bile polne vode, bivalni prostori zaliti in polni materiala, ki ga je prinesel plaz. Silovita moč vode, ki je pustošila po Kokri, je bila ogromnih razsežnosti.

Neurje je v kraju pustilo pravo opustošenje. Ne samo na objektih, ampak tudi v ljudeh samih. *Izguba hiše, hudo poškodovan dom ali samo uničenje lastnine, lahko predstavlja veliko stisko in žalost, strah in negotovost.*



Takoj po nesreči je Škofijska karitas Ljubljana na teren poslala obrazce za prvo pomoč družinam, ki so bile prizadete ob neurju. Župnijska karitas Preddvor je družinam razdelila obrazce in jih pomagala izpolniti. Konec julija, smo si nato skupaj z domačim župnikom g. Pavlom Okolišem in predstavniki Karitas ogledala posledice, ki jih je prizadejala ujma. Ob našem obisku so brneli stroji. Tovornjaki so odvažali material, ki ga je prinesel hudournik. Težko smo si predstavljali, s čim so se prebivalci spopadali in kaj vse so preživeli, ko jih je zajelo neurje.

Vsem trinajstim družinam, ki so bile ob nesreči prizadete, smo namenili 7.800 € prve pomoči, za najnujnejše potrebščine takoj po nesreči.

15

maribor

PRILOŽNOST ZA ZAHVALO

Darko Bračun

12. romanje sodelavcev in prostovoljcev Karitas mariborske nadškofije

Kakor že tradicionalno, vsak leto v petek po velikem šmarnu, smo se sodelavci in prostovoljci v mreži Karitas mariborske nadškofije podali na romarsko pot. Tokrat v Marijino svetišče v Puščavi in k sv. Lovrencu na Pohorje. Več kot 350 sodelavcev in prostovoljcev Karitas se je najprej pri romarski sv. maši z g. nadškofom, metropolitom Alojzijem, zahvalilo za dar služenja



dobremu Bogu s priprošnjo, da še naprej blagoslavlja prizadevanja, trud, čas in ljubezen, ki jo darujejo za širjenje dobrote in pomoči ljudem v stiski.

Vsakoletno romanje je priložnost za zahvalo vsem sodelavcem in prostovoljcem v mreži Karitas ter poglobitev naše vere in medsebojne povezanosti v duhu solidarnosti, sočutja ter izpolnjevanja največje zapovedi LJUBEZNI, poslanstva Karitas.



LJUBLJANA CERKNIŠKO JEZERO, EDEN NOTRANJSKIH BISEROV

Albina Krek

Letošnji poletni tabor slepih in slabovidnih Slovenije je potekal od 3. do 10. julija. Že drugič smo bivali v mladinskem hotelu Zavod ARS VIVA v vasi Podcerkev pri Starem trgu pri Ložu. Vseh nas je bilo 30. Program je bil vsebinsko bogat, od pogovorov, pričevanj, pohodov, spoznavanja prostora in ljudi ter svetnikov.

Dneve smo začeli s hvalnicami in s prošnjami za Božje varstvo. Sledila je jutranja telovadba. Tudi s sprehodi, daljšimi pohodi, s plavanjem v Bloškem jezeru in z vožnjo s tandemi smo se telesno zelo okrepili. Poseben podvig je bil za nas vzpon na 1.114 metrov visoko Slivnico, kjer so nam bili v veliko pomoč dodatni spremljevalci, vrli mladi sorodniki naše Mihaele, ki so nam zvečer popestrili še zabavni večer z igranjem in plesom. Pri družabnih glasbenih večerih se je z vsem srcem vključeval tudi naš Janko z melodiko.

Naš prvi gost v četrtek zvečer je bil novomeški diakon Matic Vidic. Srečanje se je začelo sproščeno s pesmijo, ker je s seboj prinesel kitaro. Kot navdušen hribolazec je z nami najprej podelil nekaj lepih vtisov obiska Triglava, kjer je bil nekaj dni prej. Potem nas je popeljal v otroška leta, ki so bila polna težkih preizkušenj. Že kot trinajstleten fantič je pomoč iskal pri Bogu v cerkvi. Vsega se je loteval na polno. Še zelo mlad je uspešno vodil nekaj podjetij in to delo po nenavadnih zapletih opustil. Več let je deloval v vojaški pastoralni in spoznal mnoge preizkušnje vojakov in njihovih družin, hkrati pa tudi osebno sprejel težka usposabljanja in včasih komaj preživel. Svoje poslanstvo sedaj vidi v delu posvečenega diakona novomeške škofije in v logoterapevtskem delu. Precej časa namenja tudi pastoralni Romov. Videli smo, da je zelo dobro



Ko se srečata dve prijateljici, ga. Katica Vezjak, voditeljica ZK Lovrenc na Pohorju, in ga. Terezija Lesjak, voditeljica ZK Limbuš.



V pogovoru z youngCaritas





spoznal ozadje pogosto nesprejemljivega ravnanja teh ljudi, a s svojim delom nadaljuje z vso potrpežljivostjo in sočutjem.

Alenka Veber nam je predstavila potovanje z mamo skozi labirint demence. Mama je umrla 25. marca lani. Alenka težko prenaša slabšalen prizvok in šale na račun demence. Mama je imela Alzheimerjevo vaskularno demenco. Počasi je ugašala, šla je v svoj svet in se izgubljala, ni več prepoznala bližnjih, ni več zmogla izdelovati čudovitih vezenin na juti, kar je bilo njeno priljubljeno opravilo. Zaradi skrbnega spremljanja ni pristala med pogrešanimi. Veliko število pogrešanih oseb je imelo diagnozo demenca. Po evropski klasifikaciji ima demenca štiri stopnje napredovanja. Če je oseba v fazi od tretje proti četrti stopnji, potrebuje stalni nadzor. Tudi pri mami se je dogajalo tako, kot piše v literaturi. Nekaj zadnjih mesecev življenja je mama preživela v varovalni enoti doma za starejše. Alenka je potek bolezni pri mami skrbno opazovala, si vse zapisovala, fotografirala in snemala. Vse gradivo, ki bo izšlo tudi v knjigah, bo pripomoglo k osveščanju ljudi o tej vse pogostejši bolezni in tudi k spremembi nepravilnega obnašanja do ljudi z demenco.

Naš Janez je predlagal temo za pogovor po skupinah in sicer o prijateljstvu: kaj pomeni prijateljstvo, ko-

liko imamo prijateljev, kakšna so naša pričakovanja do prijateljev in kaj mislimo, da oni pričakujejo od nas, kaj je treba storiti, da se prijateljstvo ohranja in razvija.

Naša Petrina nas je navdušila s svojo spretnostjo izdelave makramejev. Njena dolgoletna želja je bila, da bi nam pokazala, kako izdeluje makrameje. Pripravila je ves potrebni material in nam pomagala izdelati lične obešanke za cvetlice v posodi.

Prebrali smo knjigo ameriškega pisatelja Kenta Harufa "Najini duši ponoči", zanimivo pripoved o tem, kako si starejša vdova in vdovec istih let prizadevata najti način, da bi pregnala osamljenost v jeseni življenja.

En večer sta nam naši mladi spremljevalki Tinkara in Gaja ob kitari pobožali ušesa z melodijami, ki sta se jih naučili pri svoji glasbeni mentorici Nataši. Obenem sta nas naučili nekaj refrenov manj poznanih pesmi.

V nedeljo smo se pridružili domačinom pri sveti maši, na koncu pa nam je župnik Blaž predstavil še cerkev svetega Jurija in utrip župnije. Poleg dveh župnijskih cerkev v Starem trgu in Babnem polju ima župnija kar 24 podružnic. Vzdrževanje tolikšnega števila sakralnih objektov je možno samo z zelo dobrim sodelovanjem z lokalno skupnostjo. Župnija je živa, z velikim številom ministrantov, z različnimi zbori, molitvenimi in drugimi skupinami in z velikim zanimanjem otrok za oratorij, ki se je začel naslednji dan.

Ob vodstvu Alenke Veber smo se pred Cerkniškim jezerom ustavili v Dolenjem jezeru in obiskali Jezerski hram družine Kebe, ki se že več desetletij ukvarja z interpretacijo Cerkniškega jezera. Gospod Vekoslav in njegova žena Vanda ter vnukinja Brina so nam odlično predstavili muzej s filmom, predvsem pa maketo Cerkniškega jezera in muzej na prostem s pripovedjo o izdelavi jezerskega čolna, dolgega 12 metrov in z zvočno tablo, kjer smo lahko prisluhnili različnim pticam. Vnukinja se je napravila v podvodnega moža, imenovanega "Jezerko" in smo ga lahko potipali, pa tudi drsalke, ščuko, razna orodja in pripomočke. Nato smo se sprehodili do jezera. Letos julija je bil vodostaj jezera dokaj visok zaradi obilnih pomladanskih padavin. Alenka nam je opisala hribovje okrog jezera, pa raznobarvne močvirske rastline in mnoge ptice.





18

V Zelšah, v neverjetno akustični cerkvi sv. Volbenka, smo imeli v ponedeljek zvečer zelo lep glasbeni dogodek z gostjo Ljubo Jenče, ki obuja dediščino pripovedovanja pravljic za odrasle. Hkrati je tudi zbirateljica ljudskih pesmi, predvsem iz Cerknice in okolice. Našo bogato kulturno dediščino je ponesla po širnem svetu. Njen glas je čudovito napolnil svetišče, ko nam je zapela različne pesmi in se spremljala z unikatnimi glasbili, z donečim gongom, nežnimi kamenčki in s prijetnim zvokom uglasene kristalne sklede. Pri nekaterih pesmih je še nas pritegnila k sodelovanju.

Na prvi petek smo se odpeljali na Goro nad Sotražico, kjer ob Marijini cerkvi počiva Božja služabnica Magdalena Gornik. V cerkvi smo imeli sveto mašo, ki jo je za nas daroval gospod Anton Dobrovoljc in nam predstavil sveto in trpljenja polno življenje te žene.

Gospod Marko Čizman, direktor Škofijske Karitas Ljubljana pa nas je obiskal predzadnji dan. Ne bi mogli lepše zaključiti tabora, kot tako, da smo z njim obhajali sveto mašo za vse nas in tudi za rajne, ki so bili kdaj z nami na taboru.

Teden smo zaključili z zelo hvaležnim srcem Škofijski Karitas Ljubljana, ki omogoča naše taborne, pa organizatorjem zakoncema Primožu in Mihaeli Ogrin ter Janini, naši kuharici Marjetki za okusno pripravljene obroke in vsem našim vrlim spremljevalcem in prav vsem, ki smo se z njimi srečali in so nam polepšali in obogatili dneve.

NOVO MESTO LETOVANJE DRUŽIN IZ NOVOMEŠKE ŠKOFIJE 2024

Veronika Fabekovič

Med 8. in 12. julijem 2024 smo v Sončni hiši v Portorožu počitnikovale štiri družine iz območja novomeške škofije, od Brežic do Bele krajine.

Letovanje sta vodili Katja in Petra s Škofijske Karitas Novo mesto. Otroški dolgčas so pomagale preganjati štiri animatorke Tadeja, Lucija, Nadja in Laura. Za duhovno hrano sta poskrbela gospoda Štefan Hosta in Andrej Pažur. Gospod Andrej pa je imel še eno nalogo, in sicer je skupaj s kuharicama Jožico in Metko skrbel za okusne in obilne obroke.

Vsak dan smo začeli s sveto mašo, da smo se Bogu zahvalili za to lepo priložnost. Letovanje na morju ne bi bilo pravo brez vsakodnevnega kopanja in čas na plaži smo dodobra izkoristili. Najbolj vroče ure smo preživeli v senci, ob družabnih igrah in ustvarjalnih delavnicah. Tisti, ki jih je voda najbolj utrudila, so si lahko privoščili popoldanski počitek.

Večeri so bili namenjeni nam, družinam. Nekateri so se odpravili v mesto, na sprehod, kepico sladoleda



ali po spominek, drugi pa so ostali na terasi, kjer nas je razveseljeval tudi eden izmed mladih udeležencev s svojo harmoniko.

Da je bilo letovanje še bolj razgibano in zanimivo, smo se v sredo odpravili na izlet z ladjico od Izole. V vožnji smo uživali, opazovali ladje, valovi pa so nas tudi nekajkrat poškrpili po nogah.

Za otroke je bilo letovanje izvrsten uvod v poletne počitnice, za starše resničen odmor od vsakodnevnih skrbi, za organizacijsko ekipo pa še en uspešno izpeljan projekt. V imenu vseh udeležencev – iskrena hvala!



SLOVENSKA KARITAS POČITNICE BISEROV 2024

Helena Zevnik Rozman

Letošnje 'Počitnice Biserov' so bile jubilejne, že dvajsete po vrsti. In tudi letos posebne, zanimive, navdušujoče, s slovenskim navdihom spoznavanja naših pokrajin, z zanimivimi gosti, delavnicami, tematskimi dnevi, kopanjem, izletom z ladjo ...

Kaj je tisto, kar jih dela drugačne od ostalih letovanj, ki jih organizirajo različne humanitarne organizacije in društva?



To so prav gotovo naši mladi prostovoljci – animatorji, ki dajejo svoj prosti čas (lahko bi marsikje dobro zaslužili s študentskim delom), ideje, energijo, veliko dobre volje ...

Pa preko fotografij podoživimo letošnji utrip.



Na vožnji z ladjo proti Izoli smo vsi uživali.



Celo jadrali smo v piratovi šoli jadranja.



Kako dober je sladoled v Portorožu!



Na plaži v Izoli so v vročih dneh našli tudi prijetno senco.



Jutranja telovadba je bila na dvorišču pred župniščem.



Med zanimivimi gosti so bili tudi Jamarska reševalna služba' s svojimi reševalnimi psi.



Vsako jutri smo v igrici skupaj z babico in vnučko spoznavali kraje po Sloveniji in se tako seznanjali s pokrajinami in lepoto Slovenije.



Skupaj smo praznovali tudi rojstne dneve s posebnimi tortami.



Tudi učili smo se za življenje.



Med udeleženci smo odkrili veliko talentov, ki so se pomerili na tekmovanju 'Biser ima talent' plaži.

Ni lahko zmagati na tekmovanju iz talentov pri tako strogi komisiji.



In ko so nas obiskali predstavniki 'Šole eksperimentalne kemije Inštituta Jožefa Stefana', so se začele dogajati čudne stvari.



Nogomet smo igrali med senčniki in ležalniki na portoroški plaži.

SLOVENSKA HUMANITARNA POŠILJKA IN POMOČ LIBANONU, KI DOŽIVLJA KOMPLEKSNO HUMANITARNO KRIZO

Jana Lampe

Slovenska karitas je 14. avgusta 2024 v sodelovanju s podjetjem cargo-partner odposlala pošiljko materialne humanitarne pomoči neposredno v Libanon, ki ga pesti dlje trajajoča kompleksna humanitarna kriza, ki je posledica politično-gospodarske krize, covida, eksplozije v Beirutu, gostitve okoli 2 mio beguncev iz Sirije, vojne v Ukrajini in izraelsko-palestinskega konflikta, ki je prizadel tudi južni del Libanona.



V pošiljki s 24 paletami v vrednosti več kot 100.000 evrov je predvsem medicinski, sanitetni in zobozdravstveni material, začetno mleko za otroke, plenice za dojenčke in odrasle, higienski pripomočki za ženske in šolske potrebščine. V Libanon bo odposlana v sklopu širšega humanitarnega projekta »Opolnomočenje ranljivih žensk v Libanonu pred nasiljem zaradi spola«, ki poteka od 2023 do 2025 v partnerstvu s Caritas Libanon in ob sofinanciranju Ministrstva za zunanje in evropske zadeve RS v skupni vrednosti 309.252 EUR. Partnerji iz slovenskega zasebnega in javnega sektorja, ki prispevajo k projektu in pošiljki, so tudi Simps'S, Sanolabor, Zdravniška zbornica Slovenije skupaj z Državljeni sveta, Metropolitana, Družina in



Vsebina članka ne predstavlja uradnih stališč Ministrstva za zunanje in evropske zadeve ter Vlade RS.



Medis. Za pošiljko so prispevale materiale tudi škofijske in župnijske Karitas ter posamezniki. Ta skupna slovenska pošiljka pomoči bo vsaj malo omilila stiske najranljivejših prebivalcev Libanona, med katerimi jih danes zaradi krize več kot 70 % živi pod pragom revščine, brez zadostnih osnovnih dobrin, možnosti zdravljenja in šolanja. Caritas Libanon, ki letno pomaga okoli 500.000 ranljivim prebivalcem Libanona, se zelo veseli te pošiljke pomoči. Pomoč je namenjena zdravstvenim ustanovam ter ženskam, otrokom in starejšim v Libanonu. Še posebej bo dragocena medicinska pomoč in sanitetni material. Caritas Libanon ima namreč 10 zdravstvenih centrov in 8 mobilnih klinik, kjer skupaj s 130 zdravniki oskrbi 300 ljudi dnevno in 20.000 ljudi na leto. Pri pomoči so popolnoma odvisni od zunanjih donatorjev. »Boli nas, ko ljudje vsakodnevno prihajajo k nam in nas prosijo za plačilo operacij, ampak žal smo omejeni s sredstvi in ne moremo vsem pomagati. Najtežje je izbirati, komu boš pomagal in komu ne, še posebej težko je, kadar ne moremo pomagati bolnikom z rakom,« je **povedala dr. Jamale Rizkallah**, ki dela v zdravstvenem centru Caritas Libanon v Bejrutu. Vsa pomoč, ki bo prispela iz Slovenije v Libanon, bo tako zelo dragocena za prebivalce Libanona.

Z DELOM DO DOSTOJNEGA ŽIVLJENJA IN KUPIM KOZO

Jana Lampe

V program **Z delom do dostojnega življenja** so s pomočjo dobrote **814 rednih mesečnih darovalcev iz Slovenije** vključeni starši iz **350 revnih družin v Afriki, 21 družin v Albaniji ter 26 na Šrilanki**. Izbrane so vedno najranljivejše družine, kjer so otroci ves čas podhranjeni, invalidni ali ne hodijo v šolo, pa bi morali, kjer je mama ostala sama s številnimi otroki, kjer so brez lastne hiške in zemlje ter še druge stiske. Ti revni starši prej niso imeli možnosti za delo, razen v poljedelstvu na majhnem koščku zemlje, kjer pa je zaradi pogostih suš in poplav vse težje pridelati dovolj hrane. S pomočjo tega programa so na misijonih v Afriki (v Ruandi, Burundiju, Ugandi, Centralnoafriški republiki, Eritreji in na Madagaskarju) in Albaniji, kjer delujejo naši misijonarji in sestre domačinke, dobili priložnost za redno ali občasno delo in plačilo zanj, na Šrilanki pa kot subvencijo za zagon obrti.

V trinajstih letih je program rodil obilo lepega za te revne družine. V vključenih družinam se je z zaslužkom najprej zmanjšala podhranjenost. Otroci lahko hodijo v šolo, mnogi prej niso, ker starši niso imeli denarja za šolnino, potrebščine. Če imajo



Ruanda



Burundi

otroke s posebnimi potrebami, lahko plačajo stroške prevoza in šolanja. Tudi staršem na Šrilanki in v Albaniji veliko pomeni, da njihovi otroci sedaj lahko študirajo in bodo imeli svetlejšo prihodnost. Materam v Afriki se ni več potrebno sposojati loncev za kuhanje in motike od sosedov. Lahko so si kupili tudi čevlje, obleke in milo. Zelo so veseli in hvaležni, da lahko plačajo zdravstveno zavarovanje, kajti brez njega je zdravljenje zelo drago. Vključene družine imajo željo po napredovanju! Bolj smotrnno uporabljajo denar in ga tudi nekaj privarčujejo, s čimer kupijo kaj večjega za družino. Večini vključenih družin v Afriki smo **iz akcije Kupim kozo** kupili tudi kozo ali prašička. Z gnojenjem zemlje lahko pridelajo več hrane, podmladek prodajo na trgu in z zaslužkom tudi kupijo kaj za družino – in tako družina napreduje... V času svetovne krize, ko so cene hrane in drugih dobrin v Afriki zelo narasle, je ta vsestranska pomoč revnim družinam še bolj dragocena kot kdajkoli prej.



Burundi



Večletna podpora plačanemu delu je prinesla številne pozitivne učinke in dostojnejše življenje teh revnih družin, ne samo v materialnem, ampak tudi v socialnem smislu. Izboljšali so se odnosi v družini, med možem in ženo, ni več alkoholizma, pretepanja, prepiranja. V družinah je tako večje veselje, mir in edinost. So tudi bolj odgovorni. Pridobili so nove prijatelje, s katerimi si tudi medsebojno pomagajo pri obdelovanju polj ali v bolezni. Tudi v pogovoru ob mesečnih srečanjih skupaj iščejo rešitve za različne težave ... Niso več odrinjeni na rob družbe in osamljeni, imajo vrednost v kraju, kjer živijo, ljudje se z njimi pogovarjajo. Njihovi obrazi žarijo, ko razlagajo, kako so živeli prej in kako sedaj. Ker ženske prinašajo denar v družino, jih moške bolj cenijo. Mnogi med njimi bi zaradi revščine zapustili svoj kraj in odšli drugam iskat delo, tudi v druge države. Zaradi dela jim tega ni potrebno storiti. Sestram pomagajo odkrivati tudi druge revne družine, krepí se solidarnost med njimi. Sestre si prizadevajo za njihov celostni razvoj, tudi duhoven, tako da je bilo v preteklem letu tudi nekaj porok, otroci so prejeli zakramente. Tako je ta pomoč veliko več, kot smo si sploh lahko na začetku tega programa predstavljali. **Vse te družine se vedno zahvaljujejo vsem v Sloveniji, ki mislijo na njih in jim pomagajo.** Molijo za vse darovalce in jih nosijo v srcu, prav tako naši misijonarji. Tako smo vsi skupaj na poseben način povezani.

V trinajstih letih je bilo v program v Afriki vključenih skupaj okoli 1.000 revnih družin, saj jih po treh letih, ko se družine postavijo na noge, zamenjajo z drugimi revnimi družinami. Vendar pa teh družin, ki so zaključile, ne pustijo samih. Sestre jih še naprej spremljajo, potem začnejo tudi kot skupina kakšno skupno dejavnost, ki jim prinaša dohodek, kot najem in pridelovanje pridelkov, ki jih skupaj prodajajo ipd. Na Šrilanki je do sedaj preko programa že 230 družin s subvencijo začelo ali nadgradilo svojo obrt, da lažje

preživijo. Dvakrat smo s podporo za delo namenili tudi 300 ženskam v Pakistanu. Tudi v Albaniji je bilo preko projekta vključenih že vsaj 50 družin, nekateri delajo občasna dela na misijonu in nekaj ob tem zaslužijo.

K preživetju in dostojnejšemu življenju revnih v Afriki pa **veliko pripomore tudi podpora s plačilom dela 12 zdravstvenih in 16 pedagoških delavcev na misijonih v Afriki preko Z delom do dostojnega življenja**, ki znaša večinoma mesečno med 50 in 250 EUR.

Z vami bi želela podeliti nekaj pozitivnih zgodb vključenih družin, ki so se izkopale iz najhujše revščine, so samostojnejše in se jim je povrnilo dostojanstvo.

Marceline iz Burundija je revna vdova s petimi otroki. S plačo, ki jo sedaj prejema za delo pri sestrah, ji uspeva nahraniti, šolati in obleči otroke. Povrnilo se ji je dostojanstvo. Posebej je hvaležna, da njena najstarejša hči lahko nadaljuje z izobraženjem v srednji šoli. Nad vse dobrotnike kliče blagoslova!

Lidia iz Ugande sama skrbi za sedem otrok. Imajo

hišico iz blata, ne pa zemlje za obdelovanje. Štirje otroci še hodijo v šolo. Sedaj, ko dela pri sestrah in zasluži, ima dovolj hrane in otrokom lažje plača šolanje.

Lalani iz Šrilanke je mati treh otrok, vsi hodijo v šolo. Mož trpi za duševno boleznijo, zato mora žena poskrbeti za družino. S podporo iz Slovenije je lahko razširila obrt šivanja in odprla trgovino z oblačili.



Ruanda

»Tudi na Madagaskarju so se začele počitnice, razen za učence, ki se pripravljajo na maturo. Na naši šoli v Manambondro je letos prva generacija opravljala izpit ob koncu devetletke, lahko bi rekli – kot se rekli nekoč temu pri nas – „malo maturo“. Izpit je potekal po vsej državi prejšnji teden od ponedeljka do četrтка, in zdaj čakamo na rezultate. Prvi izpit šolarjev je sicer že po petem razredu in tam so naši učenci vedno uspešni. Tudi po vaši zaslugi, ker podpirate plačilo dela dveh učiteljic v akciji Z delom do dostojnega življenja. Hvala Slovenski karitas in vsem darovalcem!« pa je dejal misijonar Janez Mesec.



Šrilanka



»Pri nas **na misijonu v Albaniji** sprejemamo tudi žene, ki delajo občasno. To poletje se nam je pridružila Taibja, ki ima tri otroke, dve hčeri sta že poročeni. Živi z možem, ki ima malo pokojnine, sama pa pripravlja in peče bureke, da jih prodaja pred šolo za malico, da preživijo. Ker težko hodi, me je prosila za delo med počitnicami. Zaliva vrt in je prav vesela in hvaležna, da bo malo zaslužila,« pravi misijonarka **sestra Vida Gerkman**.

Vse to je možno le s srčno dobroto **darovalcev**, ki z mesečnim darom 6, 12, 24, 30, 50 ali več EUR podpirate ta program. Vemo, da ste med njimi tudi mnogi sodelavci Karitas. Hvala vam iz srca za vašo veliko solidarnost z ubogimi po svetu. Če bi se želeli priključiti tej akciji tudi vi, pa pišite na jana.lampe@karitas.si. HVALA iz srca vsem, ki s svojimi darovi in odpovedmi delate prave čudeže za revne družine v Afriki. Bog povrni!

NAGRADNA KRIŽANKA september

Simon Dvornik

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 17. 9. 2024 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.

	IGOR TORKAR	VREMENSKI POJAV	AMERIŠKA TEHNOLOŠ. MREŽA	PRODOR, PREBITEK		VAS V OBČINI TRŽIČ	GRAMOZ, USEDLINA	VIETNAMSKA JUHA	REBERCA ANGLEŠKO	SAMOSTANSKI PREDSTOJNIK	VARIJACIJA IMENA DOROTEJA	
INTERNETNI PROTOKOL ZA DOSTOP DO E-POŠTE					ZAŠČITA, ZATOČIŠČE		POVODNI KONJ					SLOVENSKI MODEL KOBILICA
PTICA, DIVJI PETELIN (IZ ČRK TTOAER)							JED NA ŽLICO POTRTOST, BREZUPJE					
	PTIČJA HIŠA JURIJ SEŠEK							VRSTA POHIŠTVA ROTACIJA				
JURE LESAR			JUNAK KNJIGE HOBIT DELAVEC V MLINU					AMERIŠKI RAPER		TOMAŽ ERŽEN ZORAN VUJOVIČ		
GESLO												
	IGRA S KARTAMI	LARA JUG BARVA			DEJAVNOST KI SE UKVARJA Z UREJANJEM PAVLE NEMEC							
PRAŠTEVILO			PETRA BOBNAR TIPKA NA TIPKOVNICI				ALEŠ ZAVEC			PLANET ZEMLJA	KIT UBIJALEC	STARODA. TEMPELI, SVETIŠČE
MAROŠKI BIOLOG REMMAL (IZ ČRK NDAAE)							NEKDANJI BOKSAR MIKE TLA					
NOG. KLUB IZ MADRIDA					LARA PLUT			NEKDA.FRANC. NOGO, PATRICE GREGOR RAVNIKAR				
ORIS, OPIS, PRIKAZ					LAHEKOTEN TEK				BIO, ECO			
KATJA ALEŠNIK						DOMEN RUS			TOVARNA AVTOMO. SARAJEVO			

Geslo julijske nagradne križanke: **VESELITE SE**

Nagrajenci: 1. nagrada: **Nadja Kolenc, Novo mesto**
2. nagrada: **Silvo Voršič, Cankova**
3. nagrada: **Ajda Razpotnik, Kresnice**

Nagrade: 1. nagrada: **knjiga**

2. nagrada: **majica Karitas**

3. nagrada: **jo-jo**



Na taboru slepih in slabovidnih Slovenije, ki je potekal v vasi Podcerkev pri Starem trgu pri Ložu, so spoznali veliko novih stvari in podarjenih jim je bilo obilo skupnih doživetij.



Velika in mala ladja, obe nas peljeta po morju. Na obeh zanimiva izkušnja. Otroci in animatorji so na Počitnicah biserov doživeli veliko morskih dogodivščin.



Sodelavci in prostovoljci Karitas mariborske nadškofije so se že dvanajstič podali na romarsko pot. Tokrat v Marijino svetišče v Puščavi in k sv. Lovrencu na Pohorje.



Veja Slovenskega karitana
Karitas 
 - ljubeča skrb Cerkev 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.

