

# žarek dobrote

2/XIII  
februar  
2015

glasilo slovenske karitas

25 Karitas   
let v službi človekovega dostojanstva



### TEMA MESECA

- 3 ••• Vabilo za postni čas
- 4 ••• 25 let v službi človekovega dostojanstva  
V SLUŽBI ČLOVEKOVEGA DOSTOJANSTVA
- 5 ••• Karitas v službi človekovega dostojanstva  
GRADIMO DRUŽINO
- 6 ••• V družini sem doma  
SOLIDARNOST MED NAMI
- 7 ••• Solidarnost med brati in sestrami v družini  
V LUČI STROKOVNOSTI
- 6 ••• Poti reševanja iz klopčiča nasilja nad starejšimi  
NA OBISKU
- 10 ••• Župnijska karitas Gorje se predstavi
- 11 ••• Prislunimo božjemu načrtu za človeštvo
- 12 ••• Deinstitutionalizacija: izza zidov nazaj v skupnost

### CELJE

- 13 ••• Božične zgodbe
- 14 ••• Dvanajst ur pred Hoferjem
- LJUBLJANA
- 15 ••• Pomen čustev v našem življenju
- 15 ••• Miklavževa dobrot
- MARIBOR
- 16 ••• Praznično vzdušje
- 17 ••• Božično kosilo v ljudski kuhinji Betlehem
- MURSKA SOBOTA
- 18 ••• Predpraznično Lazarjevo kosilo
- NOVO MESTO
- 17 ••• Problemi z zasvojenostjo danes
- 19 ••• Adventni venček

### NAPOVEDNIK

#### ŠKOFIJSKA KARITAS CELJE

- 2. 2. Praznovanje 8. obletnice ŠKC, sv. maša ob 10.00 v Vrbju
- 6. 2. Izobraževanje za sodelavce Karitas – Komunikacija s težavnimi uporabniki, Vrbje, 9.30
- 7. 2. Ženski zajtrk, Vrbje, ob 9.30, gostja Neža Maurer
- 10. 2. Računalniški tečaj za sodelavce Karitas – Praktična znanja za ŽK, Vrbje, ob 17.00
- 12. 2. Računalniški tečaj za sodelavce Karitas – Praktična znanja za ŽK, Vrbje, ob 9.30
- 14. 2. Romantična večerja za pare, Vrbje, ob 19.30
- 16. 2. KDŽ Medgeneracijska ženska skupina, Vrbje, ob 19.00
- 19. 2. Kateheza, Vrbje, ob 18.30
- 23. 2. Kuharski tečaj – Peka sončnice iz testa, Vrbje, ob 17.00

24. 2. Kuharski tečaj – Domače koline, Vrbje, ob 8.00

26. 2. Tečaj šivanja – Krajšanje oblačil in menjava zadrge, Vrbje, ob 17.00

V februarju pričnemo s tečajem **Osnove italijanskega jezika za začetnike**. Več informacij na št. 051 658 299.

Ob ponedeljkih popoldne (17.00) možnost **individualnega svetovanja** v Celju. Svetovanje vodi prof. Saraja Hribernik.

Ob petkih popoldne (16.00) **svetovanje žrtvam nasilja** v Vrbju. Svetovanje vodi ga. Zdenka Jan. Obvezen dogovor.

#### ŠKOFIJSKA KARITAS KOPER

- 6., 13., 20., 27. 2. Maša v Domu N. Gorica
- 7. 2. Razstava Umetniki za Karitas, Ajdovščina
- 7. 2. Maša v Domu Gradišče
- 9. 2. Srečanje Karitas vipavske dekanije in DK Idrija Cerkno
- 10. 2. Srečanje Tolminske OK
- 11. 2. Praznovanje dneva bolnikov Gažon, Ilirska Bistrica
- 12. in 26. 2. Maša v domu Podsabotin
- 13. do 27. 2. Počitniški program PNC, Ajdovščina
- 24. 2. Srečanje Goriške OK
- 7. 3. Občni zbor ŠK, Vipava

#### ŠKOFIJSKA KARITAS LJUBLJANA

- 12. 2. Četrtek izobraževalni večer: **Problemi z zasvojenostjo danes**, Alojzij Štefan, v Cerknici ob 19. uri
- 5. 2. Četrtek izobraževalni večer: **Razvoj možganov ni nikoli končan**, dr. Andreja Poljanec, v Ljubljani ob 17. uri
- 26. 2. Četrtek izobraževalni večer: **Razvoj možganov ni nikoli končan**, dr. Andreja Poljanec, na Brezjah ob 17. uri
- Od 13. do 20. 2. 2015 bo potekal **19. zimski tabor slepih Kostanjevica na Krki – Leničev dom 2015**

#### ŠKOFIJSKA KARITAS NOVO MESTO

- 3. 2. Komisija za materialno pomoč v Baragovem zavodu v Novem mestu
- 11. 2. Obisk škofa v Domu, Gabrje
- 19. 2. Četrtek izobraževalni večer v Baragovem zavodu ob 17. uri (dr. Andreja Poljanec – **Razvoj možganov ni nikoli končan**)
- 24. 2. Komisija za materialno pomoč v Baragovem zavodu v Novem mestu

• FOTO NASLOVNA STRAN Slavka Cekuta, ZADNJA STRAN Rok Mubi •



## tema meseca

# VABILO ZA POSTNI ČAS

Imre Jerebic

Post nas nagovarja k sočutju z ljudmi v hudih stiskah z različnimi možnostmi za odpoved, dobra dela in poglobitev našega odnosa z Bogom. Slovenska karitas je tudi za letos pripravila tri različna povabila, in sicer povabilo k preventivni akciji 40 dni brez alkohola, povabilo k dobrodelni akciji za pomoč JV Evropi ter povabilo k poglobitvi petkovega posta.

### Preventivna akcija 40 dni brez alkohola

V letošnjem postnem času že deseto leto zapored na Slovenski karitas vabimo vse ljudi dobre volje k postni spodbudi: 40 dni brez alkohola **v znamenje solidarnosti z vsemi, ki trpijo zaradi nasilja, bolezni in nesreč, ki so posledica prekomernega uživanja alkohola.**

Naše osebne postne odpovedi alkoholu se lahko udeležimo s 40-dnevno odpovedjo ali pa tudi z vsako odklonitvijo alkohola v tem času ali med letom. Za to se lahko odločimo tudi kot župnijska skupnost in na naših prireditvah, dogodkih ne strežemo alkohola. Zagotovo v tem času postanemo tudi bolj pozorni na stiske ljudi, ki trpijo zaradi prekomernega uživanja alkohola svojcev. V letošnjem letu akcija nosi naslov **»Moje in tvoje dostojanstvo?«**. Tokratna postna spodbuda se bo začela na pepelnično sredo, 18. februarja, in zaključila na velikonočno vigilijo, 4. aprila 2015.

Povabljeni ste tudi na romanje v dve romarski središči, ki bosta še posebej namenjeni za spodbudo vsem, ki sodelujejo v akciji 40 dni brez alkohola, in vsem, ki kakorkoli trpijo zaradi alkohola:

Brezje – v soboto, 21. februarja, s pričetkom ob 10.00 s sveto mašo celjskega škofa Stanislava Lipovška in nato predavanjem Jožeta Pavlakoviča ter predstavitev skupnosti TAU;

Sveta Gora – v nedeljo, 15. marca, ob 14.30 križev pot in nadaljevanje s sveto mašo ob 16.00.

### Dobrodela akcija Ne pozabimo

V postnem času bomo tudi letos nadaljevali z akcijo Ne pozabimo, ki je **namenjena pomoči ljudem v stiski v bližnjih balkanskih državah.** Pomoč poteka preko (Nad)Škofijskih karitas. V lanskem letu so bile organizirane večje pošiljke hrane, obleke, obutve, šolskih potrebščin, pralnih praškov in drugega materiala v BiH, Makedonijo in Srbijo. S prostovoljnim delom pri gradnji bivališč za družine v BiH vsako leto sodelujejo prostovoljci iz škofijskih

gimnazij. V Albaniji pa preko akcije podpiramo delo misijonark, ki pomagajo otrokom ter bolnim in invalidom. Kot vsako leto bo akcija potekala v sodelovanju s Tednikom Družina ter župnijami, ki bodo prejele zgibanke in plakate. Povabljeni smo, da kljub našim stiskam tudi letos ne pozabimo na brate in sestre v bližnjih državah, med katerimi mnogi še vedno čutijo hude posledice majskih katastrofalnih poplav.

### Poglobimo petkov post

V sodelovanju z žpk. mag. Ivanom Likarjem bomo tudi za letošnji postni čas **pripravili gradiva za oblikovanje bogoslužja in križev pot, s katerim želimo spodbuditi k človekovemu dostojanstvu.** Postni čas je najbogatejši čas Cerkve, in sicer zato, ker v postnem času kristjani po vsem svetu precej več molijo, pa tudi zato, ker se v tem času del materialnih dobrin dobesedno prelije k ljudem, ki so potrebni pomoči.

V postnem času želimo še posebej spodbuditi k poglobitvi petkovega posta s pobudo, da preživimo vsak petek v postu preprosto, solidarno in v bližini z Bogom. Odpovejmo se vsem nepotrebnim stvarim in dan preživimo resnično skromno, recimo le ob kruhu in vodi. Privarčevana sredstva lahko namenimo za ljudi v stiski v naši župniji, v Sloveniji ali po svetu. Ta dan se lahko odpovemo tudi drugemu razkošju, kot je gledanje televizije, brskanje po računalniku in telefonu ... in ta čas podarimo svojim bližnjim ali nekemu, ki potrebuje našo bližino. Vzemimo si čas tudi za molitev in obiščimo petkovo sv. mašo.

### Hrana za vse

V okviru globalne **kampanje Caritas Internationalis »Ena človeška družina, hrana za vse«**, ki jo podpira tudi papež Frančišek, si vse Caritas prizadevamo, da bi se do leta 2025 končala lakota na svetu. Caritas Internationalis nas ob tem spodbuja, da naredimo tudi kaj konkretnega za ljudi, ki živijo v pomanjkanju hrane v naši okolici. Zato v postnem času v okviru te kampanje **spodbujamo vse Župnijske karitas, da na Veliki četrtek ali ob blagoslovu velikonočnih jedi na Veliko soboto v vaši župniji pred cerkvijo organizirate zbiranje hrane za ljudi v stiski.** Da boste lažje nagovorili posameznike in družine, da bodo na dan, ki ga boste izbrali za to akcijo (četrtek ali sobota), prinesli »obrok hrane« za družine v stiski v smislu trajno zapakiranih živil (moka, olje, konzerve itd.), vam bomo skupaj z ostalimi gradivi za postni čas poslali tudi posebne plakate. Predlagamo, da v času zbiranja postavite v predverje cerkve veliko prazno škatlo ipd., kamor



ob prihodu dobrotniki lahko enostavno položijo hrano. Če pa v okviru vaše Župnijske karitas nimate tako velikih stisk, lahko vseeno zbirate hrano in jo podarite sosednji Župnijski karitas, kjer je morda več družin potrebnih pomoči.

Spoštovani sodelavci, vabimo vas, da se odločite vsaj za eno akcijo in jo aktivno izvajate skozi ves postni čas. Odpoved, molitev in dobra dela naj nas peljejo po poti Jezusovega trpljenja do jutranje zarje vstajenja. •

4

## 25 LET V SLUŽBI ČLOVEKOVEGA DOSTOJANSTVA

Imre Jerebic

**Ustanovitev Slovenske karitas 1. maja 1990 s strani pokrajinske škofovske konference je zares velik dar ubogim in za uboge v naši novi državi in obenem priložnost normalizacije tretje veje življenja v Cerkvi. Sodelavci Karitas smo bili izbrani za to veliko poslanstvo.**

Papež Frančišek nam pri tem prihaja naproti:

*On je tisti, ki izbira,*

*on je tisti, ki pošilja.*

*On je tisti, ki daje poslanstvo.*

*In zato je potrebna molitev.*

Prepričan sem, da v 25 letih življenja Karitas s preko 451 Župnijskih karitas in 9000 prostovoljcev, 3 socialnimi zavodi Karitas, 10 domovi Karitas za starejše, razvojno mednarodno pomočjo v državah bivše Jugoslavije in Afriki, zelo dobrim vsestranskim odzivom ob elementarnih nesrečah doma in po svetu ... opravičujemo svojo vlogo in nalogo kot ljubeči obraz Cerkve za ljudi v stiski in smo prepoznavni v naši družbi, v državah Afrike, BiH, Srbije, Albanije, Šrilanke, Darfurju, Haitiju, v sosednjih državah ali državah EU, s katerimi sodelujemo v različnih projektih.

**Hvala Bogu za to milost, da smo ŽIVA CERKEV DANES. Zaslužno praznujemo in se zahvaljujemo Bogu, da smo glas revnih v družbi in v službi njihovega človekovega dostojanstva.**

*Življenje nam ni dano zato,*

*da ga ljubosumno hranimo zase,*

*ampak nam je dano zato, da ga podarjamo.*

(papež Frančišek)

Spoštovani sodelavci Karitas! Z mnogimi smo že več kot dve desetletji na skupni poti služenja človeku v stiski, mnogi ste se pridružili nekoliko kasneje. Mnogi se nam pridružite ob raznih akcijah, ko s položnicami trkamo na vaša dobra srca. Vsi pa smo ena velika družina dobrih ljudi, ki skupaj gradi lepši in bolj človeški svet med nami, okoli nas in tudi v daljnih deželah.

*Cerkev je »zgodba ljubezni«.*

*Mi, ženske in moški Cerkve,*

*smo sredi te zgodbe.*

*Vsak izmed nas je član te verige ljubezni.*

(papež Frančišek)

Smo **v službi človeškega dostojanstva** skozi 25 let zgodovine ponovne možnosti delovanja Karitas v slovenski družbi in tako tudi prepoznavni. **Zato v veselju in s ponosom hvala in slava ter zahvala Njemu**, da smo njegovo orodje sedaj in tukaj. On nas je izbral, On nas je poslal, zato se bomo **vsakega 25. v prihajajočih mesecih s kratko molitvijo z našimi prosilci pomoči in sodelovanjem Župnijske karitas zahvaljevali** za naše poslanstvo ter prosili za ljudi v stiski in moč za delo.

*To je naša zaveza za izbranost.*

*To je naša obveza, da hočemo biti živa Cerkve.*

Svoje moči, svoje spodobnosti, svoje talente podarjamo ljudem v stiski in se tudi bogatimo z njihovo drugačnostjo. Naša samarijanska pot je težka, preizkušena. Trnje in cvetje se na njej zelo prepletata. Potrebujemo Božji blagoslov, Božje usmiljenje, da bi tudi v prihodnje zmogli vlogo usmiljenega Samarijana. Slovenska in škofijske karitas bodo v tem letu organizirale duhovne obnove z bivšim predsednikom in upokojenim mariborskim nadškofom msgr. dr. Marjanom Turnškom. Dogovorjeni so naslednji datumi: za ŠK Murska Sobota 24. 1., ŠK Koper 28. 3., ŠK Novo mesto 24. 10., NŠK MB 7. 11. in ŠK Celje 28. 11. 2015.

*To je naša zaveza za dar življenja.*

*To je naša obveza za ljubezen.*

Na poseben način smo srečali Kristusa v ubogih in ga na poseben način oznanjamo – po ubogih, in sam Kristus nam je to vlogo in nalogo zaupal. Gre za veliko zaupanje, ki naj se zrcali v naši zahvali in slavi Njemu. Kot pravi papež Frančišek: »Našo vero v Kristusa najbolj poglobljamo v evharistiji,« zato bomo imeli **zahvalne maše** po ŽK, ŠK, SK.

**Vljudno vabimo vse sodelavce Karitas 3. maja 2015 na Brezje k Mariji Pomagaj na zahvalno srečanje in sveto mašo s pričetkom srečanja ob 15. uri.**



To je naša zaveza za dar vere Vanj.  
To je naša obveza za živi kruh.

Več in bolj konkretno o praznovanju 25-letnice Karitas v Sloveniji pa v naslednji številki. •

### Molitev vsakega 25. v mesecu

Skupaj z Radiem Ognjišče bomo vsakega 25. v mesecu ob 12h molili za ljudi v stiski, konkretno za eno izmed perečih stisk današnje družbe. Poveljeni ste, da se takrat pridružite tej molitvi.

Poleg te molitve pa bo ena ŽK prevzela molitev in sveto mašo 25. v mesecu za ljudi v stiski in sodelavce Karitas po vsej Sloveniji. Ta molitev bo zahvala za vse, kar je bilo dobrega v teh 25 letih, in hkrati prošnja, da bi zmogli še naprej biti glas revnih in v službi človekovega dostojanstva. V nedeljo, 25. januarja, bo molitveno štafeto začela ŽK Preska. Za ostale mesece pa vas vabim, da se odločite za to in nam sporočite, kdaj bi bila vaša ŽK pripravljena prevzeti molitveno štafeto. Svojo odločitev lahko sporočite preko telefona 01 300 59 60 ali elektronske pošte: [helena.zevnik@karitas.si](mailto:helena.zevnik@karitas.si)

## v službi človekovega dostojanstva

## KARITAS V SLUŽBI ČLOVEKOVEGA DOSTOJANSTVA

Alojzij Štefan

Stavek, ki je naslov današnjega razmišljanja, je zapisan v novi izjavi o viziji in poslanstvu Karitas na Slovenskem za prihodnje štiriletno obdobje. V celoti se glasi:

**Karitas –**

**ljubeča skrb Cerkve za ljudi v stiski.**

**Glas revnih v družbi.**

**V službi človekovega dostojanstva.**

V petindvajsetih letih organiziranega delovanja v slovenski družbi je Karitas dosegla velik razvoj ne le v obsegu materialne pomoči, ampak predvsem v izgradnji svoje notranje **identitete**, ki se pri pomoči ubogim v duhu evangelija kaže kot **spoštovanje in zaščita temeljnega človekovega dostojanstva**, upoštevanje duhovnih dimenzij in spoštljiv, človeški pristop do ljudi v stiski. Zato je vizija dela na tem področju v prihodnosti:

**»Karitas je zagovornik dostojanstva vsakega človeka, posebno še revnih in ranjenih. Karitas**

**kot občestvo ustvarja dom za vse, s tem da v družbi sodeluje z drugimi ter z obveščanjem in ozaveščanjem gradi pravično (vzgojiteljica), sočutno in solidarno družbo ter si prizadeva za sočutje in spravo.«** (iz *Strateškega načrta Karitas – poglavje Družba*)

Seveda ne gre le za dostojanstvo na družbeni ravni (priznanje), ampak predvsem na osebni ravni, na ravni medčloveških odnosov vseh treh soudeleženi v karitativni dejavnosti (prejemniki pomoči, sodelavci in dobrotniki). To so odnosi spoštovanja dostojanstva, ki so prežeti z ljubeznijo v resnici, ki je Ljubezen sama. **Kajti le v odnosu (do sebe in drugih) se izrazi dostojanstvo in le iz odnosa do Stvarnika je res utemeljeno popolno spoštovanje človekovega dostojanstva.** (*Katekizem katoliške Cerkve*)

Karitas je eden poglobitnih izrazov pristnosti katoliške Cerkve v osrčju družbe in človeške zgodovine. **Vsaka krščanska skupnost je poklicana, da deli radost in upanje ter je v oporo vsem, ki so žalostni in trpijo.** Kristjani z vsemi dobrohotnimi ljudmi delimo eno upanje: upanje v svet miru, sprave, pravičnosti, solidarnosti in svobode za vse ljudi tega sveta (<http://www.karitas.si/o-karitas/>). Želja Karitas je, da se v Cerkvi in družbi, v skladu z evangelijem Jezusa Kristusa in naukom cerkvenega učiteljstva, stalno dvigujeta raven ozaveščenosti in prizadevanj, ki so prednostno usmerjena najprej k revnim. Iz njihovega zornega kota poskuša kljubovati krivičnim razmeram in si prizadeva za pozitivne spremembe. Kot cerkvena ustanova želi Karitas s svojim delovanjem usposobiti in spodbuditi tako samo Cerkev kot tudi župnijska občestva za sprejemanje polne odgovornosti za solidarnost v družbi in učinkovito pričevanje za krstno poklicanost v Božje otroštvo in bratsko povezanost. V Kristusu smo vsi ena družina, ki naj nikogar ne izključuje. Ne glede na vse trpljenje na svetu to upanje kliče k odgovornosti in h konkretnim dejanjem za vse trpeče, ki so naši bratje in sestre in jim zato moramo stati ob strani. Karitas po zgledu Jezusa Kristusa želi delovati med najbolj odrinjenimi, zapuščenimi, zavrženimi in trpečimi. Ob strani jim stoji z materialno, duhovno in duševno oporo in si prizadeva, da postanejo **dejavni soudeleženci, ki sami določajo svojo lastno pot k dostojanstvu in človečnosti** (Strateški načrt Karitas 2014–2018). Zato je takoj za evangelijem, ki je temeljno vodilo za veselo služenje in sočutno skrb, zapisana vrednota, ki smo jo poimenovali: **Človekova enkratnost in dostojanstvo.**

**Človekovo dostojanstvo** je neločljivo povezano s človekovimi pravicami, ki so utemeljene v zakonih. Celovito spoštovanje pravic zahteva priznanje, da ima vsakdo pravico do dostojnega življenja in



pravico do hrane, vode, osnovne zdravstvene oskrbe, izobraževanja in nastanitve (Katekizem katoliške Cerkve).

Sodelavci Karitas **pomagajo posamezniku**, družini oz. skupini **ne glede** na biološke, osebne, statusne, nacionalne, verske, ideološke, politične in druge razlike. **Vse osebe**, potrebne materialne, duhovne ali duševne pomoči, **sprejemajo, takšne kot so**, in se pri delu z njimi opirajo na pozitivne strani njihovega življenja.

**6** Sodelavci Karitas ob nudenju pomoči ljudem v stiski, medsebojnem sodelovanju ali ob sodelovanju s sodelavci drugih organizacij **varujejo dostojanstvo**, zasebnost, osebno, psihofizično in duhovno **celovitost in individualnost** posameznika ter upoštevajo njegovo kulturo in vrednote. (Strateški načrt 2014–2018 – načela in vrednote)

V analizi raziskave Karitas 2010 (Potočnik, V., in drugi) je zapisano:

»Če hočemo v karitativnem delovanju človeku zares pomagati, ga sprejeti z vsem, kar ima in česar nima, je treba **upoštevati** tako njegove **materialne, duševne in duhovne potrebe** kot tudi **iz tega izhajajoče stiske**. Treba je začutiti njegovo resničnost, se vanj vživeti. Z njim sočustvovati. Le tako smo mu lahko zares blizu. Raziskava je med drugim tudi pokazala, da **zaradi revščine skoraj polovica (42 %) prejemnikov pomoči Karitas stalno ali pogosto čuti žalost**, tretjina jih nosi v sebi **občutje krivičnosti družbe do njih**, 30 % jih čuti osamljenost, skoraj toliko tudi **ponižanje**, četrtnina pa močno jezo. Da življenje nima smisla, doživlja 16 % uporabnikov pomoči, skoraj toliko pa jih ima občutek, da niso nikomur potrebni oziroma **so odveč**.« •

## gradimo družino

### V DRUŽINI SEM DOMA

Mojca Kepic

Z družinami, s katerimi smo se srečali na okrogli mizi v Celju, smo govorili o različnih stiskah iz naših družin, poudarek pa smo dali vprašanju, kdo nam je pomagal, kako smo preživeli, kaj smo dobili od znancev, prijateljev, karitativnih sodelavcev, in bistveno, kako smo se ohranili kot družina. Izrečenih je bilo veliko nepozabnih besed, zapisali pa smo tisto najbolj bistveno. Več pa je ostalo v srcih poslušalcev.

**Strajnarjevi** so petčlanska družina. Pri prvi hčerki so po dveh dneh po rojstvu ugotovili, da Evelin bo leha za redko boleznijo, imenovano agenezija korpusa kalosuma (*corpus callosum agenesis*). Povezave

med levo in desno polovico njenih možganov zaradi manjkajočega kromosoma ne delujejo, zaradi česar se težko nauči celo najpreprostejših gibov, kot je dviganje glave. Prvi trenutki, ko so zdravniki potrdili diagnozo, so bili res težki. Materi je bila v oporo bližina moža. V veliko pomoč jim je bilo, da so za zdravje deklice mnogi prosili v molitvah. Tako se je pri treh letih naučila po napovedih zdravnikov za njeno diagnozo tako rekoč nemogočih veščin – tudi samostojnega sedenja!

V družini pa sta poleg Evelin še dva živahna otroka. Preizkušnjo doživljajo kot običajno življenje družine z majhnimi otroki. Oče poudarja, da je njihova preizkušnja predvsem ta, da živijo na 37 m<sup>2</sup>.

Kot blagoslov zakonca poudarjata, da sta imela moč sprejeti situacijo in da sta to milost prejela ter jo znala unovčiti. Pravita, da je to zanju bogata izkušnja, in ne preizkušnja. Veselje, nasmeh, upanje in optimizem pa je opaziti na obrazih vseh članov družine Strajnar.

**Zakonca Radej** sta starša treh deklet in sedmih vnukov. Prek leti sta se srečala z odvisnostjo hčerke, ki se je 10 let srečevala z drogo, preden je odšla v komuno. Starša sta hčer obiskovala v komuni in se udeleževala srečanj na Zavodu Pelikan Karitas. Oče je hvaležen, da je obiskoval srečanja, saj je tudi sam marsikaj spoznal. Od tega je že veliko let, a kot pravita: »*Odvisnost bo ostala del nas.*« In s to odvisnostjo je živela vsa družina. Mama se je ob spoznanju, da je hči odvisnica, pogosto spraševala, zakaj, in to vprašanje je bilo zanju najtežje.

Po prihodu iz komune pa ni bilo enostavno najti službe, ki bi si je hči želela. »*Vesela sem, da sedaj ima zaposlitev in lahko živi.*« Pri tem zakonca dodajata: »*Če družina krizo sprejme, ob tem zori, in tako je bilo tudi pri nas.*« Vsaka težava, če jo sprejme, človeka obogati. Tudi odnos zakoncev je zrastel v teh težavah. Odnos do vere se je kristaliziral in poglobil.

**Nataša Sorko in Mijo Levačič** se vsakodnevno srečujta z družinami in posamezniki, ki se soočajo z zasvojenostjo z alkoholom. Pri tem delu se jima zdi najpomembnejše, da ima posameznik s težavo od odvisnosti možnost, da se lahko obrne po pomoč, da se zaveda, da lahko spremeni le ta trenutek, s pogledom na prihodnost. Pomembno jih je okrepiti, da razmišljajo, da iz stiske lahko najdejo tudi lepe izkušnje in tudi sami zase ogromno pridobijo. Bistveno pa je, da se soočijo z nastalo problematiko. **Odvisnost** je bolezen in hud problem sodobnega časa, ki prizadene vse družinske člane, ne le tistega, ki zlorablja omamno snov, saj se družina prilagodi odvisnosti. Reševanja odvisnosti se je treba lotiti resno, z majhnimi koraki. Vesela sta za vsak majhen korak



posameznikov, ki jih vodita po tej poti. Vsi skupaj pa se veselijo za vsako rešeno družino.

Mijo je bivši odvisnik od alkohola. Od leta 1988 abstiniira. Oči te poti sta mu odprli njegova hči in bo-lezen. 13 let je obiskoval klub zdravljenih alkoholikov. Nato se je odločil za študij in postal laični terapevt. Leta 2001 sta z Natašo ustanovila društvo Žarek upanja, z namenom preventive pri otrocih. Na začetku društva je pomagala dr. Zdenka Čebašek Travnik.

Poudarjata, da pri zasvojenosti odnosi trpijo, in posledično je v družini veliko konfliktov. Pogosto se srečujemo z zasvojenostjo enega izmed zakoncev in ob prvem koraku je najprej treba priti do bistva, poslušati ter slišati drug drugega. Narediti prvi korak je zelo težko. Odločitev za abstinenco je edina prava pot v zdravo in osebno bogato življenje. Ob tem je zaželena podpora ožjih družinskih članov, saj ne-bogljani in negotovi osebnosti stojijo ob strani in so ji v neizmerno pomoč.

**Rok Metličar** je peti otrok in pravi blagoslov v družini. Pravi: *»Vsak duhovniški poklic zraste v družini, še zdaleč ne v idealnih družinah. Sam kot duhovnik zelo rad delam z dediščino, ki sem jo prejel v lastni družini, in zdi se mi, da je župnijsko življenje družina – in če je to dom, je pričevanje ter s tem pričevanje za družine. Na duhovniški poti sem živel v župnišču z župnikom in gospodinja. Takrat sem prejel tisto, kar mi je v pomoč pri mojem današnjem delu – delati z in za družine. 21 let vodim zakonsko skupino, kjer se človek srečuje z realnostjo – kaj vse življenje je. Tako tudi duhovnik omisli svoj celibat. Kot opora družini se mi zdi, da se najprej učim poslušati, in vedno znova slišati, kaj je bistveno. Največ se srečujem z družinami, ki so se srečale s smrtjo bližnjega. Pomembno je, da človek sliši, da v dom ne prideš kot župnik, ampak kot človek, ki pride zaradi Njega. Karitas je za Cerkev tisto okno družinam, ki oznanja vrednote in jih živi. V družini sem doma in vsak od prostovoljcev Karitas bi lahko predstavil delo, ki ga opravlja za družine. Vsi smo ena družina. Bogu hvala za vse prostovoljce Karitas, ki si vzamejo čas za ljudi v stiski, se zanje žrtvujejo, molijo ... Vsak izmed nas je orodje v Božjih rokah, zato ker je srce polno in se razdaja.«* •

## **solidarnost med nami**

### **SOLIDARNOST MED BRATI IN SESTRAMI V DRUŽINI**

Marija Štefan

V naši družini smo poleg mame in očeta tri sestre in trije bratje. Čeprav je starejša sestra že zasnovala svojo družino, smo še vedno zelo povezani. Našo

družinsko skupnost z največjim veseljem imenujem dom, kjer smo deležni bratske ljubezni, medsebojnega razumevanja, pomoči in sočutja. To so temelji solidarnosti, ki sta jih med nas postavila mami in ati s pomočjo dosledne krščanske vzgoje in življenja po veri. Vera je zame najmočnejši povezovalc vseh nas bratov in sester. Vsi aktivno sodelujemo v župniji, kar pomeni, da imamo podobne interese. Smo skavti,

starejši kot voditelji, mlajša pa kot udeleženca, vsi pojemo v cerkvenih zborih, starejši smo birmanski in oratorijski animatorji. Vse te dejavnosti nas na različne načine pripravijo do tega, da moramo biti med seboj solidarni: pomagamo si pri pripravi programov za tabore, pri izvedbi raznih delavnic, drug drugemu svetujemo, kako nekaj narediti še boljše, drugače, si med seboj delimo ideje, znanje itd. Vsi igramo tudi kak instrument, zato smo skupaj sestavili hišni bend. Igramo na oratoriju, pri mladinskih in skavtskih sv. mašah. Zelo lepo je, ko se skupaj zberemo na sicer redkih vajah, saj se vedno zabavamo, poje-mo in ustvarjamo. Dominik pripravi ozvočenje in vse ostale tehnične stvari (tudi note, priredbe) in takrat poleg samih sebe razveselimo še mami in atija, v okviru župnije pa tudi druge, saj nas vedno pohvalijo in povejo, da bi lahko večkrat zaigrali. Seveda pri teh skupnih projektih ne gre vedno vse gladko. Mnogo-krat trčimo ob ovire, kot so: pomanjkanje časa, nav-zkrižje urnikov in obveznosti, kratki roki za pripravo ter posledično improvizacija ... Takrat vedno prav pride potrpljenje, iskanje skupnih točk in rešitev, ne pa ovir, najbolj pa ljubezen in odgovornost do tega, kar počnemo. Izkušnja kaže, da smo včasih lažje so-lidarni navzven, do drugih (se žrtvujemo, potrpi-mo, tvegamo, se prilagodimo), manj pa, ko gre za čisto vsakdanje, domače stvari.

Vendar tudi doma najdemo čas za skupno druženje. Kdaj pa kdaj si ogledamo kak dober film, igramo družabne igre (Activity, Ligretto, Reaction, Remi, Jungle speed, Človek ne jezi se) ali pa se pogovar-jamo. Zelo pomembno se mi zdi, da se med seboj poslušamo, si lahko zaupamo kakšne skrbi, vesele dogodke, mnenja. Vsako leto se potrudimo in skupaj pripravimo darilo za obletnico poroke naših staršev.



Foto: arhiv družine Štefan



Za solidarnost potrebujemo pobudo, izziv. To ne more biti kar nekaj. Mora biti konkretno in takrat se že znamo odzvati. Solidarnost mora biti vzajemna, ker se sicer kdo naveliča biti vedno solidaren z drugim. Če je solidarnost res potrebna, za to ni nikoli problem. To čutiš, to ti pove notranji glas in stopiš nekemu naproti.

Včasih se je treba tudi dogovoriti, postaviti pravila in spoštovati dogovore. Solidarnost se hrani z bratsko ljubeznijo, sočutjem in veseljem, da nam je skupaj lepo. Če te želje in izkušnje nimaš, je težko biti solidaren, deliti z drugim, odstopiti od svojega ...

Starševska skrb in vzgoja za dobroto je prerasla v solidarno bratsko in sestrsko povezanost in sodelovanje. Brez tega bi človek težko vztrajal v držbi, da želiš in storiš drugemu, kar želiš sam zase. Veselje do solidarnosti se hrani z zadovoljstvom, ko pomagamo drugemu rešiti stisko ali problem, z njim sočustvujemo v trpljenju, ko nam nekaj uspe skupaj narediti, ko se imamo lepo, ko se zabavamo in smejimo.

Seveda ni vse samo zabava, je tudi žrtev in odpoved, a »brez muje se še čevelj ne obuje«, pravi pregovor. Mi pa želimo biti srečna družina, ki si deli dobro in vse drugo, ki si pomaga in gradi sožitje, ki se preprosto ima »fajn«. Čim večkrat in, če se da, vsi. •

## v luči strokovnosti

### POTI REŠEVANJA IZ KLOPČIČA NASILJA NAD STAREJŠIMI

Marija Milavec Kapun

Občutek sramu, krivde, nemoči in obupa so pogosti spremljevalci žrtev nasilja. Starejši do svojih bližnjih čutijo ljubezen in predanost in morda niti ne mislijo, da so deležni nasilja. Nekateri so prepričani, da so za nasilno vedenje lastnih otrok, sorodnikov ali negovalcev krivi sami. Tako tiho trpijo svojo usodo. Včasih želijo z molkom ohraniti svoj ugled v družbi ali pa zaščititi povzročitelja nasilja.

V institucijah so starejši v podrejenem položaju in se zavedajo, da bodo zaradi starosti in spremljajočih bolezni prav gotovo še kdaj potrebovali strokovno pomoč, zato ne storijo ničesar.

Nasilje pa ni vedno jasno vidno in razumljeno kot nasilje oziroma je okolica do nasilja nekritična zaradi kulturnih, družbenih in drugih razlogov.

Če ob stiku s starejšo osebo opazimo, da doživlja nasilje, z njo vzpostavimo dober odnos, v katerem bo lahko spregovorila o svojem doživljanju. Osebi pozorno **prisluhnemo** in jo podpremo v razmišljanju, da ni prav, kar se ji dogaja. Starejši osebi pomagamo, da naredi načrt nadaljnjih ukrepov za

razrešitev situacije. Smo v oporo, vsaj dokler ji ni nudena strokovna pomoč. Prisotnost pozitivno naravnane in dobrohotne osebe bo tudi kasneje starostniku v veliko spodbudo, da se upre nasilju.

Če pa starejša oseba ne želi ukrepati zoper nasilneža, tega ne storimo proti njeni volji. V tem primeru jo usmerimo v iskanje oseb v njeni okolici, ki jim zaupa, kot so sorodniki, prijatelji, sodelavci župnijske karitas ali župnik/duhovnik, da so ji v oporo v težkih trenutkih in se morda na njihovo spodbudo odloči za korak iz nasilnega kroga.

*Imel sem hude finančne težave, ker so mi sorodniki, moji najbližji, pobrali prav vse, tudi hišo. Zdaj nimam ničesar. To mi je bila največja življenjska šola. Nikomur ne zaupam več. Sem v domu in imam svoj mir. Soseba mi je prav svetovala, naj grem v dom.*

Ko je zaradi hudega nasilja resno ogroženo zdravje ali življenje starostnika oziroma ko je storjeno hudo kaznivo dejanje, to takoj javimo **policiji** ali tožilstvu in naredimo vse, da oseba ne doživlja nadaljnjega nasilja. Policijo lahko pokličemo na anonimni telefon Skupaj proti kriminalu (080 12 00), ki deluje 24 ur na dan, ali na Klic v sili 112 (reševalci, gasilci, policija), 113 (policija). Lahko pa naredimo e-prijavo.

Starostnik se lahko obrne na institucije in strokovnjake, ki so dolžni nadalje ukrepati in predvsem zaščititi osebo (Zakon o preprečevanju nasilja v družini, 2008). Strokovno osebje je dolžno ukrepati, ko izve za nasilno dejanje.

V zdravstvenih institucijah lahko najdemo sodelavnika v **osebnem zdravniku**, ki starostnika pozna, ve za njegovo zdravstveno stanje. Ko zdravnik izve za nasilje, je dolžan ukrepati, lahko tudi svetuje najbolj ustrezne institucije za pomoč. Poveže se tudi s **patronažno medicinsko sestro**, ki deluje na terenu, v domačem okolju starostnika. Ob poznavanju družinskih razmer in v sodelovanju z drugimi strokovnjaki sodeluje pri iskanju ustrezne rešitve.

Pri reševanju težav se strokovnjaki povežejo s **centrom za socialno delo**, ki žrtvi svetuje, pomaga in ji nudi umik v zatočišče. Izvajalce nasilja pa tudi usmerja v izobraževalne, psihosocialne in zdravstvene programe.

V Sloveniji imajo pri nujenju različnih oblik pomoči žrtvam nasilja pomembno vlogo različne **nevladne organizacije**. Veliko jih nudi pomoč ženskam in otrokom, ki veljajo za bolj ranljive. Njihove storitve so brezplačne, nekatere tudi anonimne. Ko se starostnik odloči za trnovo pot prijave kaznivega dejanja, pa mu nudijo tudi zagovornišvo in spremstvo skozi pravne mline.





Nekaj možnosti:

- **Društvo za nenasilno komunikacijo**, Linhartova cesta 13, Ljubljana, Vojkovo nabrežje 30a, Koper:
  - telefonsko svetovanje  
**v Ljubljani:** 01 434 48 22 (ponedeljek, torek, četrtek **10.00–15.00**) ter  
**v Kopru:** 05 639 31 70 in 031 546 098 (ponedeljek, sreda, petek **10.00–14.00**)
  - svetovanje **po pošti:** info@drustvo-dnk.si, dnk.koper@siol.net
  - individualno svetovanje
- **Društvo SOS telefon**  
za ženske in otroke – žrtve nasilja
  - telefonsko svetovanje: 080 11 55 (ponedeljek–petek: 12.00–22.00; sobota, nedelja, prazniki: 18.00–22.00)
  - osebni svetovalni pogovor in zagovorništvo po predhodnem kontaktu
  - skupina za samopomoč
  - umik v zatočišče
- **Zavod EMMA**, enota Ljubljana in Krško
  - krizni telefon: 080 21 33 (vsak dan 8.00–15.00 in 18.00–21.00)
  - svetovalna pomoč  
po e-pošti: zavod.emma@siol.net
  - individualno svetovanje, zagovorništvo, spremstvo na institucije
- **Klic v duševni stiski**
  - telefonsko svetovanje: 01 520 99 00 (vsako noč 19.00 –7.00)
- **Varuh človekovih pravic**
  - na telefonu: 080 15 30 nudijo pomoč in usmeritve, ko so izčrpane vse druge možnosti

Prav gotovo je smiselno najti pomoč in podporo za ukrepanje pri različnih organizacijah in društvih (društvo upokojencev, Župnijska karitas ipd.) **v lokalnem okolju**. Drugič pa je z namenom zaščite starostnika bolje poiskati stik z nekom v oddaljenem kraju.

Ko zaznamo nasilje v domu za starejše ali v zdravstveni ustanovi, ki ga izvaja obiskovalec ali zaposleni, se pogovorimo z odgovorno osebo, po potrebi pa poiščemo pomoč še v zunanjih institucijah. Pri tem moramo biti previdni pri ukrepanju, da se ne poslabšajo razmere za starostnika in se ga ne izpostavlja po nepotrebem.

*Mamo sem ob našem popoldanskem obisku že drugič našla v postelji, ker se je nobenemu od zaposlenih ni ljubilo obleči, sama pa se te dni malo slabše počuti. Govorila sem z vodjo nege in zdaj je bolje. Izgovarjajo se na pomanjkanje kadra. Ali sploh pomislijo, kaj je tistih nekaj minut za oblačenje v primerjavi s celim dnevom v postelji?*

Nasilje je nesprejemljivo, tudi nad starejšimi. S povečevanjem odvisnosti pri vsakdanjih opravilih se zmanjšuje njihova moč za samostojno ukrepanje. Ko smo v stiku z njimi, se učimo zaznati nasilje. Ob pripovedovanju njihovih doživljanj poskušajmo slišati tudi tisto, kar je povedano »med vrsticami«. Gradnja odnosov, iskren pogovor in vzajemno spoštovanje so ključ za preprečitev nastanka prepirov, stresa in preobremenjenosti ljudi v domačem okolju in posledično tudi nasilja.

O nasilju nad starejšimi se malo govori, čeprav je problematika vedno bolj pereča tudi zaradi slabšanja ekonomskih in družbenih razmer. Ko je bil 15. junij leta 2012 proglašen za **Svetovni dan zavedanja o zlorabah starejših, je bila podana dodatna spodbuda, da se o tem** pogovarjamo, in kjer je treba, prevzamemo pobudo za spremembo.

Ko je poteptano in ponižano človeško življenje, je naša človeška in krščanska dolžnost, da ukrepamo. Začnemo lahko z dobrim vzgledom, z druženjem s predstavniki mlajše generacije, da jim (ponovno) vlivamo spoštovanje do starejših in jim pomagati oblikovati prave vrednote.

#### Literatura:

- Kogoj, Aleš (2000). Zdravstveni delavci pri odkrivanju nasilja in zlorab. V: Nasilje, zloraba in starejši ljudje. Otočec: Gerontološko društvo Slovenije.
- Organizacija združenih narodov (2013). Dostopno na: <http://www.un.org/esa/socdev/documents/ageing/neglect-abuse-violence-older-women.pdf> (6. 1. 2015).
- Pentek, Marija (2000). Nasilje, zloraba in starejši ljudje. V: Nasilje, zloraba in starejši ljudje. Otočec: Gerontološko društvo Slovenije.
- Robinson, Lawrence, *Saisan, Joanna, Segal, Jeanne* (2014). Elder Abuse and Neglect. Dostopno na: <http://www.helpguide.org/articles/abuse/elder-abuse-and-neglect.htm#risk> (5. 1. 2015).
- Selič, Polona (2007). Kdo ima moč in zmožnost za ukrepanje, Vita, št. 61.
- Zakon o preprečevanju nasilja v družini (2008). Ur. l. RS 16/2008.

Marija Milavec Kapun je višja medicinska sestra in socialna pedagoginja z 19-letnimi izkušnjami. Več let je delala v patronažnem varstvu, v bolnišnici. Vodila je tudi center za oskrbo starejših. Zdaj izobražuje bodoče medicinske sestre in druge študente na področju starosti in staranja, delovanja za zdravo življenje in prostovoljstva. Povezuje se z različnimi nevladnimi organizacijami, ki skrbijo za blaginjo starejših.



## na obisku

# ŽUPNIJSKA KARITAS GORJE SE PREDSTAVI

Anica Ažman

V okviru Župnijske karitas v Gorjah deluje 16 prostovoljk, ki tako kot tudi po drugih ŽK pomagamo družinam in posameznikom v stiskah v naši župniji z materialno pomočjo, včasih pa tudi z nasveti. V naših krajih hvala Bogu ni toliko materialnih stisk, je pa veliko stisk v smislu odvisnosti. Sodelavke se vedno rade priključimo skupnim akcijam Karitas, kot je akcija 40 dni brez alkohola, Manjša sveča za sočloveka sreča, Dohodnina za ljudi v stiski ..., in tudi na ta način nekaj prispevamo za reševanje stisk v naši župniji. Posebno pozornost namenjamo tudi našim starejšim in osamljenim, ki jih vsako leto obiščemo v predvelikonočnem in predbožičnem času po vaseh na njihovih domovih ter v domu za starejše v Ra-

Nekatere delavnice so tudi medgeneracijske, npr. izdelava butaric za cvetno nedeljo. Pomemben del delavnic je tudi druženje otrok med seboj, še posebno ob družabnih igrah. V predbožičnem obdobju v letu 2014 smo izvedli tri različne ustvarjalne delavnice, ki vam jih želimo v tem prispevku malo podrobneje predstaviti. V oktobru smo z otroki barvali keramične cvetlične lončke za obdarovanje starejših in bolnih v Gorjah pred božično-novoletnimi prazniki. Pobarvali in poslikali smo 90 lončkov, v katere smo posejali božično žito, in jih ob obiskih podarili starejšim. Pred prvo adventno nedeljo smo skupaj z otroki in nekaj mamicami izdelovali adventne venčke. Bila nas je res velika družčina, preko 60 otrok in tudi nekaj mamic. Vsakdo si je lahko venček izdelal zase, za svoje stare starše, nekaj pa smo jih naredili še za ostale župljane in jim jih ponudili po nedeljski maši. Zbrani prostovoljni prispevki so vedno namenjeni družinam v stiski. V decembru smo v okviru delavnic izdelali tudi okraske in jaslice za okrasitev vaškega trga v Gorjah za prireditev, ki je tam potekala konec de-

10



Foto: Arhiv ŽK Gorje



dovljici, na binkoštno nedeljo pa po 10. maši zanje v župnišču organiziramo družabno srečanje z nastopom mladih ter kosilom. Ena izmed udeleženk je letos dejala: »Že dolgo se nisem imela tako lepo ...« Vsakemu udeležencu srečanja otroci pripnejo na obleko tudi lepe rožice, ki jih izdelajo sami v okviru delavnic Karitas, ki jih že nekaj let ob sobotah v župnišču organiziramo za otroke, običajno na dva meseca.

**Namen delavnic** je pogovarjati se z otroki o različnih tematikah, ki pogosto temeljijo na bibličnih zgodbah in so povezane s prazniki, kot so Velika noč, Binkošti in Božič. Ob tem želimo otroke vzgajati za vrednote, spodbuditi njihovo ustvarjalnost in občutek za solidarnost do soljudi, še posebej njihovih vrstnikov doma in po svetu, ki so v različnih stiskah.



cembra za lepšo pripravo vaščanov na praznike ... Zelo smo veseli, da izvedbo teh delavnic preko razpisa za preventivno delo z mladimi finančno podpira naša občina. Naš župnik Branko pa zelo rad poskrbi, da se otroci ob koncu delavnic tudi malo posladkajo. Sodelavke Karitas smo resnično vesele vse podpore in pomembne vloge župnika pri našem delu.



### **Kaj pa je tisto, kar nas sodelavke v naši Karitas med seboj povezuje, bogati ...?**

Prav gotovo so to naša srečanja enkrat mesečno, kjer se poleg molitve, pogovorov in načrtov o našem delu ter učenja drug od drugega tudi veliko nasmejemo. Vsaj enkrat letno imamo priložnost za skupne duhovne vaje in romanje, družijo nas tudi izobraževanja in seminarji, ki jih organizira Karitas. Predvsem pa nas bogati in povezuje skupno delo za dobro soljudi.

Misel ene izmed sodelavk: »Sama bi na prvo mesto postavila svoj občutek, da imam vse sodelavke rada. Rada kot ljudi. Pri najstarejših sodelavkah občudujem njihovo sposobnost, da še premorejo razmišljanje z 'zdravo kmečko pametjo' in v prvinskem duhu vere. Dobro delajo tako, kot one čutijo. Starejše sodelavke s srcem živijo Karitas v svojem 'teritorialnem območju' in zaznajo, kaj se godi sosedom. Njihova pomoč je zato vedno preprosta – od srca do srca. Prijateljska, osebna. Ni materialna, ker sprejemajo, da nekdo živi tako, drugi pa drugače. Da imajo nekateri več, drugi pa malo. Če začutijo, da bi bila koristna materialna pomoč, pa najprej pomislijo, kaj bi dale one, šele potem previdno vprašajo naprej. Vedno vprašajo tajnico za pomoč osebno, ker razpravljanje na sestankih večinoma doživljajo kot izdajo zaupanja, kot nevarnost za opravljanje in raznašanje novic po vasi. Ta njihov način je zame ideal Karitas, ki je na vasi še mogoč. Nekje v sebi čutim, da je to treba ohraniti, ker to ni socialna ustanova, ampak sobivanje v skupnosti. To je še prvinski občutek solidarnosti in sobivanja.« •



## **PRISLUHNI MO BOŽJEMU NAČRTU ZA ČLOVEŠTVO**

Papež Frančišek

Tema (Ne več sužnji, ampak bratje), ki sem jo izbral za poslanico ob praznovanju 48. svetovnega dneva miru, se navdihuje v Pismu apostola Pavla Filemonu, v katerem apostol prosi svojega sodelavca, naj sprejme svojega sužnja Onezima, ki je postal kristjan in zato po Pavlovem mnenju zasluži, da ga ima za brata. Tako piše apostol narodov: »morda je bil zato za kratek čas ločen od tebe, da bi ga spet pridobil za zmeraj, in sicer ne več kot sužnja, ampak kot brata, nadvse dragega ...« (Flm 1,15–16) Ko je Onezim postal kristjan, je postal Filemonov brat. Spreobrnjenje h Kristusu – začetek novega življenja Kristusovega učenca – je novo rojstvo (prim. 2 Kor 5,17; 1 Pt 1,3), ki obnavlja bratstvo kot osnovno vez družinskega in temelj družbenega življenja.

V Prvi Mojzesovi knjigi (prim. 1 Mz 1,27–28) bremo, da je Bog ustvaril človeka kot moža in ženo in ju blagoslovil, da bi rodila in se množila: iz Adama in Eve je naredil starša, ki sta, uresničujoč Božji blagoslov biti rodovitna in se množiti, ustvarila prvo bratstvo, bratstvo Kajna in Abela. Kajna in Abela sta brata, ker prihajata iz istega naročja in imata zato isti

izvor, naravo in dostojanstvo svojih staršev, ustvarjenih po Božji podobi in sličnosti.

Vendar bratstvo izraža mnogoterost različnosti med brati, čeprav so povezani po rojstvu in imajo isto naravo in enako dostojanstvo. Kakor bratje in sestre so vse osebe po naravi v odnosu z drugimi; od njih se razlikujejo, a imajo isti izvor, naravo in dostojanstvo. V moči tega je bratstvo osnova za mrežo temeljnih odnosov za izgradnjo od Boga ustvarjene človeške družine.

Žal je med v Prvi Mojzesovi knjigi opisanim stvarjenjem in prerojenem v Kristusu, ki naredi vernike brate in sestre »prvorojenega med mnogimi brati« (Rim 8,29), tudi negativna resničnost greha, ki večkrat prekine iz stvarjenja izhajajoče bratstvo ter nenehoma pači lepoto in vzvišenost tega, da smo bratje in sestre iste človeške družine. Kajna ne le, da ne more prenašati svojega brata Abela, ampak ga iz zavisti ubije in zagreši prvi bratomor. »Kajnov umor Abela tragično pričuje o njegovem korenitem zavračanju njune poklicanosti, da sta brata. Njuna zgodba (prim. 1 Mz 4,1–16) razkriva težko nalogo, h kateri so poklicani vsi ljudje, da živijo povezani in skrbijo drug za drugega.«

(iz Poslanice ob praznovanju 48. svetovnega dneva miru 1. januarja 2015: Ne več sužnji, ampak bratje, Založba Družina, Cerkevni dokumenti) •



## DEINSTITUCIONALIZACIJA: IZZA ZIDOV NAZAJ V SKUPNOST

Maja Žagar

Eden ključnih izzivov sodobne družbe in s tem tudi mreže Vključen.si je področje deinstitucionalizacije. Gre za gibanje, ki spodbuja opuščanje totalnosti ustanov in na njihovo mesto postavlja vire skupnosti. Izrazit primer le-te spremljamo na področju duševnega zdravja. Nekdaj zloglasni pristopi v psihiatričnih bolnišnicah se vse bolj umikajo bolj prožnim oblikam skrbi za ranljive člane naše skupnosti.

### »Duševna bolezen kot družbeno pomirjevalo?«

Tako se izzivalno sprašuje Tanja Lamovec, avtorica knjige **Ko rešitev postane problem in zdravilo postane strup**. Izkušnje iz prakse namreč še danes kažejo na to, da »oseba s težavami v duševnem zdravju ob vstopu v psihiatrično bolnišnico pogosto dobi etiketo 'psihiatričnega bolnika'. S to oznako se ji odvzame možnost odločanja, vpogleda v lastno kartoteko ter podporo v samostojnosti in individualnosti. 'Ko si noter, si njihov!«, povzame Imre Jerebic, generalni tajnik Slovenske karitas, ki se pri svojem delu srečuje tudi z uporabniki psihiatričnih storitev. »Težava je v tem, da se v obravnavo ne vključuje svojcev in drugih bližnjih. Človek ob odpustu iz psihiatrične bolnišnice ostane brez socialne mreže. Potrebni so tudi ustrezni programi, ki bi mu pomagali v najbolj ranljivi fazi odpusta iz bolnišnice, ko potrebuje spremljanje, da ponovno zaživi v skupnosti,« še opozori.

### Namesto v psihiatrično bolnišnico v ... razbremenilno družino?

Deinstitucionalizacija in z njo povezana skupnostna skrb za duševno zdravje pa izhajata iz potreb uporabnika. Njun namen je razvoj služb znotraj skupnosti, ki osebam s težavami v duševnem zdravju omogočajo bivanje v domačem okolju in ohranjanje

socialne mreže. Na voljo so številne stanovanjske skupine, dnevni centri, informativne pisarne ter druge oblike pomoči, kot je osebna asistenca, pomoč družini na domu, nadomestna družina, razbremenilna družina idr.

**Društvo Šent** deluje na področju duševnega zdravja že 22 let. Na njihova vrata letno potrka 1800 uporabnikov. **V. d. izvršna direktorica društva dr. Špela Zgonc** pove: »Pri svojem delu izhajamo iz potreb uporabnika. Skupaj z njim izdelamo individualni načrt, v katerem skušamo upoštevati njegove želje. V času bivanja v stanovanjski skupnosti delamo tako z uporabniki kot njihovimi svojci. Tako se razvijejo bolj zdravi odnosi, naučijo se samostojnosti in postanejo bolj neodvisni v odnosu do svojih staršev ob vrnitvi domov. Prav tako vse udeležene informiramo o sami bolezni, da se zmorejo z njo bolje spoprijeti.«

### Pomoč z umetnostjo: od prvega 'škljoca' do mednarodne razstave!

V enoti društva Šent v Kopru so v sklopu projekta Outart izvedli fotografsko usposabljanje. Fotograf in fotografinja, ki sta izvajala usposabljanje, sta pri eni od uporabnic opazila posebno nadarjenost za fotografijo. Njene fotografije so bile razstavljene na skupinskih fotografskih razstavah v Kopru, Ljubljani in Nemčiji.

### Deinstitucionalizacija stereotipov

Pri deinstitucionalizaciji gre torej za kompleksno reševanje problematike, ki vključuje tudi reševanje stanovanjske stiske, zagotavljanje plačanega dela, možnost izbire, možnost pristočasne, kulturne in športne ponudbe ter druge spodbude posamezniku, da znova postane polnovreden član skupnosti. In ne nazadnje, kot opozarja Vito Flaker, pionir deinstitucionalizacije pri nas, gre za razgradnjo stereotipov, za **ovrednotenje naših miselnih okvirov**, da bomo zmogli preseči sive zidove ločevanja med »nami« in »njimi«. •

## KAVARNA Z RAZGLEDOM

Dodatno usposabljanje za mlade zaposlene in prostovoljce v NVO.

Privošči si krepilno skodelico znanj izkušenih predavateljev!  
Razvij svojo karierno idejo od zrna do poživljajočega napitka!

Odločitev, ki vključuje! Aroma, ki ostane ...

IZKUŠENI  
PREDAVATELJI

MREŽENJE

SKUPNO  
RAZVIJANJE  
IDEJ



## koper

# BOŽIČNE ZGODBE

Jožica Ličen

**Kolikokrat smo si sodelavke Karitas rekly, da bomo v božičnem času opustile naše vsakodnevne aktivnosti in se posvetile same sebi, družini in Bogu. Besede so eno, dejanja pa drugo. Že mediji v tem času, morda tudi zato, ker se politična in gospodarska scena umiri, pritiskajo na nas in sprašujejo, kaj in kako bomo revnim v teh dneh pomagali. Moj odgovor je vedno enak: »Mi revnim pomagamo skozi vse leto, do sredine decembra smo hiteli deliti materialno pomoč, v času pred božičem obiskujemo ostarele in bolne ter prisluhnemo naključnim stiskam.«**

Toda načrti so eno, realnost pa čisto nekaj drugega. Že dolgo vemo, da so ljudje v tem času še bolj odprti za pomoč. Advent in božično sporočilo trka na srca, in če ne prej, si ljudje takrat želijo pomagati.

Da je »ljubezen iznajdljiva«, ni treba posebej govoriti. Z Radia Ognjišče so me poklicali in povedali, da jih je klicala gospa iz našega konca, ki bi rada bila »božiček za en dan«. Skupaj z možem in otroki bi pripravili paket za družino, ki ima malo denarja in veliko otrok. Hm, kaj ji boš rekel, da naj to naredi v januarju? Nemogoče. Nisem hotela vključiti družine iz našega okolja, ker bi jih neposredno srečanje z dobrotnico lahko prej užalilo kot razveselilo, zato sem poklicala sodelavko iz Istrske OK. Pavla je kot iz topa povedala za družino, kjer sta oče in mati brez dela, pred kratkim pa so dobili osmega otroka. Potem je vse potekalo brez mene, vendar sem na sveti večer po e-pošti dobila zahvalo darovalke, kjer je zapisala: »Naša družina je doživela najlepši božič, najini otroci pa najboljšo vzgojo.«

Največjo zgodbo pa mi je bilo dano doživeti na prireditvi **dijakov Škofijske gimnazije v Zavodu svetega Stanislava v Ljubljani**. Gospodu Celestini je Jana posredovala nekaj zgodb preizkušanih družin, ki sem jih zapisala za drugo priliko. Nagovorile so ga v taki meri, da je vprašal, če jih lahko uporabijo za vzpodbudo pri adventni akciji njihovih dijakov. Dva dni pred božičem me je povabil, da se jim pridružim v njihovi športni dvorani na prireditvi in rečem hvala za to, kar

so zbrali. Kaj naj bi odgovorila drugega, kot da pridem, čeprav je bilo treba prestaviti peko potic v drugi plan. Prireditev je bila veličastna, od pesmi do predstave, nagovora in tudi podelitve priznanj razredom za najlepše jaslice. Povedali so tudi, da so dijaki v adventnem času počeli različne stvari, od peke in prodaje piškotov do prireditev in kaj vem še kaj, in zbrali neverjetno veliko vsoto denarja, vsaj za moje pojme, saj sem vajena darov po 10, 20 morda celo 50 EUR. Res hvala lepa, spoštovani profesorji, hvala lepa, dragi mladi, zaradi vas se ne bojim, da bi karitativna vizija ljubezni do bližnjega ugasnila. Drugi del te zgodbe pa je bil še lepši. S sodelavko Hermino sva se odločili, da dan po sv. Štefanu povabimo te družine na čaj in povemo, kako nameravamo razdeliti zbrano. Lepo se je bilo skupaj usesti za mizo, ena mama je prinesla pecivo, druga doma narejeno čokolado; skratka, ob skupni mizi ni bilo čutiti, kdo je prejemnik in kdo darovalec. Sedaj pa



že veselo iz teh sredstev plačujemo položnice, ki jih sami ne bi zmogli.

So pa tudi manj prijazne zgodbe, ki se lahko končajo dobro le tako, da se vključi več ljudi. Tako je nekaj dni pred božičem prišel gospod. Njegovo pripoved bi lahko označila z »dolga zgodba«: v končni fazi je bil on in njegova **družina pred deložacijo**. Zalomilo se je, dolg se je kopičil in na koncu odločba. Za tako hude primere imam vedno v rezervi dobrega Gospoda (zaradi njegove velikodušnosti sem napisala veliko začetnico), čigar imena pa ne bom povedala, ker vem, da noče. Povedala sem mu zgodbo in ob njegovi reakciji so mi prišle pred oči Jezusove besede »dajte jim vi jesti«, kajti pomagal je, hitro in kolikor je mogel. S skupnimi močmi smo dolg poravnali in po novem letu je



prejemnik pomoči poklical in se zahvalil z besedami: »Kljub stiski smo doživeli najlepši božič.«

Še bi lahko pisala o zahvali družine, ki zaradi stroškov s težko boleznijo otroka ni zmogla pokriti položnic, pa o »našem« Dejanu, ki je za božič dobil nove čevlje, pa o gospe, ki ji je prav na božič zmanjkalo drv, in še in še. Vem, da boste rekli, da nisem povedala nič novega, da se s podobnimi zgodbami sodelavci Karitas srečujete na vsakem koraku. Prav je tako, saj za to tudi smo. Je pa res, da ob takih neformalnih srečanjih spoznaš, da je med nami veliko dobrote in ljubezni.

Sredi januarja je bilo finale. **Župnija Renče** že deset let zapored organizira dobrodelni božični koncert za določeno stisko. Tokrat so želeli pomagati družini, ki so jo **doletele poplave**. Božidara, voditeljica Dekanijske karitas Ilirska Bistrica, je s sodelavkami izbrala družino, ki jim je voda tekla skozi hišo in se zaradi različnih drugih problemov še dolgo ne bodo uspeli pobrati iz te stiske. Čudovito petje številnih nastopajočih in vzpodbudne besede župnika ter zgodba o potrebni družini so polno cerkev obiskovalcev nagradili za kulturni in duhovni užitek, darovalce pa, da so z veseljem darovali.

Po Sloveniji je bilo veliko božičnih zgodb, ki so s svojo umetniško interpretacijo nagovorile poslušalce in gledalce. **Karitative božične zgodbe** so drugačne, vendar najlepše takrat, ko nekdo trka, ti pa odpreš; pa še nekaj je, niso vezane le na konec decembra, tak božič lahko doživiš vsak dan. •

## DVANAJST UR PRED HOFERJEM

br. Gregor Rehar

Mesece nazaj smo se na sestanku Karitas vipavske dekanije odločali, ali naj sprejmemo ponudbo Hoferja in gremo tudi mi pred trgovski center prosit za brate in sestre v stiski. Ne le pripraviti košare, ki se sicer v trgovinah, kjer jih imamo, zelo dobro obnesejo in so jih domačini že navajeni, ampak prav stat pred trgovine in ... Omahujoče nas je spreobrnil zelo odločen poziv naše sodelavke, ki je dolga leta živela čez lužo in je očitno že veliko ur preživela tudi na takih akcijah. »Seveda, jaz se javim, tukaj se lahko dobi ogromno dobrin in naredi ogromno reklame za našo dejavnost! Pa zelo dobro je, če otroci sodelujejo zraven in kaj izdelujejo, rišejo ...« »Dobro, ona bo prevzela, pomagali bodo otroci iz Popoldneva na Cesti, robo bomo pa že prepeljali in popisali na Karitas,« je bila odločitev. A ta navdušena gospa ni mogla stati pred Hoferjem, ker je hudo zbolela. Tako sem namesto nje tam pristal sam z nekaj animatorkami iz PNC. V vseh teh akcijah smo veliko nabrali in se tudi veliko naučili drug od drugega, zaposlenih v Hoferju ter tudi od ljudi, ki so ali pa ne darovali v naše vozičke.

In tudi v decembru smo stali ... Ma, saj tam nismo stali zaradi nas, bili smo le del velike družine, ki si tudi v stiski pomaga. In tudi pri tej akciji nam je veliko ljudi pomagalo že pri sami izvedbi. Ko je bila recimo zaradi smrti v družini potrebna zamenjava, je takoj vskočil mladenič, ki je ravno prišel iz Ljubljane, ko smo bili po prvem vikendu v zagati glede prevoza, nam je drugi takoj pripeljal svoj kombi ... Naša nadebudna prihodnost je ponudila že pripravljen seznam dobrin, ki so jih darovalci po želji in zmožnosti nakupili v trgovini in jih potem odložili v vozičke, nekateri molče, drugi z nasmehom, tretji z opozorilom, da naj damo res tistim, ki to potrebujejo, četrtri »Tudi meni pomagate, a je dobro, da dam tudi sam tistim, ki imajo manj kot jaz!« Posebno zanimivi so bili otroci, ko so jih starši spodbujali, naj odložijo sladkarijo, ki je skorajda niso spustili iz zavetja svojih rok, v košaro za druge otroke v stiski, in jim ob tem tudi odgovorili na kopico vprašanj: »Tata, zakaj pa smo dali čokolešnik tistemu velikemu stricu v voziček?« (Ja, za čokolešnik sem pa prestar ☺) Naši mladi upi so večkrat poslušali tudi tegobe in politične spodbude, češ, naj gremo pred parlament in podobno. Čeprav jih je občasno tudi zeblo, so letake glasno in pogumno molili tudi svojim sošolcem, stricem, tetam, sosedom, učiteljem ... Prišla nas je posnet tudi Planet TV. Imeli smo res izredno dobre odnose z zaposlenimi trgovkami in poslovodkinjo go. Jasno na čelu, ki so nam pomagale na vsakem koraku!

Po dveh vikendih je naše skladišče po pridnem sortiranju sodelavk bogatejše za 700 kg hrane in 100 kg čistil ter higienskih pripomočkov. To smo nabrali v dvanajstih urah pred trgovino. Ne znamo, ne zmoremo pa izmeriti, kakšna je teža dobrote, pogovorov, nasmehov, ki so se ob tem porodili, in tudi bo (je) dala svoj sad. Tiste meritve opravljajo tam Gori, kjer bodo nekoč rekli: »Kar koli ste naredili kateremu izmed teh mojih najmanjših bratov, ste meni storili.« A če nas gospa ne bi spodbudila, bi si ukradli veliko in lepo izkušnjo! Škoda, kajne? •

## Ijubljana

### POMEN ČUSTEV V NAŠEM ŽIVLJENJU

Polona Miklič

#### Izobraževalno srečanje sodelavcev in prostovoljcev Škofijske in Župnijskih karitas

Tudi letos se je na izobraževanju v Antonovem domu na Viču, ki je potekalo 10. januarja, zbralo veliko prostovoljcev iz mnogih Župnijskih karitas. Več kot dvesto nas je bilo. Za uvod nas je ogrela Vokalna sku-



pina Borovničke z Iga: osem deklet in kitarist. Zapeli so venček slovenskih zimzelenih skladb in ustvarili prijetno vzdušje, kot nalašč za predavanje, ki je sledilo.

Letošnja predavateljica dr. Katarina Kompan Erzar je strokovnjakinja za področje zakonske in družinske terapije, predavateljica na Teološki fakulteti in strokovni vodja Frančiškanskega družinskega inštituta v Ljubljani. Njeno predavanje je imelo naslov **Zakaj se bojimo čustev?** Spregovorila je o pomenu čustev, kako se jih premalo zavedamo. Čustva vodijo naše življenje, so kot kompas, ne izbiramo jih sami. So stvar telesa, ne razuma. Čustvovanje usmerja naše telo in ga vodi do najustreznejših odzivov na dogajanje zunaj in zno-

in regulirati in gledati nanje pozitivno. Stik s sabo in poznavanje lastnih čustev je tudi temelj sočutja, ki je tako pomembno za naše delo.

Po predavanju smo druženje nadaljevali v šestih učilnicah. Razdelili smo se na manjše skupine, naloga vsake od skupin pa je bila napisati pesem. Vsak posameznik naj bi prispeval vsaj eno vrstico. Tema, o kateri smo pisali, so bila čustva. Za zaključek dne smo pesmi na odru tudi prebrali. Bili smo presenečeni, veseli, navdušeni. •

15

## MIKLAVŽEVA DOBROTA

Joži Roglič

### Miklavžev dan v cerkvi svetega Petra in Pavla v Zgorju

Pred cerkvijo se je zbralo mnogo otrok, od dojenčkov do mladincev, veroučenci ter otroci, ki prihajajo na Župnijsko karitas. Bili so vseh starosti, različnih veroizpovedi in skupina romskih otrok. Ob 16. uri jih je sprejel in v cerkev povabil župnik Jani Tušak. Z lepimi besedami jih je pozdravil in jih pripravil na srečanje z Miklavžem. Najprej so videli parklje, ki so bili zelo mirni, tako da se jih otroci niso bali. Otrok je bilo okrog 400, vsi so bili v spremstvu staršev.

Naši mladinci so pripravili zanimivo dramsko predstavo, ki je trajala 30 minut. Otroci so mirno spremljali dogajanje pred oltarjem. V predstavi je bilo veliko angelov. Nato je prišel Miklavž v spremstvu angelov in parkljev. Miklavž je pozdravil vse otroke in ostale v polni cerkvi. Po nagovoru jim je razdelil darila, nato pa je bil čas za osebni pogovor z Miklavžem in fotografiranje z župnikom in ostalimi nastopajočimi.

Po končanem druženju so vsi otroci s paketi veseli odšli iz cerkve. Na ploščadi pred Delavskim domom sta jih pričakala Miklavž in župan Matjaž Švagan, ki jih je pozdravil, jim zaželel vse dobro in rekel, da jih ima rad.

Vsi, ki smo pripravljali darila in opravili vse potrebno za miklavževanje, smo si zadali, da se po



traj nas. S pomočjo zavestne pozornosti na ta dejanja in občutja lahko bolje razumemo proces čustvovanja, poiščemo njegov pomen in namen ter se iz teh izkušenj učimo, razvijamo nove načine razmišljanja, se povezujemo s soljudmi, oblikujemo našo notranjo držo, naš odnos do okolice.

Blaga pozitivna čustva (veselje, hvaležnost, upanje, zabavnost, spoštovanje, ljubezen) so prisotna ves čas, ves čas so nam dostopna, zahtevajo pa zavestno pozornost, saj se ne vsiljujejo, medtem ko so negativna čustva avtomatična, intenzivna in nas preplavijo v trenutku. Ohranimo pozornost na pozitivna čustva in na njih gradimo odnose ter se ne izogibajmo in ne bežimo pred negativni čustvi, ki so zelo dragocena. Tako nas lahko na primer jeza, če jo znamo pravilno usmeriti, žene naprej k premagovanju ovir in doseganju ciljev, strah pred boleznijo pa nas žene k temu, da se zavarujemo, da poiščemo odgovore na vprašanja o našem stanju, sili nas v učenje novih stvari. Bodimo pozorni, razmislimo o njih, poskušajmo jih prepoznati



končani prireditvi dobimo na čaj in nato odidemo domov. A zgodilo se je drugače. Ob odhodu iz cerkve je župnika pred vrati župnišča čakal brezdomec iz sosednje župnije in sosednje občine. Brezdomec je nagovoril župnika, da potrebuje denar, hrano in prenočišče. Želel je, da ga nekdo odpelje v Bertoke. Župnik se je veliko časa pogovarjal z gospodom Prelcem, kako rešiti njegove težave. Želel je, da se skupaj pogovorimo o dokončni pomoči brezdomcu. Vsi smo čutili, da je Miklavžev večer in da udeležimo njegovo dobroto. Po daljšem pogovoru z brezdomcem smo poklicali direktorja Hotela Kum g. Jožeta Uleta, ki je sprejel brezdomca, mu dal večerjo, toplo sobo in zajtrk. Tako smo zaključili praznovanje in obdarovanje naših najdražjih otrok. Tudi druženja ob čaju nismo več potrebovali. Odšli smo vsak na svoj dom. •

## maribor

### PRAZNIČNO VZDUŠJE

Polona Šporin

V Domu sv. Lenarta skušamo vselej praznovati tako, da bi vzdušje čim bolj približali dogajanju v domačem družinskem okolju. V ta namen smo v adventnem času, ali če hočete, v veselem decembru praznično okrasili domske prostore, spekli pecivo in tudi potico, se igrali tombolo in prisluhnili različnim nastopajočim glasbenikom. A najprej nas je ob svojem času obiskal sv. Miklavž in nas razveselil z dobro voljo in darili. Tekom meseca so za nas s svojim nastopom dobro poskrbeli pevci s Teznega, iz Svete Trojice, Maribora ter pevke ljudskih pesmi iz Male Nedelje. Na božičnem koncertu so nam prepevali pevci MPZ pri KUD Tonček Breznar iz Korene in pevke ljudskih pesmi pri DU Lenart. Med koncertom so nam slovenskogoriški skavti izročili lučko miru iz Betlehema in nas nagovorili s poslanico.

### OBČNI ZBORI/PLENUMI PO ŠKOFIJSKIH KARITAS

- 7. 3. **Nadškofijska karitas Maribor**, začetek s sv. mašo v stolnici sv. Janeza Krstnika v Mariboru, nadaljevanje v Slomškovi dvorani
- 7. 3. **Škofijska karitas Novo mesto**, začetek s sv. mašo v župnijski cerkvi sv. Mihaela ob 9.00, nadaljevanje v Baragovem zavodu
- 7. 3. **Škofijska karitas Koper**, začetek s sv. mašo v župnijski cerkvi v Vipavi ob 9.00, nadaljevanje v Škofijski gimnaziji Vipava
- 14. 3. **Škofijska karitas Murska Sobota**, začetek s sv. mašo v župnijski cerkvi v Veržeju ob 9.00, nadaljevanje v Marijanišču
- 14. 3. **Škofijska karitas Ljubljana**, začetek s sv. mašo v stolnici sv. Nikolaja ob 9.00, nadaljevanje na Teološki fakulteti v Ljubljani
- 20. 3. **Škofijska karitas Celje**, začetek s križevim potom v cerkvi sv. Jožefa v Celju, nadaljevanje s plenumom v Domu Sv. Jožefa

Vsako leto nas v tem času obiščejo tudi učenci in učitelji iz OŠ Lenart ter otroci in vzgojiteljice iz enote vrtec Lenart in nas razveselijo z glasbo in plesom. Z učenci iz OŠ Lenart in člani DU Lenart smo se družili še ob igranju družabnih iger. Ogledali smo si tudi lutkovno predstavo.

Slovesno smo preživeli tudi sveti večer. Ob 16h smo se v domski kapeli zbrali pri polnočnici, ki jo je daroval upokojeni nadškof g. Franc Kramberger. Pri sveti maši je prepeval dom-



*V družini se začutim zares doma, ko smo vsi zbrani pri mizi, pri molitvi, da se začutimo, povezani s svojimi dragimi: možem, otroki, vnuki z zahvalo za hrano.*





ski pevski zbor. Ob 18h smo blagoslovili hišo. Že en dan prej smo postavili jaslice v avli doma in na varovanem oddelku. Jaslice, postavljene v kapeli, so ročno delo Antonije Pavalec, stanovalčeve hčere. Tega dne je domska kapela zasijala tudi z novim oltarnim prtom, ki ga je prav za to slovesnost izvezla stanovalka Agata Požar. Izdelali smo še jaslice, s katerimi smo sodelovali na razstavi jaslic v Sveti Trojici.

Družili smo se v skupini, kjer razvijamo medgeneracijsko branje. V predprazničnem času so stanovalce obiskali prostovoljci ŽK, župani in predstavniki raznih društev, da bi obogatili njihov vsakdanjik.

Tik pred koncem leta smo se zavrtili še na silvestrskem plesu ob živi glasbi. •



prinašajo. Tako je bilo tudi ob tem božiču. Na sam praznik nas je v Ljudski kuhinji obiskal celjski škof in apostolski administrator mariborske nadškofije g. dr. Stanislav Lipovšek.

V začetku nam je spregovoril o božiču in pomenu upanja, ki ga novorojeni Odrešenik prinaša v naša življenja. Prijetna beseda in izrečena voščila so se ob g. škofu hitro prelevila v prijetno božično vzdušje in doživeto prepevanje božičnih pesmi.

Vsi prisotni so se želeli srečati s škofom. Vsakemu posebej je s stiskom roke in simbolično božično podobico ter skromnim darilom zaželel doživet božič in upanja polno novo leto. Vsi, ki smo bili navzoči v Ljudski kuhinji Betlehem, smo veseli in božično obogateni odhajali domov.

Hvala g. škofu za obisk in vizitacijo mariborske Karitas na način, ki je v vseh naših srcih prižgal novega ognja in dal nove spodbude za delo z najbolj ubogimi med nami. •



»Ko je Jezus prišel v Petrovo hišo, je videl, da njegova tačča leži in ima vročico. Dotaknil se je njene roke in vročica jo je pustila. Vstala je in mu stregla. Ko se je zvečerilo, so privedli k njemu veliko obsedenih. Z besedo je izgnal duhove in ozdravil vse bolnike. Tako se je izpolnilo, kar je bilo rečeno po preroku Izaiju: **On je odvezl naše slabosti in odnesel naše bolezni.** (Mt 8,14–17)

## BOŽIČNO KOSILO V LJUDSKI KUHINJI BETLEHEM

Darko Bračun

Sodelavci Nadškofijske karitas Maribor ob večjih cerkvenih praznikih vedno želimo, da ljudje, ki so v stiski in potrebujejo spremljano pomoč, še posebej občutijo moč praznovanja in sporočila, ki ga le-ti





## murska sobota

### PREDPRAZNIČNO LAZARJEVO KOSILO

Jožef Kociper

V sredo, 24. decembra 2014, se je murskosoboški škof. Msgr. dr. Peter Štumpf ob predprazničnem kosilu srečal z obiskovalci Ljudske kuhinje. Gostitelj Jože Hozjan, predsednik Škofijske karitas Murska Sobota, je pri kosilu sprejel sodelavce in prostovoljce Lazarjevega doma ter donatorje. Mestno občino Murska Sobota je zastopala podžupanja Jasmina Opec, Center za socialno delo Murska Sobota, direktorica mag. Nataša Meolic, Elektro Maribor, direktor enote Murska Sobota, Uroš Kolarič, Proconi d.o.o. direktorica Renata Murmayer, zdravstveno ambulanto Dean Koveš, odgovorni zdravnik pro bono, svetovalnico za zasvojenost Zvone Horvat Žnideršič, strokovni vodja programov Skupnosti srečanje v Zavodu Pelikan Karitas.

Zbrane je pozdravil predsednik Škofijske karitas Murska Sobota Jože Hozjan. V nagovoru za obiskovalce, sodelavce in donatorje je g. škof poudaril pomen služenja ubogim.



Po več letih priprav in iskanju primernih prostorov za Lazarjev dom se je g. škof Peter januarja 2014 odločil dati za ta namen na razpolago bivše prostore vrtca v škofijski zgradbi. Februarja smo imeli sveto mašo za dobro pripravo in blagoslovitev delavcev in prostovoljcev, ki so »rekonstruirali otroški vrtec v ljudsko kuhinjo«. 14. maja 2014 pa je bil Lazarjev dom blagoslovljen in predan v služenje pomoči potrebnim.

Z Mestno občino Murska Sobota in Centrom za socialno delo smo ugotavljali, da bi bila pomoč v Ljudski kuhinji potrebna okrog štiridesetim ljudem v stiski. Že prvi mesec so potrebe prerasle naše analize. Vsekozi je število prosilcev za topli obrok naraščalo. Preko sedemdeset jih je bilo upravičenih decembra 2014. Nekateri so Ljudsko kuhinjo obiskovali krajše obdobje,

drugi ves čas. Vseh skupaj je bilo različnih obiskovalcev preko sto, tistih, ki so Ljudsko kuhinjo obiskovali vsaj en mesec.

Ko odpreš lepo oblikovana velika vhodna vrata in vstopiš v Lazarjev dom, kar takoj začutiš nekakšno toplino, ki te obda in te sprejme. Obiskovalci nam vedo povedati, da se v njem počutijo prav posebno dobro. Povedo, da ob hrani iz kuhinje prejmejo še neko dodatno hrano pomiritve, sprejetosti, razumevanja, spoštovanja.

Konec leta 2014 nas je »odvisnost« od države postavila pred veliko preizkušnjo. Enaintridesetega decembra smo prejeli zavrnitev enega od programov na Ministrstvu za delo, družino in socialne zadeve, prav tako je zmanjkalo denarja za javna dela, tik preden smo prišli na vrsto. Programi v Lazarjevem domu morajo neprekinjeno iti naprej, je bil sklep Župnijske karitas Murska Sobota, in tako bosta vsak dan po dve prostovoljki pomagali v Lazarjevem domu. •

## ново mesto

### PROBLEMI Z ZASVOJENOSTJO DANES

Andreja Kastelic

Zasvojenost je bolezen, ki nam v sodobnem času kaže, kje se kot družba in posamezniki izgublamo, v čem smo šibki. Vemo, da so zasvojenosti raznovrstne, a kljub številnim dostopnim informacijam sami v primeru konkretnega soočenja včasih ne vemo, kako ravnati, in se v bojzani, da tovrstnim težavam nismo kos, raje umaknemo. Z namenom približati poznavanje vidikov zasvojenosti (od drog ter alkohola) in možnosti konstruktivnega ravnanja je na decembrskem četrtkovem izobraževalnem večeru Škofijske karitas Novo mesto spregovoril strokovni delavec Zavoda Pelikan oziroma Terapevtske skupnosti Srečanje, g. Alojzij Štefan.

Med bolj ranljivimi družbenimi skupinami, ki so dovzetne za zasvojenost, so prepoznani mladi, sicer pa je zasvojenost bolezen tudi starejših starostnih skupin. Intenzivno čustveno doživljanje ter hitro menjavanje razpoloženja, impulzivno odločanje, iskanje sprejetosti, osebne potrditve ipd. so sicer povsem običajni vidiki odraščanja, a hkrati tudi stanja, v katerih je mladostnik bolj dovzeten za kratkotrajno srečo, ki jo ponuja omama. Po mnenju g. Štefana je pomembno, da ob prvem zaznanem signalu starši ne opravičujejo mladostnikovega poseganja po omamnih substancah, hkrati pa, da njihov odziv ni pretiran, saj s tem le še poslabšajo situacijo. Pomembno pa je, da znajo starši



postaviti jasne meje ter zahtevati dosledno spoštovanje le-teh, kar je tudi sicer eden od pomembnih elementov programa omenjene terapevtske skupnosti.

Zdrs v zasvojenost je postopen, odvisnik pa zapade v zadovoljevanje umetno ustvarjene potrebe, ki sčasoma vse bolj zavzema prvo mesto v njegovem življenju. Odločitev za zdravljenje je navadno pogojena s prisilo – ko odvisnik ne vidi več izhoda, se znajde na dnu in je zmožen priznati, da potrebuje pomoč, ter jo je pripravljen tudi sprejeti. V »komunskem« programu, ki odvisnika celostno obravnava in ureja njegovo življenje, so strokovni delavci pogostokrat deležni vprašanja, v kakšnem deležu uporabniki uspešno zaključijo zdravljenje. Alojzij Štefan je pojasnil, da je pomemben vsak posameznik, ki zmore zaključiti sicer zahteven program in si na novo urediti življenje. Uspešnost je pogojena s posameznikovo voljo, lastno vero v ozdravljenje, zmožnostjo osmisлити vse doživete izkušnje, pripravljenostjo svoje znanje podeliti z drugimi ter sočasnim sodelovanjem njegovih bližnjih v procesu zdravljenja. In uspeh je mogoč le, če se zdravljeni za spremenjen način življenja odloči vsak dan znova.

Predavanje smo zaključili z diskusijo ter spodbudo, da se prostovoljci in sodelavci Karitas pogumno odzovemo tudi na stiske ljudi, ki so povezane z zasvojenostjo – da kontaktiramo skupnost Srečanje/ohranimo vero v ozdravljenje teh ljudi/nudimo oporo bodisi duhovno prek molitve bodisi na kakšen drug konkreten način, ki je v pomoč odvisniku oziroma njegovim domačim ali pa je njegov namen v preventivi – v spremijanju odnosa do drog in nas samih. •

## ADVENTNI VENČEK

Ana Pavlakovič

Letos nas tako lepo nagovarja geslo »V družini sem doma«. Saj ima vsak od nas svojo družino, a to geslo nas povrne za pol stoletja nazaj, v izbo z majhnimi okni in krušno pečjo v kotu, iz katere je pogosto dišalo po sveže pečenem kruhu. Ob večerih, zlasti zimskih, smo se ob tej peči zbirali, si izmenjali izkušnje, se zahvaljevali za radosti in bridkosti minulega dne, molili in prosili za vse dobro v prihodnje. Skupaj smo iskali pot čez ovire in jo tudi našli, nato pa razbremenjeni odhajali v posteljo, ki smo jo delili z bratcem ali sestrico. Čutili smo, da smo v družini doma, da se vsak večer lahko zatečemo v toplo okrilje družine.

Da bi vsaj delček te toplote, te varnosti, tega prijetnega vonja ali vsaj nekaj lepega vnesli v današnjo družino, smo prostovoljci ŽK Črnomelj resno in z vso vnemo načrtovali »Teden Karitas«. Na široko smo odprli vrata svojega srca, še bolj smo začutili človeka, šli smo med ljudi, povabili smo jih k sebi. Prišli so, neka-

teri s svojo stisko in nemočjo po nekaj tolažilnih besed in drugi s svojo dobroto in ljubeznijo do bližnjega. Prinesli so darove za tiste, ki nimajo, mnogi samo nekaj malega, ker nimajo veliko. Zlasti lepo so bile obiskane delavnice izdelovanja adventnih venčkov. Mnogi, zlasti mladi, večkrat rečejo: »Nimam vam kaj dati, lahko pa kaj naredim.« Prav to smo v tednu Karitas imeli v mislih, ko smo v popoldanskem času pripravili več delavnic. Udeležili so se jih mladi in starejši, pa tudi otroci so bili med njimi. Spretni prsti so ovijali mah okoli obročev in jih krasili z naravnimi materiali. Nastajali so venčki, vsak lep po svoje in v vsakega je bilo vtakano veliko ljubezni. Vsakokrat je bilo to tudi lepo medgeneracijsko druženje, polno sproščenosti in lepega vzdušja, skratka, pokoj za dušo v omamnem vo-



nju po mahu. Adventne venčke so naše prostovoljke ponudile na stojnici v soboto na »placu« in na prvo adventno nedeljo pri vseh svetih mašah. Odziv župljanov je bil presenetljiv. Venčkov je zmanjkalo, vsi so odšli v naše družine in bodo v adventnem času razveseljevali njihove člane. Upamo, da se bodo ob večerih zbirali ob njih in da se bo ob njih vsaka družina po svoje pripravljala na božične praznike. Kar vidimo iskricice v otroških očeh, ko bodo ob nedeljah opazovali vedno več gorečih svečk. Morda se bo kdo izmed njih čez mnoga leta spomnil lepega večera, doživetega prav ob našem adventnem venčku. •





*»S skupnimi močmi do prazničnih užitkov«  
Peka piškotov v Domu Lenart*

*»Kako močno doni skupno petje za dobro«  
Dobrodelni božični koncert župnije Renče*



*»Naš vsakdanji kruh je toplina soljudi.«  
Pri kosilu v Ljudski kuhinji  
Betlehem na božični dan*



*Begunce iz Sirije in Iraka je pri-  
zadela še huda zima.  
Slovenska karitas nadaljuje z  
zbiranjem pomoči. Več na spletni  
strani [www.karitas.si](http://www.karitas.si)*

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



Vizija Slovenske karitas:

**Karitas**

- ljubeča skrb Cerkve za ljudi v stiski.  
Glas revnih v družbi.  
V službi človekovega dostojanstva.

ISSN 1581-5528

9 771581 552004