

# žarek dobrote

4/XXIII  
april  
2025



glasilo slovenske karitas



## vsebina & napovednik

### TEMA MESECA

3 ••• 4. maja se vidimo na Brezjah  
4 ••• Akcija Ne pozabimo kliče k solidarnosti z revnimi v jugovzhodni Evropi

6 ••• Pomagajmo preživeti in živeti

### NA POTI UPANJA

7 ••• Sem res blizu ljudem v stiski?

### STISKE SODOBNE DRUŽBE

9 ••• Vključevanje tujcev v družbo – vloga sodelavcev Karitas

### TO MORAMO VEDETI

10 ••• Izkušnje prinašajo nova spoznanja

### NA OBISKU

12 ••• Župnijska karitas Murska Sobota

12 ••• 14 let vodenja

### KARITAS MLADIH

15 ••• Med zimskimi počitnicami je bilo v Ajdovščini ponovno živahno

15 ••• Trajnostno kuhanje – Kuhajmo skupaj

17 ••• Jezus je zveličanje, Jezus je luč, Jezus je znamenje, ki se mu nasprotuje

17 ••• Vprašanje medosebnih odnosov

18 ••• Akcija 40 dni brez alkohola

19 ••• Romanje na Brezje

### CELJE

20 ••• Občni zbor ŽK Vransko

21 ••• Vedno pripravljeni

### KOPER

22 ••• Zahvalili smo se za opravljeno delo

### LJUBLJANA

23 ••• S skupnimi močmi delajo dobro

24 ••• Karitas prinaša luč ljudem v stiski

### MARIBOR

25 ••• Zahvalna sv. maša ob obletnici blagoslovitve Doma sv. Lenarta


### NOVO MESTO

26 ••• Gobavci današnjega časa

26 ••• Karitas je v srcu vsakega kristjana

27 ••• Nagradna križanka

• FOTO NASLOVNA STRAN Nika Kržišnik in ZADNJA STRAN Helena Zevnik Rozman •

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: Alenka Mirkac • OBLIKOVANJE & GRAFIČNA  
PRIPRAVA: Andrej Šauperl • ZALOŽILO: Ognjišče, d.o.o. • TISK:  
Grafično podjetje SCHWARZ d.o.o., Ljubljana • Poštnina plačana pri pošti  
• ISSN 1581-5528 • Vsebine v prispevkih izražajo mnenja avtorjev in ne  
predstavljajo uradnega stališča Slovenske karitas. •



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



## NA POTI UPANJA

**Romanje sodelavcev Karitas na Brezje  
v zahvalo za 35 let delovanja**

**Karitas v Sloveniji**

**nedelja, 4. 5. 2025**

- **sveta maša ob 14h  
v baziliki Mariji Pomagaj na Brezjah**
- **po maši kratka akademija,  
nato pogostitev in druženje**

## Velikonočno voščilo 2025

Nič ni lepšega in srečnejšega,  
kot to da se nam na poti življenja pridruži **vstali  
Gospod.**

Potrpežljivo in vdano hodi z nami, kot z dvema  
učencema na poti v Emavs,  
ter poslušaj pripovedi naših razočaranj, nemoči in  
obupa.

Hkrati pa, ljubeče podarja **Besedo upanja**, Besedo  
polno luči, nam razlaga Pisma  
in se pusti povabiti v naš dom, k naši mizi.

In tam se v intimnosti srca razodene kot živi  
Gospod, ki nam daje veselja  
in moči za nemogoče.

Srečanje z Njim, Kruhom življenja, nas spremeni v  
**goreče pričevalce upanja**,  
ki navdušeno hitimo k svojim in z življenjem  
pričujemo,  
da **ON ŽIVI.**

Vesele in blagoslovljene velikonočne praznike  
vam želijo sodelavci Slovenske karitas



*»... Odpuščanje torej pomeni pripravljati za  
prihodnost gostoljubna in varna hišo znotraj nas  
samih in v naših skupnostih.«*

*papež Frančišek*

*vir: Vatican News*



# 4. maja se vidimo na BREZJAH



Peter Tomažič

Foto: Arhiv Slovenske karitas

## - da se zahvalimo za 35 let

Skupaj smo na poti upanja z ljudmi v stiski in sodelavci. Skupaj kot prostovoljci, voditelji župnijskih Karitas in zaposleni na škofijskih in Slovenski karitas, skupaj kot župljani z župnikom na čelu. Skupaj z darovalci, Cerkvijo, financerji, državo, občino in ustanovami. Skupaj smo pomagali ob mnogih velikih preizkušnjah v Sloveniji: beguncih, poplavih, neurjih, ob covidu, gospodarski krizi in še bi lahko naštevali. Tvorimo skupnost, tvorimo vezi upanja in zaupanja. Bogu se zahvaljujemo, da lahko zanj pričujemo in da nam daje moč za dobra dela.

**Obisk Brezij in Marije Pomagaj je tudi priložnost, da obiščemo svetoletno cerkev in prosimo Boga za milost in notranji mir. Že od 13.30 bodo na voljo spovedniki, prav tako pa bo možno prejeti svetoletni odpustek. V primeru, da se boste na Brezje odpravili peš ali s kolesom, lahko pridobite tudi potrdila o svetoletnem romanju, če prehodite vsaj 25 km ali prekolesarite vsaj 50 km.**

**Prisrčno vabljeni!**

## -da praznujemo

Ker smo skupnost, smo skupaj pri delu, pri jedi ter pri praznovanju in veselju. Bog je ustvaril stvarstvo, da zanj skrbimo, in sočloveka, da mu stojimo ob strani. Za nedeljo si je zamislil praznik in počitek. Jezus nam je še lepši zgled, saj se je znal tudi ustaviti s svojimi apostoli ali pri prijateljih in se v pristnem veselju prepustiti občudovanju stvarstva in življenja. Ve-

liko je priložnosti za praznovanje od rojstva, obletic, poroke do preprostega obiska znancev, ko se srčno razveselimo drug drugega. K praznovanju sodi tudi dober okus: piškoti, kos potice, kava in še kaj. Vse to so lepi prizori, ki se v pastelnih barvah zapišejo v naše spomine in nas grejejo v sivih dneh ter ob naporih.

## - da se srečamo in povežemo

V Karitas smo ena družina, ki med seboj sodeluje. Smo ena Karitas v službi ljudi v stiski. Drug drugemu pomagamo in smo tudi solidarni med seboj, če je treba. Sodelavci na Slovenski karitas, 14 nas je, smo zelo povezani s sodelavci na škofijskih Karitas, ki jih je več kot 100, in tudi z mnogimi sodelavci župnijskih Karitas, več kot 10.000 vas je. Kakšna velika družina dobrote in upanja! Srečamo se pri pomoči, na seminarjih, na duhovnih obnovah, na srečanju starejših na Brezjah in še na mnogih dogodkih. Drug drugega se razveselimo.

## - da prosimo Marijo

Prosim Marijo, da bi lahko pomagali iz dobrote srca, brez obsojanja, brez napuha, brez moraliziranja. S preprosto odprtostjo, ki jo je zmogla prav Marija. Prosim tudi za naše varovance, ki jim pomagamo, da najdejo moč v sebi, da vstanejo in zaživijo svobodno življenje. Da najdejo pogum za korak naprej na duši in v telesu. Prosim za celotno družbo, da bi v duhu sodelovanja ohranila čut za soljudi.

**- da si obljubimo**

Vztrajali bomo na poti ljubezni do bližnjega in najvišjo zapoved izpolnjevali po najboljših močeh. Obljubljam, da si bomo odpuščali za napake in skupaj iskali Gospodova pota, ki velikokrat niso naša človeška pota. Poskrbela bomo tudi za naše prostovoljce in sodelavce, ki so ostareli in postali nemočni. Vedno nam ostane priložnost za dobro.

**Povabilo**

**Po sveti maši in akademiji, ki bo potekala v baziliki, bosta na trgu in v parku pred cerkvijo pogostitev in druženje. Za hrano bodo poskrbeli sodelavci ŠK Celje. Sodelavce župnijskih Karitas vabimo, da s seboj prinesete sladko in slano pecivo, ki ga boste lahko pred sveto mašo oddali na vidno označenem mestu pred vstopom na trg pred baziliko.**



Albanija, ambulanta



Albanija, nega na domu

## Akcija

# "NE POZABIMO"

## kliče k solidarnosti z revnimi v jugovzhodni Evropi

Jana Lampe

Foto: arhiv Karitas

Slovenska karitas v letošnjem postu že osemnajstič zapovrstjo preko dobrodelne akcije **Ne pozabimo** vabi, da pomagate najrevnejšim v državah jugovzhodne Evrope. Z zbranimi sredstvi **pomagamo družinam, otrokom in starejšim v Bosni in Hercegovini, Srbiji, Severni Makedoniji, Črni gori in Albaniji**. Številne družine in starejši živijo z nizkimi dohodki. Zaradi vse višjih življenjskih stroškov se povečuje število tistih, ki živijo v velikem pomanjkanju. Mnogo je brezposelnih, predvsem mladih. Številni so zato v brezizhodnem položaju in so včasih tudi prisiljeni iti drugam v želji po zaslužku in preživetju. Število prosilcev za pomoč na lokalnih Karitas in cerkvenih ustanov se je v zadnjih letih skoraj podvojilo. Z akcijo Ne pozabimo Slovenska karitas



**SLOVENIA**  
AID & PARTNERSHIPS



Albanija, obnova in opema hiš



BiH, ljudska kuhinja, Jelo na kotačima



BiH, ljudska kuhinja

skupaj s škofijskimi Karitas podpira pomoč s paketi hrane, higienskimi pripomočki, šolskimi potrebščinami, podpira delovanje ljudskih kuhinj, delovanje ambulante in nego na domu za starejše, bolne ter pomaga z opremo in obnovo hiš najranljivejših.

5

Na teh območjih izvaja tudi projekte mednarodnega razvojnega sodelovanja, ki jih sofinancira Ministrstvo za zunanje in evropske zadeve RS in so namenjeni predvsem opolnomočenju ranljivih skupin žensk. Slovenska karitas je lani preko akcije Ne pozabimo, ki poteka v sodelovanju s tedinom Družina, zbrala in realizirala 152.822,85 EUR pomoči. Realizirana je bila sledeča pomoč:

Škofijska karitas Ljubljana že vrsto let podpira delovanje ljudske kuhinje Jelo na kotačima **v Sarajevu in Zenici v BiH**, kjer je lani 1.423 oseb prejelo dnevne tople obroke. Podprla je tudi projekt za kvalitetnejše storitve za invalide. Škofijska karitas Koper pa je **v Banjaluki v BiH** podprla 10 otrok pri šolanju, 100 ranljivim družinam je pomagala s paketi hrane, 4 z nakupi kurjave in 5 pri obnovi hiš. Miljenko Aničić, direktor Caritas Banjaluka, je dejal: *»Že vrsto let nam pomagata pri obnovi hiš, botrstvu za šolanje otrok ter pri nakupu paketov hrane in kurjave. Ker razmere v Bosni in Hercegovini postajajo še težje kot prej, je tovrstna pomoč za nekatere družine eksistenčno pomembna.«*

Nadškofijska karitas Maribor je zagotovila pakete s hrano in higienskimi pripomočki preko 740 družinam iz **Zrenjanina in Aleksinca v Srbiji**. 120 družin je prejelo trgovinske bone. V Aleksincu podpira program pralnice in nege, kjer so lani pomagali 76 starejšim in bolnim. *»Naši uporabniki so prejemniki socialne pomoči, osebe z nizkimi dohodki, starši samohranilci, družine, katerih člani so invalidi, Romi. Hvala vam za dolgoletno pomoč,«* je dejal Goran Žalac, voditelj Caritas Aleksinac.

Škofijska karitas Novo mesto v sodelovanju s sestro Vido Gerkman podpira delovanje ambulante in nego onemoglih na domu **v Gramshu v Albaniji**. Lani je ta pomoč dosegla 973 ljudi. Z opremo in obnovo so 19 družinam uredili dostojnejše bivališče. *»Vso zahvalo je težko izreči s to kratko besedo HVALA. Me sestre, ki smo vsak dan z njimi, čutimo hvaležnost v njihovi besedah, pogledih, nasmehih,«* pravi sestra Vida Gerkman, Albanija.



Makedonija, ljudska kuhinja



Srbija, nega na domu



Projekt za kmečke ženske v Srbiji, MZEZ

Škofijska karitas Celje je v **Severni Makedoniji** s pomočjo dosegla 450 družin. Družinam je zagotovila pakete s šolskimi in drugimi potrebščinami. V Skopju podpira delovanje ljudske kuhinje in ambulante za revne brez zavarovanja. »*Običajna starostna pokojnina v Severni Makedoniji znaša med 150 in 250 EUR, tudi plače so nizke. Kilogram kruha stane med 1,5 in 3 EUR. Veliko ljudi živi brez vsake socialne varnosti, od danes na jutri. Vaša pomoč jim daje upanje, da niso sami,*« je dejal Dejan Stračkovski, direktor humanitarne organizacije Milosrdie.

6

Slovenska karitas v **Črni gori** podpira projekt, ki pomaga težje zaposljivim osebam pri zaposlovanju.

Slovenska karitas v partnerstvu s Caritas Beogradske nadbiskupije v letih 2023 do 2025 izvaja razvojni projekt **Krepitev podjetništva in vloge kmečkih žensk v Srbiji**, ki ga sofinancirajo Ministrstvo za zunanje in evropske zadeve RS, akcija Ne pozabimo ter občine v Srbiji. Večinoma se ženske v JV Srbiji ukvarjajo s samooskrbnim kmetijstvom in imajo nizek dohodek. Preko različnih aktivnosti – od usposabljanj, certifikacije izdelkov, promocije, pridobitve materialov za obnovo in opreme do priprave priporočil za občine – se 60 ranljivim ženskam iz občin Aleksinac, Vlasotince, Babušnica in Piroto omogoča razširitev malega podjetja na področju predelave hrane ali kmečkega turizma, da bi povečale svoj dohodek. K projektu prispevajo tudi slovensko podjetje **T-2, d. o. o., občini Kočevje in Razkrižje** ter **Kmetijsko gozdarska zbornica Slovenije, Kmečki glas** in **Nedeljski dnevnik**.

**Slovenska karitas tudi letos vabi k solidarnosti vse ljudi odprtega srca, da ne pozabimo na revne v JV Evropi in jim prinesemo nekaj upanja.** V letu 2025 nadaljujemo z materialno pomočjo in podporo socialnim programom na območjih JV Evrope.

**Darovalci lahko svoj dar nakažejo na:**

Slovenska karitas,  
Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana,  
TRR: SI56 0214 0001 5556 761,  
namen: Pomoč JV Evropa,  
sklic: 00 251,  
koda namena: CHAR,  
BIC banke: LJBAS12X.

Položnice so na voljo po župnijah, v začetku aprila pa bodo tudi v tedniku Družina. Iz srca HVALA za vsak dar!

*Mnenja, izražena v prispevku, ne predstavljajo uradnih stališč Vlade Republike Slovenije in Ministrstva za zunanje in evropske zadeve.*

# Pomagajmo **PREŽIVETI** in **ŽIVETI**

Mojca Kepic

Foto: Andrej Gombač

V drugi polovici aprila začenjamo z **dobrodelno akcijo POMAGAJMO PREŽIVETI in ŽIVETI**. Namen akcije je predvsem v **podpori ljudem z nizkimi prihodki, pomoči starejšim in vključevanju trajno nezaposljivih v Sloveniji**. Razmere, ki prepričajo ljudi, da pridejo na Karitas po hrano in s prošnjo za plačilo položnic, resno vplivajo na njihovo življenje in dostojanstvo. Žal številni posamezniki redno prihajajo po pomoč. Revščina ne izbira in preveč ljudi še vedno živi pod pogoji, ki preprečujejo osebni razvoj ter polno življenje. Z vašim darom poleg materialne pomoči podarite tudi upanje.



karitas danes & jutri  
na poti upanja

V materialno pomoč je vključenih več kot 40.000 gospodinjev, ki jim redno pomagamo predvsem s hrano in plačilom položnic. Med njimi so mnogi posamezniki, ki sicer imajo delo, vendar prejema zelo nizke dohodke, s katerimi v svojih okoliščinah zelo težko preživijo. Zaradi vse višjih osnovnih stroškov za energijo, hrano in nujne potrebščine se število novih prejemnikov povečuje.

Vabimo vas, da smo skupaj v oporo vsem, ki živijo v revščini in negotovosti. Z vašo pomočjo lahko skupaj prinesemo upanje v slovenske družine. Vaša solidarnost in sočutje do ljudi v stiski imata neprecenljivo vrednost. Vsak prispevek pomeni korak bližje k boljšemu jutri za človeka v stiski. Prispevate lahko na:

**Slovenska karitas,**

Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana

TRR: SI56021400015556761

**namen: Pomagajmo preživeti in živeti**

**sklic: SI00 930**

Iz srca HVALA za vašo podporo!

V trenutkih stiske se posamezniki obračajo naokrog in iščejo pomoč. Mnoge prošnje ostanejo neizrečene. Težko se je namreč znebiti občutka, da boš komu odveč, da boš moral pokazati svojo šibkost, da boš s tem koga obremenil ... Ali pa preprosto zmanjka moči, da bi svojo prošnjo izrekel, da bi poiskal tistega, ki lahko pomaga. »Starejša gospa, ki živi sama in prejema nizko pokojnino, se je na Karitas obrnila po pomoč pri plačilu položnice za elektriko. Pomoč Karitas je bila v času stiske zelo dobrodošla. S paketom hrane je sodelavka Karitas pristopila k njej, si vzela čas za pogovor in ji s tem olajšala stiske, v katerih se je gospa znašla.«

# Sem res blizu ljudem v stiski?

Mojca Kepic

Foto: Mojca Kepic

*Kako povezati ljudi v stiski in darovalce?*

*Kako zgodbe ljudi v stiski pridejo do darovalcev?  
Jim lahko prinesem upanje?*

Ob vstopu v prostore Karitas imam v mislih ljudi v stiski. Narava dela me povezuje s številnimi sodelavci in prostovoljci Karitas, ki mi pošiljajo, pripovedujejo zgodbe ljudi, ki jim je stanovanje uničil požar, bolezen otežila plačilo položnic, invalidnost spremenila njihov vsakdan, nesreča poglobila njihovo stisko, izguba službe otežila nakup šolskih potrebščin, odvisnost zaznamovala družino ... Vsaka zgodba ima v ozadju obraz otroka, mame, očeta, brata, sestre, soseda, prijatelja ...

Pri svojem delu sem velikokrat stran od stisk ljudi, pa vendar tako zelo blizu. Ob pripravi dobredelnih akcij so pred menoj ravno ti obrazi. Prav zaradi njih je potreben vsak trud, klicanje številnih medijev, nagovarjanje k oglaševanju, pripravljanje promocijskega materiala, sodelovanje z novinarji, sodelavci, glasbeniki ... Vsaka akcija prinaša nove izzive, a največji izziv je, kako zbrati čim več sredstev, da bodo sodelavci in prostovoljci Karitas lahko dokupili hrano, plačali položnico za ogrevanje in



šolske potrebščine, pomagali pri obnovi stanovanja, plačilu kredita ... in s tem prinesli upanje družinam in posameznikom v stiski. Pot, ki me znova in znova vabi, da iščem nove donatorje, da bomo skupaj lahko blizu tistim, ki pomoč potrebujejo. Pri delu pa me obdajajo številni sodelavci v Karitas in v družbi, s katerimi sodelujem in si prizadevam, da so dobrodelne akcije vidne, prepoznavne in aktualne. Novinar med prostovoljci in ljudmi pripravi članek in spodbudi k darovanju, glasbenik s pesmijo nagovori darovalce, režiser poskrbi za sliko koncerta, oblikovalec oblikuje plakat, zloženske, položnice ... in vsem je skupna misel, da lahko pomagamo družinam in posameznikom v stiski. Upanje ni le občutek, ampak tudi konkretno delovanje, pogovor, obisk in prinašanje veselja v težke trenutke. Vsak od nas lahko s sočutjem in ljubeznijo prinese upanje v življenje drugega. Verjamem, da lahko drug drugega bogatimo na različne načine in si medsebojno pomagamo.

Hvaležna sem, da se je moja pot na Karitas začela na poti prostovoljstva med otroki in mladimi na letovanjih Počitnice Biserov, kjer sem spoznala, kako lahko ena odigrana igra ali učenje pletenja za pestnice nekomu ogreje srce. Predvsem pa povezanost, sodelovanje prostovoljcev lahko človeku v stiski prinese trenutke radosti in se lažje dvignejo nad svoje težave. To me je pripeljalo do prostovoljstva v župnijski Karitas, kjer se s stiskami srečujem v domačem kraju.

Da pa lahko drugim, predvsem ljudem v stiski, prinašaš upanje, moraš imeti ob sebi družino in sodelavce, ki te pri tem podpirajo.

*»Vse bolj sem prepričan, da je upanje ključno stanje duha, ki nam lahko prinese boljši svet. Iz upanja se rodi volja. Iz volje vzkljuje motivacija. In samo z močno notranjo motivacijo lahko delamo tisto, kar je težko, vendar vredno in spreminja svet – korak za korakom. In to sosledje je prisotno tudi pri Karitas – iz male lučke upanja, prijaznosti in darežljivosti ljudi se rodijo dejanja, ki pomagajo ljudem ter jim vračajo upanje – in krog je sklenjen. To čutim pri vsakoletnem Klicu dobrote, kjer se odlično sodelovanje z ekipo in topel odziv občinstva spreminjata v novo upanje mnogih ljudi.« Aljaž Bastič, režiser RTV Slovenija*

*»Za nami je že sedmo leto sodelovanja s Slovensko karitas, v sklopu akcije 40 dni brez alkohola. Z vsakim letom skupaj nadobudno stopamo na to pot, da lahko med naše prebivalstvo ponese sporočilo o možnostih bolj kakovostnega življenja za vsakega posameznika, ki sicer trpi zaradi pitja alkohola. V veliko veselje se je udeleževati vseh priprav s Karitas; so vir optimizma, zagnanosti in predvsem zaupanja v to, da lahko neutrudljivo doprinašamo področju, ki prinaša dobrobit posameznikom. In ravno zaupanje prinaša tisto gonilo, da se neustavljivo posvečamo zmanjševanju negativnih posledic zaradi alkohola, ki je v Sloveniji še tako prisoten. Zato (za)upajmo še naprej, da zmoremo korak za korakom spremeniti tudi to.« Karmen Henigsmann, NIJZ*

*»Ob misli na novinarsko sodelovanje s sodelavci in prostovoljci Karitas se najprej spomnim gospe Terezije Vivod ob poplavah, ki so prizadele Slovenijo. Gospa je predano in zavzeto cele dni pomagala ljudem v največjih stiskah, biti je morala nadvse utrujena, pa si je vseeno vzela čas še za pogovor z novinarko. Zgolj en primer, ki veliko pove o ljudeh dobre volje, ki so na vsakem koraku pripravljeni po svojih najboljših močeh ustreči drugim. Hkrati pa so hitro odzivni, kar je za novinarje vedno velik plus. Vedno mi je prijetno sodelovati s sodelavci in prostovoljci Karitas, ki svojo pozitivno energijo in dobroto širijo v besedah in dejanjih.« Ana Rupar, Družina*

*»Slovenska karitas je upanje. Upanje za ljudi, ki so zaradi različnih okoliščin, preizkušeni življenja, socialnih stisk nemočni in potrebujejo našo pomoč. Dobrosrčnost pa je tista močna veriga, ki jo tvorimo sodelavci, prostovoljci Slovenske karitas, donatorji in tudi novinarji, ki širimo zgodbe pomoči in upanja. Vsako drobno dejanje šteje, moj prispevek je podpora humanitarnim akcijam Karitas, zapisana v besedah, s sočutjem do vseh, ki potrebujejo pomoč. Pomagajmo drug drugemu in skupaj gradimo še boljši svet!« Suzana Kovačič, Gorenjski glas*



# Vključevanje tujcev v družbo: vloga sodelavcev Karitas

Magdalena  
Strmšek Buh

Foto vir: Canva

9

V sodobni družbi se vse pogosteje srečujemo z ljudmi, ki so zaradi različnih okoliščin zapustili svoj dom in prišli živeti v novo okolje. Kot sodelavci Karitas imamo pomembno vlogo, da tem posameznikom, družinam pomagamo najti njihovo mesto v skupnosti, hkrati pa jih opolnomočimo za samostojno delovanje, življenje v novem okolju, državi.

## Koraki k uspešnemu vključevanju tujcev

Da bi tujcem omogočili uspešno integracijo, lahko sodelavci Karitas storimo naslednje:

### 1. Vzpostavimo podporne mreže

- Organiziramo srečanja in dogodke, kjer lahko tujci spoznajo lokalno prebivalstvo in kulturne navade.
- Mlade vključimo v mladinske skupine, da preživljajo čas z vrstniki, se učijo slovenskega jezika, skupaj kuhajo ali gredo na izlete.

### 2. Izobraževalne dejavnosti

- Organiziramo tečaje slovenskega jezika, kjer prostovoljci učijo osnove jezika in praktično rabo v vsakdanjih situacijah.
- Izvedemo delavnice o lokalni kulturi, družbenih normah in pravilih, ki tujcem pomagajo razumeti družbo, v katero so prišli.

### 3. Podpora pri zaposlovanju

- Sodelujemo z lokalnimi podjetji in pomagamo tujcem pridobiti potrebne informacije o iskanju zaposlitve, pisanju življenjepisa in pripravi na razgovore.
- Spodbujamo delodajalce k vključevanju tujcev v delovno okolje ter k oblikovanju mentorstev za lažjo integracijo.

### 4. Delo z otroki in mladimi

- Organiziramo učno pomoč za otroke tujcev, ki imajo težave pri sledenju pouku zaradi jezikovne ovire.
- Spodbujamo vključevanje otrok v župnijske, lokalne športne, kulturne in ustvarjalne dejavnosti, kjer se lahko povežejo z vrstniki.

### 5. Spodbujanje vključevanja v lokalne skupnosti

- Kot Karitas lahko tujce povabimo tudi k sodelovanju v župnijski skupnosti, kjer se lahko vključijo v različne dejavnosti, kot so pevski zbor, priprava dogodkov, dobrodelne akcije ali skupne molitve. Tako se lažje počutijo sprejete in najdejo svoje mesto v novem okolju.
- Tujce povabimo k sodelovanju v prostovoljske aktivnosti, kot so čistilne akcije ali pomoč pri lokalnih dogodkih. Na ta način se povežejo z domačini in razvijajo občutek pripadnosti skupnosti.
- Vključevanje v lokalne športne klube, kulturne skupine in druge interesne dejavnosti pomaga tujcem navezati stike in pridobiti nova prijateljstva.

### Na kaj moramo biti pozorni pri pomoči tujcem?

Pri svojem delu moramo paziti, da tujcem ne olajšujemo poti na način, ki bi zmanjšal njihovo samostojnost:

- Namesto da prevzamemo njihove dolžnosti (na primer urejanje dokumentacije), jih raje opolnomočimo, da to storijo sami ali z našo podporo.

- Pomembno je, da se izogibamo temu, da vedno govorimo v njihovem jeziku. Tujce spodbujajmo k uporabi slovenščine, saj je znanje jezika ključno za uspešno vključevanje.
- Pri pomoči ohranjajmo ravnovesje med sočutjem in spodbujanjem odgovornosti, saj lahko pretirano zaščitniški pristop upočasnjuje njihovo prilagoditev na novo okolje.
- Izogibajmo se prekomernemu ponujanju materialne pomoči naenkrat. S tem jim ne pomagamo, ampak jih učimo, da bodo drugi vedno poskrbeli zanje, kar zmanjšuje njihovo odgovornost za lastna dejanja.
- Posebej bodimo pozorni na kulturne razlike med nami in tujci. Različni pogledi na komunikacijo, družinsko življenje, vloge v skupnosti ali verske običaje lahko vplivajo na proces vključevanja. Pomembno je, da te razlike spoštujemo in z odprtostjo spodbujamo medsebojno razumevanje.

Sodelavci Karitas imamo priložnost, da tujcem pomagamo na poti k uspešni integraciji. Z aktivnim spodbujanjem samostojnosti, ustvarjanjem priložnosti za socialne stike ter z neformalnimi dejavnostmi lahko pomembno prispevamo k bolj odprti in povezani družbi. Ključno je, da v našem delu združujemo potrpežljivost, razumevanje in jasne spodbude za aktivno sodelovanje v skupnosti.

Delo s tujci, ki prihajajo k nam, pa lahko obogati tudi nas same. Njihove zgodbe, kultura in izkušnje nam lahko razširijo obzorja ter v naše delo prinesejo veliko več, kot si sprva predstavljamo. Včasih se lahko med nami in tujci stkejo tudi močne vezi – postanejo lahko novi prijatelji ali celo družinski člani, kar naše življenje še dodatno obogati.



## Izkušnje prinašajo nova spoznanja

Alenka Petek

Foto: Zdenka Šfiligoj

V februarju smo končali z uvodnim srečanjem za svetovanje na temo Kdo sem – v družini in poklicu. Zadnje srečanje šolanca za svetovanje 8. skupine pa je nosilo naslov Izviri moje moči. V nadaljevanju navajam nekaj misli z obeh srečanj.

Prvo se je dotaknilo različnih vlog, s katerimi se srečujemo v življenju. Včasih to od nas terja veliko energije, čustvene zrelosti, iznajdljivosti.

Vsakdo si v svoji vlogi želi biti uspešen. Prva in najpomembnejša stvar pri uspešnem usklajevanju družinskega in profesionalnega življenja je skrb zase brez občutkov krivde. Velikokrat gremo preko sebe, da dokažemo, da zmoremo.

Pomembno si je tudi vzeti trenutke zase in za kakovostno preživljanje časa. To je lahko v obliki izletov, krajših počitnic, odhodov na obisk, branju knjig. Otroci na ta način preko zgleda dobijo pomemben vzorec o odnosu in skrbi zase, v veliki meri prav prek staršev. Večkrat se porajajo občutki, da nas starši niso imeli dovolj radi, da nismo bili dovolj dobri. To jim pogosto zamerimo, lahko tudi podzavestno. Dokler imamo to v sebi, se ne moremo osvoboditi in začutiti ljubezni do sebe.

Bogatijo nas stvari, ki nam dajejo občutek izpolnjenosti – ljubezen, iskreni odnosi, ustvarjalnost, dosežki, narava, duhovnost ali osebna rast. Osrečujejo nas tako trenutki, ki so povezani z nami samimi, kot tudi doživetja z drugimi. Izviri moči so lahko notranja motivacija, pretekle izkušnje, vrednote in ljudje, ki nas podpirajo.

To so trenutki, ki nas napolnijo z veseljem – družinska srečanja, otroški spomini, potovanja, nepozabni pogovori ali majhne radosti. Vsak tak trenutek je kot dragocen kamenček v mozaiku našega življenja.

Težki trenutki nas učijo potrpežljivosti, moči in sočutja. Ko doživimo izgube, težke izzive ali neuspehe, nas te izkušnje lahko oblikujejo in nam dajo globlje razumevanje sebe in drugih ljudi. Ko jih predelamo, postanejo motivacija, ki pomaga pri novih izzivih.

***Hvala tudi za vso skupaj prehojeno pot ter za vse ljudi, ki so skozi to izobraževanje vstopili v naše življenje in ga obogatili.***



Vsak trenutek je priložnost za poglobitev odnosov. Ne glede na situacijo lahko izberemo iskrenost, prijaznost in odprtost. Majhna dejanja, kot so poslušanje, podpora in skupni čas, ustvarjajo močne vezi in prinašajo toplino v odnose.

Otroci marsikdaj neradi slišijo, da so v svojem ravnanju podobni staršem. Na določene lastnosti, ki smo jih dobili od staršev, nismo ponosni in jih ne želimo ponavljati. Če smo se s temi lastnostmi že soočili in jih predelali, se ob njih ne bomo več počutili ogrožene, prizadete ali napadene. Napadeni se počutimo samo takrat, ko se nečesa še nismo osvobodili.

Področja, kjer smo šibki, ali dejanja, ki nam škodijo, moramo zamenjati z ustrežnejšimi. To je stvar naše odločitve in truda. Ni pa to več naloga naših staršev. Sami se moramo potruditi in spremeniti pridobljena in naučena ravnanja. Starši so nam dali najboljše, kar so v danem trenutku zmogli in znali.

Preteklost nam ponuja dragocene lekcije. Če se ozremo nazaj, lahko prepoznamo vzorce, ki so nam škodovali, in se jim zavestno izognemo. Pomembno je, da se ne obsojamo, ampak razumemo, kaj nas je vodilo v določene odločitve, ter se iz tega učimo.

Vsaka izkušnja, dobra ali slaba, prinaša nova spoznanja. Ključno je, da jo predelamo, se vprašamo, kaj nam je prinesla in kako jo lahko uporabimo v prihodnosti. Če izkušnje ne analiziramo, se lahko znajdemo v enakih situacijah in ponavljamo iste napake.

Zavedanje, samorefleksija in postavljanje zdravih meja so ključni. Pomaga tudi iskren pogovor s sabo ali drugimi ter sposobnost, da se ustavimo in prepoznamo, ko nas vleče v stare vzorce. Prav tako je pomembno, da se naučimo odpustiti sebi in drugim ter da se ne oklepamo preteklosti.

Ko odnosi ostanejo neprečiščeni, se v njih nabirajo zamere, nerazumevanje in občutek nerazreše-

nosti. Nepovedane stvari lahko vodijo v oddaljenost, nezaupanje ali celo razpad odnosa. Iskrena komunikacija in pripravljenost na reševanje konfliktov sta ključna za zdrave in trdne odnose.

Vsak starš ravna po svojih najboljših močeh in sposobnostih. Podzavestno pa na otroke prenaša vzorce mišljenja, obnašanja, delovanja, čustvovanja, ki jih je podedoval in tudi njemu niso v prid ali korist. To so vzorci, ki omejujejo, nas delajo nesrečne ter morda na neki točki celo povzročajo bolezenska stanja.

Nihče ne želi živeti življenja po negativnih, disfunkcionalnih ali destruktivnih vzorcih. Pa vendar nam življenje in odnosi včasih kažejo drugačno sliko.

Čeprav se zavedamo, da negativni vzorci niso dobri za nas, jih ponavljamo, saj vemo, kaj nam bodo prinesli, kakšne rezultate lahko pričakujemo, če se bomo tako vedli. Kljub temu da je rezultat negativen, nam je še vedno natančno poznan in domač.

Stare negativne vzorce lahko seveda prekinemo. Treba pa je vedeti, da to ne gre z danes na jutri. Dlje kot smo neko stvar ponavljali, močnejši so vzorci in težje jih je prekiniti.



Zelo pogosto se zgodi, da zaradi nerazrešenih travm iz otroštva v sebi nosimo številna pričakovanja in neuslišana hrepenenja. Kot bi znotraj nas nekaj močno hrepenelo po vsem tistem, česar kot otrok nismo prejeli – bodisi topline, ljubezni, sprejemanja, občutka, da smo pomembni, slišani, videni. Ko odrastemo, lahko to pričakujemo od drugih ali pa tudi staršev. Pogosto povsem nezavedno. Če to pričakujemo od staršev, nas drži pripete na preteklost, saj nam starši tega, kar si želimo, verjetno nikoli ne bodo mogli zares dati. To spoznanje je hkrati izjemno osvobajajoče in boleče. Boleče zato, ker uvidimo, da ne bomo prejeli tistega,

po čemer smo tako močno hrepeneli – osvobajajoče pa, ker lahko začnemo znotraj sebe iskati načine in poti, kako si dati vse tisto, po čemer hrepenimo.

Zadnji dan srečanja obeh skupin so udeleženci sooblikovali sv. mašo. Zahvalili so se za vsa srečanja, ki so jih naredila bogatejša, jih spremenila in pripeljala na pot medsebojnega povezovanja in krepitve odnosov. Zahvalili so se za spoznanja, za vse talente, dobre ljudi, težke preizkušnje v življenju, ki so jih obogatile, pa za spoznanje, kako pomembno je odpuščanje, ter za sposobnost poslušanja in sprejemanja ljudi, takšnih kot so, brez obsojanja.

## Odtis dobrih del

**Dragica Raj**

Stari slovenski pregovor pravi: »Upanje umre zdnje.« Sporoča nam, da mora človek upati vse do svoje smrti. Misel, da upanje mora živeti v nas, če hočemo preživeti, mora biti za nas življenjsko vodilo. A samo upanje ni dovolj. Poleg upanja je treba imeti tudi pogum in biti aktiven, dejaven, če želimo, da se bo kaj spreminjalo. Ko se oziramo nazaj na prehojeno pot, vidimo, da je bilo opravljenih veliko aktivnosti, v katerih so sodelovali sodelavci Župnijske karitas MS in prostovoljci, ki so občasno priskočili na pomoč. Z oziranjem na prehojeno pot pa se srečamo s posamezniki, ki so na tej poti prisotni že dolgo in ji s svojim delom dajejo poseben pečat. Ob tej priložnosti vam predstavljam našo sodelavko Sonjo, ki si je v letošnjem letu prislužila naziv »Naj prostovoljka leta 2024« v Mestni občini Murska Sobota.

Gospa Sonja Horvat, rojena 26. 9. 1959, izhaja iz romske družine, v kateri je dobila veliko popotnico za prostovoljsko delo, ki ga opravlja že dobrih 30 let.

Prve prostovoljske korake je naredila v Župnijski karitas Murska Sobota, ki je bila ustanovljena leta 1992. Hitro po ustanovitvi je dobila povabilo takratnega gospoda župnika Martina Horvata, da se pridruži prvim članicam. S svojim znanjem in organizacijskimi sposobnostmi je pomagala oblikovati pomoč družinam v stiski v obliki priprave in razdeljevanja paketov s hrano. Svoje prostovoljno delo je v prvih začetkih nadgrajevala s povezovanjem Rdečega križa, Centra za socialno delo in Župnijske karitas,



kar je za vse deležnike pomenilo korak naprej v njihovem delovanju. Tudi glede financiranja Župnijske karitas je gospa Sonja pripomogla k temu, da se je organizacija začela prijavljati na razpise in na ta način pridobivati del sredstev, s katerimi se je lahko financirala oz. pomagala uporabnikom pri reševanju stisk.

Največji premik pa je gospa Sonja naredila na področju dela z Romi. Vsa ta leta je koordinirala številne aktivnosti med romskim in večinskimi prebivalci. Z vsem delovanjem in aktivnostmi, ki jih je v teh letih izvajala, je prav gotovo veliko vplivala na boljše sprejemanje in sobivanje romskega in večinskega prebivalstva.

Kot članica Župnijske karitas Murska Sobota je odgovorna za projekt Evropska hrana, v okviru katerega opravlja različna dela: od skrbi za obveščanje uporabnikov do sprejemanja hrane v skladišče, koordinacije za urejanje skladišča po predpisanih standardih, pravilnega poteka pakiranja in razdeljevanja hrane. Vsako leto se trikrat letno v Župnijski karitas Murska Sobota spakira in razdeli 500 paketov hrane pri eni delitvi, kar je namenjeno 1.800 uporabnikom – družinam in posameznikom. Med prejemniki hrane so tudi številne romske družine in ob pomoči gospe Sonje Horvat nam je uspelo vzpostaviti zelo dobro sodelovanje in komunikacijo z romskimi družinami oz. posamezniki.

Skozi vse leto gospa Sonja Horvat kot članica Župnijske karitas pomaga družinam in posameznikom naše župnije, ki so se zaradi starosti, bolezni ali premajhnih dohodkov znašli v veliki materialni in socialni stiski. Pomoč nudi v obliki hrane, z oblačili, obutvijo ter s pogovori. Aktivno sodeluje v ožji skupini Župnijske karitas, ki obravnava uporabnike, ki zaprosijo za pomoč pri plačilu položnic. Zaradi poznavanja problematike posameznih romskih družin gospa Sonja Horvat velikokrat pomaga s svojim mnenjem, še posebej, ko za pomoč zaprosi romska družina.

Župnijska karitas Murska Sobota zelo dobro sodeluje s Centrom za socialno delo, Rdečim križem Murska Sobota, Evangeličansko humanitarno podpornico in z osnovnimi šolami v Murski Soboti. Za sodelovanje med institucijami je pogosto zadolžena gospa Sonja.

Poleg Župnijske karitas gospa Sonja zelo aktivno sodeluje tudi s Škofijsko karitas. V začetkih delovanja Škofijske karitas je gospa Sonja Horvat nudila veliko podpore pri obravnavi romskih družin in posameznikov in po potrebi s svojim nasvetom in mnenjem pomaga še danes. Nekaj let je v sodelovanju s Škofijsko karitas tedensko priskočila na pomoč s prostovoljnimi delom v kuhinji v Lazarjevem domu. Najpogosteje pa sodelovanje s Škofijsko karitas poteka v okviru projekta Evropska hrana.

Gospa Sonja Horvat je tudi v pripravljalnem obdobju CCIT (katoliški kongres ciganov), kjer imajo enkrat letno kongres, na katerem si dobijo Romi iz evropskih držav izmenjajo izkušnje. Ti kongresi so zelo pomembni za romsko populacijo v evropskem prostoru, saj se na teh srečanjih gradijo mostovi za boljši jutri.

Kot prostovoljka v Društvu Malteška pomoč Slovenije se gospa Sonja ukvarja z bolnimi in revnimi in je bila lani z njimi že četrto leto v Lurdu. Poleg romanja v Lurd pa v sodelovanju z Društvom Malte-

ška pomoč organizira enotedensko letovanje otrok in mamic – predvsem samohranilk. Poleg vsega zapisanega veliko sodeluje z različnimi organizacijami na različnih področjih.

Sonjin »portret«, kot bi se izrazil slikar, je eden izmed dvajsetih, ki krasijo Župnijsko karitas Murska Sobota. Vsak izmed dvajsetih članov daje poseben pečat in pušča sledi dobrih del pri pakiranju in delitvi hrane, ob obiskih v Domovih starejših, v Kriznem centru, Dijaškem domu ali pa na domu uporabnika, ki ga obiše. Odtisi dobrih del, druženja in upanja se ustvarjajo ob srečanju skupine »Ob rožnem vencu«, ki se sestaja dvakrat mesečno, ob molitvi, premišljevanju Božje besede in pogovorih. Članice skupine se tudi večkrat odpravijo v bližnje kraje, kjer obišejo cerkev, se udeležijo svete maše ali prisluhnejo duhovnemu vodenju. Odtisi dobrih del se ustvarjajo tudi ob srečanju z bolnimi in ostarelimi v mesecu juniju, ko so povabljeni v cerkev k sveti maši, kjer imajo možnost, da prejmejo sveto maziljenje.

Vsa ta dobra dela in dejanja, namenjena našim bližnjim bratom in sestram, so znamenja upanja, da pomagamo širiti dobro, da pošiljamo sporočilo vere, upanja in ljubezni. Kot poje svetoletna himna, smo živi plamen, ki prižiga upanje meni, tebi in vsem nam.

## 14 let vodenja

### Boža Herek

Župnijska karitas Laško se verjetno od drugih ne razlikuje. Toda njeni sodelavci, ki jih je blizu ducata, radi poprimejo za vsako delo, ki ga je treba opraviti. Duša tega je Dragica Cverle, ki je to Župnijsko karitas vodila 14 let. Čeprav je svoje delo vodje predala naprej, ostaja neprecenljivo njeno delo tajnice, ki ga še vedno opravlja. Dragica je veliko več kot le žena, gospodinja in babica, ki živi na podeželju, kot se sama rada predstavi. Čas je, da kaj pove o svojem delu pri Karitas.

### **Kako se je začelo tvoje delo pri Župnijski karitas Laško?**

Naša Župnijska karitas deluje od oktobra 2009. Prvo vodenje je bilo zaupano Olgi Krajnc. Po dveh letih se ji je zdravstveno stanje tako poslabšalo, da je novembra 2011 morala delo predati, izvolili so mene. To vlogo sem sprejela kot poslanstvo.

***Kakšna izkušnja je delo pri Karitas, česa te je naučilo in kaj ti je dalo?***

Leta karitativnega dela v tretjem življenjskem obdobju so pripomogla k osebni in duhovni rasti. Hvaležna sem Bogu za ta izziv. Bolje ne bi mogla osmisлити teh let.

Kristjani začnemo živeti kot verniki šele takrat, ko se zavedamo, da smo poklicani. Ta odnos je v prvi vrsti življenjski – konkreten in oseben in ne miselni ali intelektualni. Iz tega odnosa izhajajo vsa naša dela, po katerih nas poznajo drugi.

***Ker si človek, ki vidi stisko drugih, te verjetno ni bilo treba posebej nagovarjati, da si se odločila sprejeti to zahtevno in težko nalogo. Kako težko je bilo začeti?***

Svojo občutljivost za stiske ljudi pripisujem očetu, ki je kar nekaj let vodil občinski odbor Rdečega križa v Laškem. Tako sem se soočila s številnimi stiskami ljudi, ki so takrat prosili za pomoč.

Ko sem prevzela vodenje, je bila naša Karitas še v povojih. Delo s strankami in skupinsko delo v mreži Karitas je bilo zame kar izziv. Z izobraževanji, izmenjavo izkušenj ter s pomočjo sodelavcev in ob pomoči našega predsednika, domačega župnika g. Metličarja, smo veliko dosegli.

***V teh letih se je gotovo zgodilo marsikaj. Kaj vse počne Župnijska karitas Laško danes, s čim se ukvarja in s čim bi si ti še želela, da bi se ukvarjali?***

V teh letih se je nabralo veliko dogodkov, ki so ostali nepozabni: covid, begunci ... Smo »poplavno ogrožena Karitas«, zato nas zaznamujejo tudi stiske ljudi, ki se poleg socialnih stisk soočajo še z nepremagljivo naravo. Zgodbe prizadetih v poplavah so boleče, a večina tistih, ki so deležni pomoči, je neizmerno hvaležna, da jim pomagamo.

Delujemo po programih Škofijske karitas Celje. Ljudem pomagamo s hrano in oblačili ter šolskimi po-



trebščinami, pošiljamo jih na počitnice, pomagamo pri plačilu položnic in ostalih enkratnih pomočeh ob izrednih dogodkih in stiskah. Imamo lastne prostore, utečeno dežurstvo in vso potrebno administracijo. Po potrebi se povezujemo tudi z drugimi v občini. Ob predaji vodenja si želim, da bi se še naprej izvajali vsi programi pomoči. S starejšimi bi morali vzpostaviti več osebnega stika; starejši človek, ki je osamljen, potrebuje le prijazen pozdrav, nasmeh in koga, ki ga bo poslušal.

***Po 14 letih je delo utečeno, ustvarila si izvrstno ekipo, v kateri vsak ve, kaj je njegova naloga. Ti še ostajaš aktivno vpeta v delo ŽK Laško kot tajnica, kaj polagaš na srce svoji naslednici?***

Odločila sem se, da vodenje predam. Uspelo mi je izbrati osebo, ki bo v polnosti nadomestila moje delo in ga, upam, še izboljšala.

Zato, draga moja naslednica Boža, stopi z veseljem med dobre in prijazne ljudi družine Karitas. Po

svojih močeh ti bom pomagala, če bo treba. Vsem, s katerimi sem v teh letih na kakršen koli način sodelovala, se iz srca zahvaljujem. Bili ste in ostajate moji prijatelji.

***Hvala za pogovor, ostani zdrava in naša.***



# Med zimskimi počitnicami je bilo v Ajdovščini ponovno živahno

koordinatorji Mlade karitas Koper

Šole so med zimskimi počitnicami za en teden zaprle svoja vrata, Karitas v Ajdovščini pa jih je ponovno na široko odprla za igro in smeh otrok ter mladih, ki so se cel teden družili v sklopu počitniškega varstva.

Prvi dan smo preživeli sproščeno – ob spoznavanju in igranju raznih iger smo se odpravili tudi na svež zrak, kolikor nam je le dopuščalo muhasto vreme.

Drugi dan je bil kulinarčno obarvan, saj smo se učili, kako lahko palačinke pripravimo tudi na bolj zdrav način in s čim manj sladkorja. Preostanek dneva smo preživeli zunaj.

Tudi tretji in četrti dan sta bila obogatena s kulinarčnimi in drugimi koristnimi temami. V sredo nas je obiskala medicinska sestra iz Ajdovščine ter nas vodila skozi pogovor o pravilni higieni zob in prevenuti. Četrtek smo posvetili pogovoru o prometnih predpisih in varnosti v prometu. Za spodbudo smo vsi dobili odsevnike. Zaključili pa smo z izdelovanjem zanimivih sadnih krožnikov. Za konec smo izbrali najboljšega.

Zadnji dan se je že nezadržno približeval pust. Nekateri so ta dan »ostali kar doma« in na počitniško varstvo poslali maškare. V stilu pusta smo se posladkali s krofi in si za vrhunec dneva ogledali puštni karneval – obiskali so nas pravi ptujski kurenti.

Če povzamemo, skozi celoten teden ni manjkalo igre, druženja, sprostitve, športnih, ustvarjalnih in kulinarčnih aktivnosti. Skozi celoten teden so nas spremljali prostovoljci Mlade karitas Koper, z dobrim kosilom pa nas je oskrbela Gostilna picerija Anja. Nekateri starši so nas obdarili s sladkimi krofi. Vsem se iz srca zahvaljujemo in upamo, da se kmalu spet srečamo!



## Trajnostno kuhanje - kuhajmo skupaj

Zala Rus

### Trajnostno kuhanje: majhni koraki za velik učinek

Vsak grižljaj hrane zahteva ogromno virov, a kljub temu letno v Sloveniji zavržemo 165.000 ton hrane. Trajnostno kuhanje nam pomaga zmanjšati odpadke in ohraniti okolje.

#### Kako prispevati?

- **Načrtovanje obrokov:** Priprava tedenskega jedilnika in nakupovalnega seznama preprečuje odvečne nakupe.
- **Uporaba celega živila:** Listi redkvice v solati, olupki krompirja kot hrustljiv prigrizek, kosti za juho – vse to zmanjšuje odpadke.
- **Pravilno shranjevanje hrane:** Zelenjavo hranimo na hladnem, občutljive sestavine v posodah, ki se dobro zaprejo, ostanke pa zamrznemo ali uporabimo naslednji dan.
- **Kreativna uporaba ostankov:** Star kruh za drobtine, prezrelo sadje za smoothie, pire krompir za pastirsko pito.
- **Podpora trajnostnim projektom:** Hoferjev projekt *Hrana na dobri poti* presežno hrano donira, namesto da bi jo zavrgli.

#### Znate pravilno razbrati rok trajanja?

- »Porabiti do« pomeni varno uživanje le do določenega datuma (npr. meso, mlečni izdelki).
- »Uporabno najmanj do« označuje, da izdelek lahko ohrani kakovost še po preteku roka.





### Mladi kot gonilna sila sprememb

Mladi s svojim zgledom in družbenimi omrežji širijo zavest o odgovornem ravnanju s hrano. Kuhanje postaja način izražanja in povezovanja. Vse več mladih se zaveda negativnega vpliva odpadkov na okolje, neetične pridelave hrane in porazdelitve hrane po svetu. S sodelovanjem v trajnostnih projektih, kot so izmenjave hrane, kuharske delavnice in spodbujanje lokalne pridelave, mladi pomembno vplivajo na zmanjšanje količin zavržene hrane. V šolah in skupnostih organizirajo kampanje ozaveščanja in se vključujejo v prostovoljske iniciative, kjer pomagajo pri distribuciji presežne hrane socialno ogroženim skupinam. Še vedno pa je le-teh premalo. Vabljen(a) tudi ti, da z malimi koraki prispevaš k ohranjanju okolja.

### Letovanje Kuhajmo skupaj na Rakitni – trajnostno kuhanje v praksi

Na Rakitni youngCaritas v okviru projekta *Migaj, zdravo uživaj!* vsako poletje organizira letovanje *Kuhajmo skupaj*. Otroci skozi igro spoznavajo trajnostno kuhanje, lokalna živila, ločevanje odpadkov in kompostiranje. Preizkusijo tudi peko kruha od zrna do hlebca in zapisujejo recepte za domačo uporabo.

**Postani animator!** Če si star(a) 16–30 let ter uživaš v kuhanju in delu z mladimi, se pridruži ekipi animatorjev. Piši na [zala.rus@karitas.si](mailto:zala.rus@karitas.si) in pomagaj soustvariti trajnostno prihodnost!

**Za župnijske Karitas:** Letovanje razširjamo na pet tednov, zato bo to priložnost tudi za otroke iz cele Slovenije, da se pridružijo letovanju. Več informacij na [zala.rus@karitas.si](mailto:zala.rus@karitas.si).

Trajnostno kuhanje ni le trend, temveč način življenja. Kakšen bo tvoj naslednji korak?



## MLADI se predstavijo

Sem Tina Zelenko, prihajam iz Maribora in sem študentka prava na Pravni fakulteti. Moje študijske obveznosti zahtevajo veliko truda in discipline, vendar si vedno vzamem čas za dejavnosti, ki me izpopolnjujejo in povezujejo z ljudmi.

Ob večerih opravljam prostovoljno delo pri razvozu hrane za pomoči potrebne. Za to priložnost sem izvedela od prijateljice, s katero že dolgo sodelujeva pri prostovoljnih aktivnostih v organizaciji Karitas. Deliva si veselje ob pomoči tistim, ki so se znašli v stiski.

Prostovoljno delo mi pomeni veliko, saj mi daje občutek, da lahko s svojimi dejanji vsaj malo prispevam k prijaznejši in bolj pravični družbi. Poleg tega me delo uči skromnosti, empatije in hvaležnosti za stvari, ki jih imamo v življenju.

**Prostovoljstvo:** Poleti sem pridobila dragocene izkušnje kot animatorka na letovanju, kjer sem skrbela za organizacijo aktivnosti in ustvarjanje prijetnega vzdušja.



**Hobiji:** Moji hobiji vključujejo ustvarjanje okusnih jedi v kuhinji, uživanje v ritmičnih bachate na plesišču, igranje ter crkljanje z mojima mucama doma, predvsem pa poslušanje glasbe.

**Najljubša hrana:** Težko izberem najljubšo jed, ker obožujem hrano. A stvar, ki se ji nikoli ne morem odreči, so sladice. Sladko je preprosto moja šibka točka.

**Najljubši kraj za izlet v Sloveniji:** Moj najljubši kraj je Lipica, kjer me vedno očara bližina živali, še posebej konj. Tam najdem svoj raj za sprostitvev in občutim pravo srečo.

**Najljubša pesem:** Nimam ene same najljubše pesmi. Vsaka pesem s starega Balkana je zame nekaj posebnega, saj mi glasba preprosto govori. Te melodije in besedila me na svoj način vedno znova dotaknejo ter pustijo svoj pečat.

**Najljubši kotichek kjer se sprostiš:** Moj kotichek za sprostitvev je kjerkoli že, najpogosteje pa doma, v postelji ali na kavču, dokler sta ob meni moji mucic.

**Najljubša slovenska beseda:** Eksistenca – poudarja posameznikovo svobodo, odgovornost in iskanje smisla v življenju.



## JEZUS JE ZVELIČANJE, JEZUS JE LUČ, JEZUS JE ZNAMENJE, KI SE MU NASPROTUJE

papež Frančišek

vir: Vatican News

Evangelij bogoslužja (Lk 2,22-40) spregovori o Mariji in Jožefu, ki sta prinesla otroka Jezusa v jeruzalemski tempelj. Po postavi ga prineseta v Božje bivališče kot osvežitev spomina, da življenje prihaja od Gospoda. In medtem ko Sveta družina izpolnjuje nekaj, kar je izraelsko ljudstvo počelo od nekdaj, iz generacije v generacijo, se zgodi nekaj, kar se ni še nikoli zgodilo.

Dva starčka, Simeon in Ana, prerokujeta glede Jezusa. Hvalita Boga in govorita o otroku »vsem, ki so pričakovali zveličanje Jeruzalema« (v. 38). Njena ganjena glasova odmevata med starodavnimi kamni templja in oznanjata dopolnitev Izraelovega pričakovanja. Bog je zares prisoten sredi svojega ljudstva, in sicer ne zato, ker bi bival med štirimi zidovi, temveč ker živi kot človek med ljudmi. To je Jezusova novost. V starosti Simeona in Ane se zgodi novost, ki spremeni zgodovino sveta.

Ob njiju sta se Marija in Jožef čudila temu, kar sta slišala. Ko Simeon sprejme otroka v naročje, ga imenuje na tri čudovite načine, ki zaslužijo razmislek. Trije načini, tri poimenovanja. Jezus je zveličanje, Jezus je luč, Jezus je znamenje, ki se mu nasprotuje.

Najprej, Jezus je zveličanje. Tako pravi Simeon, ko moli Boga: »Zakaj moje oči so videle tvoje zveličanje, ki si ga pripravil pred obličjem vseh ljudstev«

(v. 30-31). To nas vedno pusti začudene, da je vesplošno zveličanje osredotočeno v samo enem! Da, ker v Jezusu prebiva vsa polnost Boga (prim. Kol 2,9).

Drugi vidik: »Jezus je luč v razsvetljenje poganov« (v. 32). Kakor sonce, ki vzhaja nad svet, tako ga bo ta otrok rešil temin zla, bolečine in smrti. O, kako tudi danes potrebujemo to luč!

In končno, otrok, ki ga je objel Simeon, je znamenje nasprotovanja, »da se razodenejo misli mnogih src« (v. 35). Jezus razodeva kriterij za presojanje vse zgodovine in njene drame ter tudi življenja vsakega od nas. In kateri je ta kriterij? Ljubezen. Kdor ljubi, živi, kdor sovraži, umre. Jezus je torej zveličanje, Jezus je luč, Jezus je znamenje, ki se mu nasprotuje.

Razsvetljeni s tem srečanjem z Jezusom se lahko vprašamo:

- Kaj pričakujem v svojem življenju?
- Kaj je moje veliko upanje?
- Ali moje srce želi videti Jezusovo obličje?
- Ali pričakujem razodetje njegovega načrta zveličanja za vse človeštvo?

Duhovnost za srečanje sodelavcev župnijske Karitas:

Preberite razmišljanje papeža ob odlomku iz Svetega pisma in najprej sami odgovorite na vprašanja, ki nam jih ob tem zastavlja. Odgovore si podelite v skupini in nato skupaj prosite Marijo, najčistejšo Mater, da nas spremlja skozi svetlobo in senco zgodovine proti srečanju z Gospodom.

komentar

## Vprašanje medosebnih odnosov

Tomaž Kodrič

Besede papeža Frančiška nas večkrat najdejo pred življenjsko pomembnimi vprašanji, odločitvami in izbirami. Med taka vprašanja zagotovo sodi tudi vprašanje medčloveških odnosov, še posebej, ko gre za odnose, zaznamovane s krivico, ranjenostjo, prizadetostjo, zamerami, sovraštvom ...

Najprej sem papežu Frančišku hvaležen, da se tem občutljivim temam ne izogiba. Ravno nasprotno! Tako kot vedno je v oznanilu dosledno evangelijski in morda prav zaradi tega mnogokrat nerazumljen, celo obsojan. Ko je na jubileju diakonov

spregovoril o nujnosti in pomembnosti odpuščanja, je to nalogo izpostavil celo kot temeljno, da bi lahko rasli skupaj.

Na načelni ravni s tem učenjem nimam težav. Še več! Od bližnjih pričakujem, da mi bodo odpuščali in se ne bodo naveličali podarjati mi priložnosti za nove začetke. Do te točke se s papeževim nagovorom popolnoma strinjam in mu celo pritrjujem do zadnje pike. Težava ali težave pa se pojavijo tisti hip, ko sem izzvan in moram teorijo prevesti v življenje oziroma sem sam tarča podobnih pričakovanj svojih



bližnjih. Potem mi bolj kot odpuščanje zadiši stroga pravičnost, nepopustljivost in tudi zelo ostro postavljanje mej, do kje me lahko nekdo »izkorišča«.

Papeževe besed poskušam razumeti tudi s pomočjo žalostne in boleče obletnice, ki je zaradi vojnih grozot zaznamovala naš kraj. Ob lanskem božičnem praznovanju je minilo 80 let, odkar je bila skupina mladih fantov in mož v primežu ideološkega nasilja prikrajšana za temeljno pravico – pravico do življenja. S to krivico so bile zaznamovane tudi njihove družine, njihovi najbližji. Ob obletnici smo se v župnijski skupnosti s sveto mašo spomnili njih in vseh drugih žrtev vojne ter prosili Gospoda usmiljenja zanje in tudi za vse, ki so krivico povzročili. Storjena je bila velika krivica, a v skupnosti smo začutili, da je pot sprave samo v odpuščanju in molitvi za vse: za žrtve in za tiste, ki so krivico povzročili. Tudi odmev najožje sorodnice žrtev, ki je dejala, da je še vedno hudo, a da moramo moliti za vse, me je/nas potrdil v pravilnosti odločitve, da naredimo korak

in korake odpuščanja – to nas bo vodilo v resnično spravljeno družbo.

To ne pomeni, da smo že popolnoma dojeli, kaj šele premagali začarani krog obmetavanja z različnimi izrazi nikoli zaključenega obsojanja, z izpadi sovražstva do tistih, ki so po naših človeških merilih na drugi strani. Upam pa, da smo vsaj stopili na pot, ki vodi proti željenemu cilju: iskreni spravi, odpuščanju in odrešenemu, veselemu življenju.

Zavestno sem izpostavil dogajanje med nami, v naši skupnosti, saj je o odpuščanju enostavno razpravljati, ko gre za druge. Pot odpuščanja se po mojem mnenju, ne začneja nekje daleč stran, ampak pri meni. Prvi moram sam stopiti na to pot in zagotovo bom hitro odkril odnos, ki me zaznamuje z ranjenostjo, zamero, morda celo s sovražtvom. Stopiti v tem odnosu na pot odpuščanja pomeni stopiti na pot odpuščanja v širši družbi. Sem pripravljen na to, ali bom spet samo čakal na druge, da bodo prvi?

## slovenska karitas

# Akcija



Mojca Kepic

**40 dni brez alkohola nas vsak dan vabi, da s treznostjo izrazimo solidarnost z vsemi, ki trpijo zaradi alkohola**

**Na pepelnično sredo, 5. 3. 2025, smo že 20. leto začeli akcijo 40 dni brez alkohola s spodbudo odpovedi alkoholu v znamenje solidarnosti z vsemi, ki trpijo zaradi posledic alkohola. Letošnje geslo »TI IN JAZ« poudarja moč medčloveških vezi in sodelovanja. Akcijo smo začeli z novinarsko konferenco, na kateri so soorganizatorji izpostavili, kako alkohol vpliva na zdravje, promet, družbo, družino.**

*»Spoznal sem, da si za svoja dejanja in odločitve odgovoren samo sam. Veliko lažje izražam in nadzorujem svoja čustva, naučil sem se postavljati meje – sebi in drugim. Moji odnosi z bližnjimi so se izboljšali, saj sem postal bolj prisoten in razume-*

*vajoč. Zdaj optimistično zrem v prihodnost, kar je zame novo, saj sem bil prej vedno pesimist. Vem, da me čaka še veliko dela, a življenje brez alkohola je vredno truda,«* pove o svoji izkušnji odpovedi alkoholu uporabnik iz programa Vrtnica, Zavoda Karitas Samarijan.

**David Urankar, TV voditelj in model**, ki se je skupaj z ženo **Ajdo Rotar Urankar, podjetnico in oblikovalko**, kot ambasador pridružil akciji, vabi: *»Kot družba moramo slediti nečemu, da bomo v starosti bolj vitalni. Sledimo osebam, ki nimajo na vsaki fotografiji v roki kozarca z alkoholom, hamburgerja. Najdimo nekoga, ki bo tudi nam pomagal. S tem bomo poskrbeli sami zase. Če se odpovem alkoholu, bom bolje spal, imel aktivnejše življenje, naredil boljši trening in upam, da bom posledično dlje živel. Če se kdo obotavlja, zakaj bi ali zakaj ne bi – zakaj pa ne? Si ne upaš? Ampak daj, pridruži se. Ti in jaz, jaz in ti.«*

**Peter Tomažič, generalni tajnik Slovenske karitas**, je ob začetku akcije povedal: *»Naše življenje je prepleteno z dobrim in slabim. Skoraj vsa naša ravnanja ima posledice pri bližnjih ljudeh, s katerimi živimo, delamo in se družimo. Lahko pa naša ravnanja vpliva tudi na neznanca in celo na širšo družbo. Ko govorimo o alkoholu, o prekomernem uživanju alkohola ali celo o zasvojenosti, vemo, da negativne posledice grobo posegajo v okolico.*



Mnogi v Sloveniji trpijo zaradi smrti in poškodb v prometu, slabih odnosov v družini, nasilja ter številnih bolezni, ki so posledica prekomernega pitja alkohola. Trpljenje, ki ga povzroča alkohol, zajema širok krog ljudi: bližnje, sodelavce, nedolžne ljudi na cesti, otroke ... Alkohol tako ali drugače negativno vpliva na 10 % ali 200.000 Slovencev. Zato letošnja akcija nosi naslov TI in JAZ. Moja žena in jaz, moji otroci in jaz, moji sodelavci in jaz, soudeleženci v prometu in jaz ... Kot vsako leto v zadnjih 20 letih tudi letos Slovenska karitas in soorganizatorji spodbujajo širšo javnost k udeležbi v 40-dnevnom postu in k zmernosti čez celo leto. Vsa leta pa je naš skupni poudarek izraz solidarnosti z vsemi, ki trpijo zaradi alkohola. To je poziv k odgovornemu ravnanju pri pitju alkohola, skrbi drug za drugega in boljšim izbiram, ki bogatijo in ne uničujejo našega življenja in življenja drugih.«

**Vesna Marinko, generalna direktorica Direktorata za javno zdravje**, je poudarila: »Na Ministrstvu za zdravje si prizadevamo za celovit in strateški pristop k problematiki alkohola, in sicer s poudarkom od preventive in osveščanja, zgodnjega prepoznavanja težav, do ustrezne obravnave in zdravljenja odvisnosti. V zadnjem letu smo naredili ogromen napredek pri oblikovanju alkoholne politike v Sloveniji. Pripravili smo državni Program omejevanja porabe alkohola in zmanjševanja škodljivih posledic rabe alkohola za leti 2025–2026. Sprejeti ukrepi morajo temeljiti na znanstvenih dokazih in biti usmerjeni v zaščito zdravja celotne populacije, še posebej ranljivih skupin, kot so otroci in mladostniki. Letos tako nadaljujemo z aktivnostmi in prizadevanji, da skupaj zmanjšamo škodljive posledice alkohola na javno zdravje vseh nas. Številne raziskave namreč kažejo, da varna količina pitja alkohola z vidika tveganja za zdravje ljudi ne obstaja. Vsak požirek pušča sledi ne le v posamezniku in njegovih najbližjih, temveč tudi v celotni družbi.«

Alkohol je eden od glavnih dejavnikov tveganja za nastanek prometnih nesreč. »Alkoholizirani vozniki so lani povzročili več kot 1.500 prometnih nesreč, v katerih je umrlo 17 udeležencev, kar je 4 manj kot v leto prej,« je povedala **namestnica direktorice Javne agencije RS za varnost prometa mag. Saša Jevšnik Kafol**. Opozorila je na veliko toleranco do alkohola v naši družbi, kar se odraža tudi v prometu. Zato si bodo letos skupaj z Zavodom Varna pot in drugimi deležniki prizadevali za spremembo terminologije, da bi namesto izraza »prometna nesreča« uporabljali besedo »trk« ali »trčenje«, ko gre za po-

sledice zavestnega neodgovornega ravnanja, kot je vožnja pod vplivom alkohola. »Takšna sprememba bi prispevala k večjemu razumevanju odgovornosti in k bolj učinkovitim preventivnim ukrepom,« je prepričana. Izpostavila je tudi problematiko mladih alkoholiziranih povzročiteljev nesreč. »Zelo nas žalosti, da so lani mladostniki v starosti do 17 let pod vplivom alkohola povzročili 11 prometnih nesreč, v katerih je eden tudi umrl,« je dejala.

**Sodelavka NIJZ, psihologinja Karmen Henigsmann:** »Na NIJZ-ju želimo osvetliti možnosti podpore za posameznike, ki želijo opustiti ali zmanjšati pitje alkohola, še preden so prisotne resnejše težave. Za ta namen so po Sloveniji na voljo svetovanja, ki so brezplačno dostopna v centrih za krepitev zdravja ali zdravstvenovzgojnih centrih. Za vsakega, ki bi želel poglobljeno pogledati, kako je s svojim pitjem, in se dodatno informirati, je na voljo tudi spletna stran [www.SOPA.si](http://www.SOPA.si). Slednja ponuja tudi anonimni pogovor s spletnim svetovalcem, s katerim lahko raziskujete možnosti opuščanja tveganega ali škodljivega pitja alkohola.«

**Andreja Verovšek, moderatorka na forumu Zasvojenost in pomoč na Med.Over.Net:** »Paradoks je, da alkohol uničuje odnose, po drugi strani pa so odnosi tudi vzrok, zakaj nekdo pije in zakaj drugi ostaja v odnosu z njim. Če luščimo plasti vzrokov, pridemo do rane, ki je nastala v otroštvu in odnosu s strani staršev. Rana se celi s pristinimi in toplimi odnosi, ki jih lahko začnemo razvijati v odraslosti, če se le podamo na pot lastnega spoznavanja in odkrivanja. Ti in jaz imava neizmerno moč.«

## ROMANJE NA BREZJE

V soboto, **8. 3. 2025**, smo se ob 10h srečali na **Brezjah pri sv. maši, ki jo je daroval ljubljanski pomožni škof msgr. dr. Franc Šuštar** za zdravljenje alkoholike, njihove svojce in udeležence preventivne akcije. Msgr. dr. Šuštar nas je pri pridigi nagovoril z besedami: »Če človek ne govori o alkoholu, svoji bolezni, ne bo nikogar potolažil ali nasitil z darovanjem samega sebe. Alkohol človeka zapre v popolni egoizem in poruši vse okrog njega, ga tako siromaši, da tega ne more razločevati. In še naprej lahko sledimo besedam, ki vabijo k češčenju Gospoda, svojega Boga, in uresničevanju njegove zapovedi. Ta beseda vabi k spreobrnjenju in prizna-

## slovenska karitas

nju Boga za svojega Gospoda. Alkoholik si namreč postavi svojega človeškega Boga, ki je pravzaprav on sam, in misli, da lahko počenja, kar se mu zadi. Pri tem si dovoli početi tudi vse prepovedane stvari – dokler pije, mu ni nič sveto. Na poti posta pa nismo sami. Z nami so bratje in sestre v Cerkvi. Z nami je Jezus. In vedno znova vabi. Še posebej, kadar čutimo na sebi križ. Jezus pravi: Vzemi vsak dan svoj križ in hodi za menoj.«

**20** Po sveti maši pa so spregovorili terapevti, ki delajo z družinami in njihovimi svojci. **Nataša Sorko iz Društva Žarek** upanja je poudarila: »V življenju se kdaj znajdemo v stiski in takrat je dragoceno srečati osebo, ki sledi geslu letošnje akcije. Tak človek nam lahko ponudi prostor, čas in znanje, hkrati pa je spoštljiv, razumevajoč ter empatičen. Z njim občutimo, da nas ne le posluša, ampak tudi resnično sliši. Odnos med nami postane ključen, saj nam daje občutek, da smo na pravem mestu, kjer nekdo iskreno stoji ob strani in nam nudi srce ter roko v naših najtežjih trenutkih. Verjamem, da je ravno ta medsebojni odnos najpomembnejši, saj nam daje moč in spodbudo za premik v pravo smer. Če ta odnos manjka, tudi naše znanje ne more resnično pomagati.«

Nato sta spregovorila **Lidija in Jožef Kociper**. Jožef nam je predstavil pot iz zasvojenosti: »Zasvojenost je mogoče premagati – vedno obstaja pot iz tega brezna. Proces spremenbe pa poteka skozi pet ključnih faz. Prva in najdaljša je brezbržnost oziroma zanikanje, ko posameznik še ne prepozna svoje težave. Sledi faza prebujanja, ko se začne zavedati svoje situacije. Tretja faza je preobrat – točka, kjer se rodi želja po spremembi. Nato pride akcija, ko se



človek dejansko odloči in začne ukrepati. Zadnja faza rehabilitacije, v kateri ste verjetno mnogi prisotni, prinaša tudi globlje duhovne uvide. Vse te faze vodijo k istemu cilju – kako zaživeti življenje brez alkohola in kako najti samega sebe. Ključno je prepoznati zasvojenost, si priznati resnico in narediti korak k novemu življenju.« Ga. Lidija pa nas je k poslušanju pritegnila z zgodbo starejšega para, ki je pred kratkim prišel k njej; žena je bila vidno razburjena, jezna in obupana in dejala: »Moj mož je bil 40 let abstinent. Štirideset let! Vsi prijatelji so vedeli, da ne pije, in so ga spoštovali. A zdaj, pri njegovih 80 letih, so ga prepričali, da poskusi kozarec alkohola. In veste, kaj se je zgodilo? Postal je popolnoma enak, kot je bil takrat, ko je prenehal piti. Ne morem več živeti z njim. Ne morem ničesar povedati. Se naj zdaj, pri 80 letih, ločim? Ko bi si na stara leta morala stati ob strani? Pomembno je, da vsi razumemo, kaj je zasvojenost in kako sveta je abstinenca. Alkoholizem ni zgolj preteklost – je bolezen, ki lahko kadar koli znova prevzame človeka, če si to dovolimo. Zato je ključnega pomena, da se ne pustimo prepričati, da je ,le en kozarec neškodljiv. Kajti za nekoga, ki se je dolga leta boril in zmagoval, je lahko prav ta kozarec tisti, ki vse poruši.« Na koncu je o zgledu matere v njegovem življenju spregovoril duhovnik Jože Pavlakovič.

## škofijske karitas

### celje

## OBČNI ZBOR ŽUPNIJSKE KARITAS VRANSKO

Člani Župnijske Karitas Vransko smo imeli 4. marca 2025 v prostorih veroučne učilnice letni občni zbor. Zbralo se nas je 25, poleg prostovoljcev sta se nam pridružila tudi domači župnik g. Jože Turinek in županja Občine Vransko, Nataša Juhart. Pregledali smo letna poročila, ki so jih predstavili organi društva, in naredili načrt za leto 2025. Zadovoljni smo z opravljenim delom v



preteklem letu, s karitativno dejavnostjo pa bomo nadaljevali tudi v tekočem letu. V preteklem letu je bila srčika našega dela pomoč ljudem v stiski, delavnice, kjer smo izdelovali butarice, voščilnice, rože iz papirja. Obiskovali smo starejše na domu



in organizirali romanje na Brezje. Delo bomo še naprej opravljali solidarno in z velikim veseljem.

Uradnemu delu občnega zbora je sledilo sproščeno druženje s pogostitvijo.

## VEDNO PRIPRAVLJENI

Matej Pirnat

V Celju so se pri sv. Jožefu na plenumu ponovno zbrali sodelavci 77 župnijskih Karitas iz celjske škofije. Najprej so se ob molitvi križevega pota spomnili na vse potrebe in stiske, ki so jim ob svojem delu priče, ter prosili zase in za vse svoje uporabnike, s katerimi se srečujejo.

tajnik Škofijske karitas Celje, predstavil poročilo o opravljenem delu v preteklem letu.

Leta 2024 je pod okriljem Karitas na celjskem delovalo 1.592 prostovoljcev, ki so skupaj opravili 89.698 ur prostovoljnega dela. Pomagali so 34.313 prejemnikom različnih oblik pomoči. Razdelili so 447.269 kg hrane, 2.495 osebam so pomagali pri plačilu položnic v vrednosti 105.444,46 EUR. Ob vstopu v šolo so pomagali 1.614 otrokom s paketi šolskih potrebščin in skoraj 500 otrokom pri plačilu delovnih zvezkov. Posebno pozornost so namenili nematerialni obliki pomoči. Ker zadnje čase opažajo porast osamljenosti in stisk, ki jih to prinaša, iščejo načine, kako se ljudem približati in jim pokazati, da niso sami in pozabljeni. Tako so v minulem letu obiskali 6.588 starejših, osamljenih ali bolnih, nekatere tudi večkrat, in zabeležili 12.791 obiskov. Zabeležili so 66.389 pogovorov in svetovanj in vključili 7.143 oseb. Opažajo, da so obisk, pogovor in čas v veliko primerih tisti neprecenljiv dar, ki ostane. Začeli so tudi z novim programom, duhovno oskrbo in spremljanjem oseb s posebnimi potrebami, oz. kot rada reče odgovorna oseba za ta program; izkazujemo bližino osebam s posebnimi obdarjenostmi.

V lanskem letu je Škofijska karitas Celje še vedno pomagala tudi oškodovanim v poplavah avgu-



Srečanje so nadaljevali v veliki dvorani, ki je bila napolnjena do zadnjega kotička. Zbrane je pozdravil celjski škof, Maksimiljan Matjaž, ki se je vsem sodelavcem zahvalil za ljubezen, ki jo izkazujejo ubogim, in jih prosil, naj to počnejo še naprej. V duhu letošnjega plenumskega gesla: »vedno pripravljeni na odgovor vsakemu, ki vas sprašuje za razlog upanja, ki je v vas,« jih je spodbudil, da bi v svojem življenju znali najti razloge za upanje in upanje prinašati tudi ljudem v stiski.

Nagovoril jih je Rok Metličar, predsednik Škofijske karitas Celje, nato pa je Matej Pirnat, generalni

sta 2023. S pomočjo Karitas Poljske, Nemčije, Hrvaške in Bosne in Hercegovine je najbolj ogroženim gospodinjstvom pomagala pri sanaciji in obnovi stanovanjskih prostorov. Prav tako so sodelavci Karitas še vedno nudili poplavljenim psihosocialno pomoč na terenu, obiske in razbremenilne pogovore.

Ko se je stemnilo, je v temno dvorano deček prinesel svetilko, kakor jo s svojim delom prinašajo prav vsi sodelavci. Vsi smo povabljeni, da enako počnemo doma, med prijatelji in znanci, neznanci in tujci; da prinašamo luč v vse odnose in trenutke dneva in tako postajamo vedno bolj podobni Njemu, ki je Luč.

## ZAHVALILI SMO SE ZA OPRAVLJENO DELO

Marjana Plesničar Jezeršek

22

V soboto, 22. marca, se je več kot 120 prostovoljcev, sodelavcev in drugih prijateljev Škofijske karitas Koper udeležilo letnega občnega zbora, ki je tokrat potekal pod svetoletnim geslom »Romarji upanja«. Pomemben dogodek za našo Karitas smo začeli s sveto mašo v cerkvi sv. Štefana v Vipavi. Somaševanje je vodil predsednik Škofijske karitas, g. škof Peter Štumpf. Božja beseda s prilikom o usmiljenem očetju je bila čudovito izhodišče za besedo o svetem letu, ki nas kliče, da živimo usmiljenje in ljudem prinašamo upanje. Sveto mašo so sooblikovali prostovoljci, ki so z molitvijo in pesmijo poskrbeli za čudovito daritev, s katero smo se zahvalili za delo opravljeno v preteklem letu in se priporočili v varstvo ter vodstvo našemu Gospodu in njegovi Materi tudi v prihodnje.

Občni zbor smo nadaljevali v prostorih Škofijske gimnazije Vipava. Tam so prostovoljke Vipavske območne karitas poskrbele, da smo se okrepčali s kavico in pecivom. Uradni del smo začeli z nastopom Briških tercink, ki so nas navdušile s svojimi glasovi. Zapele so nam o miru, mladosti in prebujajoči se naravi, tako da so se naša srca čisto raznežila. Sledil je spodbuden nagovor škofa Petra Štumpfa ter pozdrav predstavnika Slovenske karitas, g. Danila Jesenika Jelenca.

Nato je bil čas za predstavitev opravljenega dela v letu 2024, ki so je pripravili ravnatelj Škofijske karitas g. Tihomir Busija, zaposlene sodelavke, voditeljice Dekanijskih in Območnih karitas ter direktorica Zavoda Samarijan, ga. Milena Brumat. Predstavitvene so bile številke in nekateri poudarki, za katerimi se skriva še ogromno dela, dobrih misli in molitev, ki jih pozna le Bog.

Poročila so bila soglasno sprejeta, nato pa je g. ravnatelj predstavil še program za leto 2025, ki je bil prav tako sprejet.

Statutarnemu delu je sledilo predavanje g. Mira Šlibarja, *Povezani z Gospodom, v sočutju in bližini s trpečimi, delimo skrb in razočaranja*. Predavatelj je izhajal iz svojih izkušenj pri delu z bolniki, umirajočimi in njihovimi svojci. Povedal je veliko zanimivega o soočanju z boleznijo in našo minljivostjo, kar bo gotovo koristilo vsakemu od nas. Še posebej nam

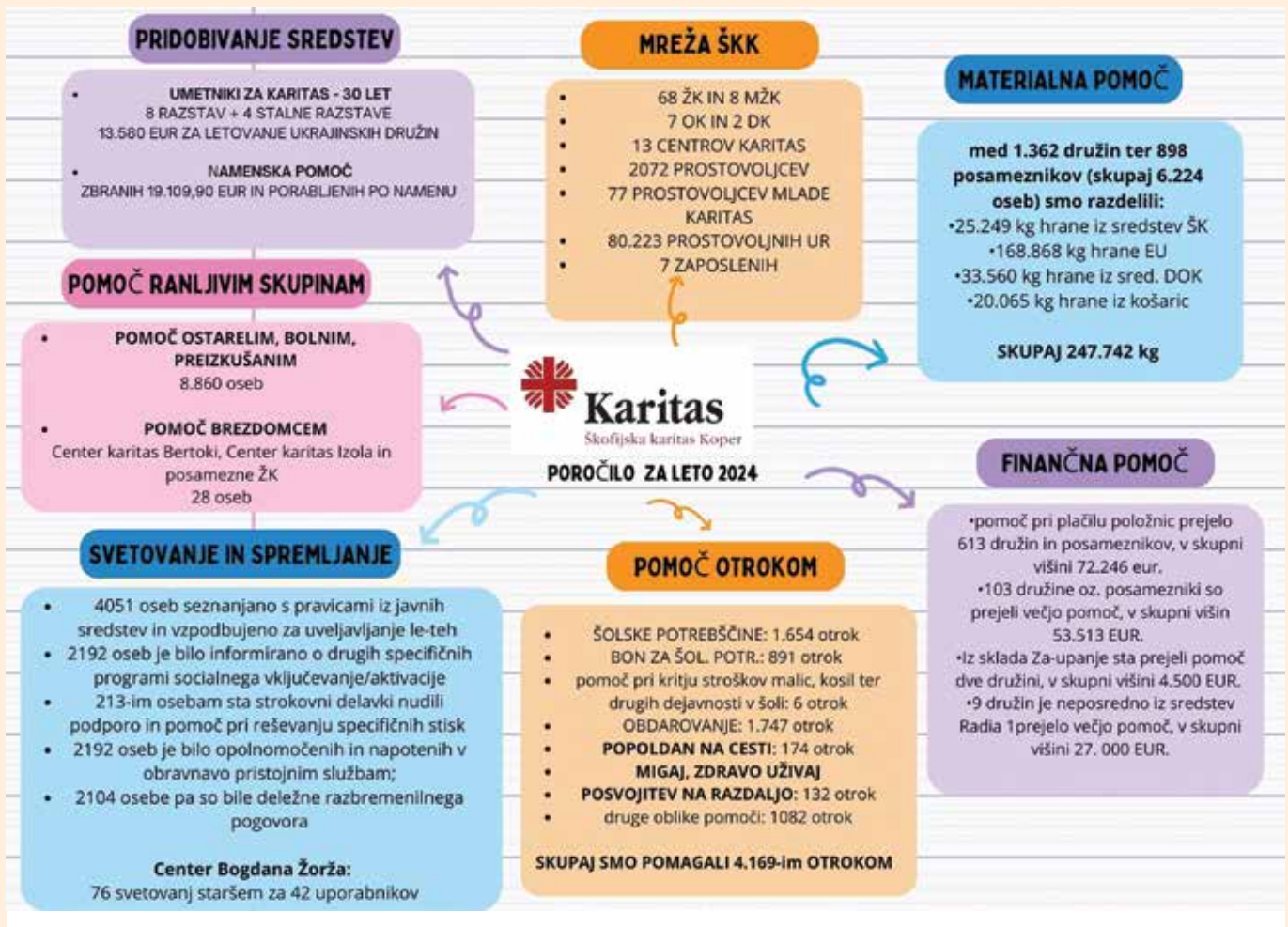


je položil na srce, da je za bolnike pomembno, da smo ob njih, da jim prisluhnemo in da jim s pozitivnim pristopom prinašamo upanje.

Po predavanju so nam prostovoljci Mlade karitas pripravili presenečenje in nas obdarili s križi, ki nas bodo vsak dan spominjali, da smo skupaj na poti upanja. Dogodek smo zaključili s kosilom in prijetnim druženjem, med katerim smo si lahko podelili izkušnje, različne izzive in rešitve pri našem delu, pa tudi tisto, kar je v nas odzvanjalo po zanimivem predavanju.

Bil je lep dogodek, poročilo o njem lahko zaključimo le z iskreno zahvalo. Hvala vsakemu od več kot 2.000 prostovoljcev in sodelavcev Škofijske karitas Koper za vse zapisano pa tudi za tiste nezapisane opravljene ure, ki so bile podarjene za nekoga, ki nas je potreboval.

Naj nas pri delu za skupno dobro in pomoč najranljivejšim še naprej spremlja Božji blagoslov!



## Ljubljana

### S SKUPNIMI MOČMI DELAJO DOBRO

Alenka Petek

V soboto, 1. marca, je Župnijska karitas Dobropolje gostila srečanje IV. arhidiakonata, ki ga sestavlja 24 župnijskih Karitas iz dekanij Cerknica, Grosuplje, Ribnica in Vrhnika. Srečanje se je pričelo s sv. mašo, ki jo je daroval domači župnik, gospod Franc Škulj. Zahvalil se je vsem prostovoljcem za vse delo, napore in čas, ki ga namenijo za pomoč ljudem v stiski. Vera ni samo nekaj notranjega, ampak se kaže tudi navzven, na primer z dobrotelostjo. Z njo oznanjamo Kristusa in hkrati pomagamo potrebnim. Kristjani morajo biti vzor ljubezni do bližnjega.

Po sveti maši je potekal ogled petih fresk, ki jih je domači umetnik Žiga Hriberšek naslikal pod arkadami župnijske cerkve in prikazujejo skrivnosti svečlega dela rožnega venca.

Sledilo je delovno srečanje. Udeležilo se ga je več kot 50 prostovoljcev IV. arhidiakonata. Na za-

četku je vse prisotne pozdravila voditeljica ŽK Dobropolje, Marta Šuštar, in povabila sodelavko Yung Caritas, ki je zelo aktivna v domači župniji, k predstavitvi programa. Sledila je predstavitev dela ŽK glede na letna poročila, ki jih župnijske Karitas konec leta pripravijo za Škofijsko karitas Ljubljana. V IV. arhidiakonatu je aktivnih 800 prostovoljcev, ki so v letu 2024 opravili več kot 37.000 ur prostovoljnega dela. Glavnino dela opravijo starejši od 60 let. Teh je kar 40 %. Udeleženci so izrazili željo, da bi se njihova struktura pomladila. Dela je iz leta v leto več in tudi poročanje o opravljenem delu zahteva natančnost in poznavanje računalniških programov, čemur pa starejši težko sledijo.

V letu 2024 so pomagali 1.451 otrokom s šolskimi potrebščinami, plačilom malic, kosil in obšolskih dejavnosti, nudili podporo oratorijem ter jih obdarovali za Miklavža.

3.703 starejših so obiskali v domovih za ostarele ali po domovih. Pomoč v hrani je prejelo 958 družin. Pohvalno je, da so v lanskem letu v trgovskih centih zbrali 36 ton hrane za ljudi v stiski in s tem obogatili standardne pakete hrane. Sredstva za pomoč v višini 158.458 EUR so zbrali z darovi



dobrotnikov, prispevki občin ter zbranimi sredstvi od dobroteljskih akcij in prireditev.

Župnijske Karitas se vsaka na svoj način trudijo pomagati ljudem v stiski. Njihovo delo pa ni samo pomoč. Aktivno so vključene v lokalno dogajanje, ozaveščajo okolico o različnih stiskah ljudi, o svojem delu poročajo v lokalnih medijih ter vabijo k sodelovanju.

## KARITAS PRINAŠA LUČ LJUDEM V STISKI

Alenka Petek

V soboto, 15. marca, je Župnijska karitas Kisovec gostila srečanje III. arhidiakonata, ki ga sestavlja 23 župnijskih Karitas iz dekanij Domžale, Kamnik in Litija-Zagorje. Srečanje se je začelo s sv. mašo, ki so jo daroval litijski župnik Marko Mrlak, ob somaševanju Janeza Mraka, župnika iz Kisovca, in Maksimiljana Tušaka, župnika iz Zagorja ob Savi. Pridigal je stalni diakon Alojzij Štefan. Poudaril je, da nas Jezus poziva, naj ljubimo vse ljudi, tudi tiste, ki do nas niso prijazni in nas obsojajo ter nam otežujejo življenje. Na nas pa je, da ne delamo razlik in pomagamo vsem, tudi tistim, ki so nas prizadeli ali se nam zdijo ne vredni. Vemo, da ni težko ljubiti in pomagati ljudem, ki nas spoštujejo in so do nas prijazni. Veliko težje je biti prijazen in ponuditi pomoč

v stiski osebi, ki je do nas nevljudna in prezahtevna. Sveti Duh nam lahko omehča srce in pomaga, da bomo v vseh teh ljudeh videli Božjo podobo. Na koncu sv. maše se je Marko Merlak zahvalil vsem prostovoljcem, ki so se udeležili srečanja in preko Karitas pomagajo prinašati luč ljudem v stiski ter jim nudijo konkretno pomoč.

Srečanja se udeležilo 40 prostovoljcev III. arhidiakonata. V III. arhidiakonatu je aktivnih 605 prostovoljcev, ki so v letu 2024 opravili skoraj 36.000 ur prostovoljnega dela. V letu 2024 se je število mladih prostovoljcev povečalo, saj v svoje delo vključujejo tako skavte kot tudi birmanske skupine. Še vedno pa glavnino dela opravijo prostovoljci, ki so starejši od 60 let. Dela je iz leta v leto več, tudi fizičnega, kar pa starejši težko zmorejo. V povprečju se prostovoljci srečujejo od 7- do 8-krat letno. Na sestankih naredijo načrt za delo, se družijo, iščejo rešitve in oblike pomoči za posamezne prosilce ter določijo odgovorne za posamezne aktivnosti. V letu 2024 so pomagali 1.560 otrokom, 1.272 starejših je bilo deležnih obiska v domovih za ostarele ali po domovih. Za 797 starostnikov so pripravili družabno srečanje. Organizirano imajo tudi izposojno ortopedskih pripomočkov in pomoč v gospodinjstvu in pri osebni negi.

Pomoč v obliki prehranskih izdelkov je prejelo 1.209 družin. Pomagali so tudi družinam iz Ukrajine ter družinam tujcev, ki živijo pri njih in potrebujejo pomoč. V lanskem letu se je povečalo število





svetovanj, spremljanj in razbremenilnih razgovorov. Teh so imeli lani 4.832. Prosilci so župnijske Karitas prepoznali kot prostor, kamor se lahko obrnejo v svoji stiski. Njihova pomoč je raznolika. Stiske ljudje doživljajo zaradi različnih razlogov in v različnih situacijah. Prav tako jih različno tudi občutijo in izkazujejo. Karitas je varen prostor, kjer lahko o tem spregovorijo.

**maribor**

## ZAHVALNA SV. MAŠA OB OBLETNICI BLAGOSLOVITVE DOMA SV. LENARTA



V četrtek, 6. marca, je bil v Domu sv. Lenarta praznik zahvale za dobro delovanje Doma. Slovesno smo z zahvalno sveto mašo obeležili obletnico njegove blagoslovitve. Ob koncu maše, ki jo je daroval upokojeni mariborski nadškof msgr. dr. Franc Kramberger, je direktor g. Zlatko Gričnik povedal: *»To ni zgolj obujanje spominov na dan, ko so bili ti zidovi pred 17 leti blagoslovljeni, temveč je praznovanje občestva, ki v tem domu živi, dela, diha in ustvarja toplino pravega domačega ognjišča. Danes stojimo na trdnih temeljih preteklih let sobivanja, sodelovanja in skupnih prizadevanj. To je trenutek, ko praznujemo vse, kar smo ustvarili in dosegli.«*

Upokojeni nadškof je v svoji pridigi spomnil na 35-letnico organiziranega karitativnega delovanja na tleh današnje mariborske nadškofije, pod okrilje katere spada Dom sv. Lenarta. V nepozabnem spominu mu je ostal dan, ko je kot mariborski škof ordinarij v letu 2007 opravil blagoslovitev temeljnega kamna in eno leto kasneje blagoslovil dokončano stavbo ter jo izročil njenemu namenu. Poudaril je, da je obletnica delovanja lepa priložnost, da se

zahvalimo Bogu, vodstvu ter vsem uslužbenkam in uslužbencem za delo, ki ga vsak dan znova skrbno opravljajo. Pohvalil je delo prav vseh služb in pomen njihovega dela za skupen rezultat ter izpostavil, da v domu skrbijo tudi za najrazličnejše dejavnosti, ki popestrijo vsakdanjost. Izpostavil je pomenljive besede papeža Frančiška: *»Zanemarjanje ali odpis starejših je nedopustno in neodgovorno, domovi za starejše ne smejo biti domovi odrinjenih, odpisanih, marveč zavetišča in svetišča človečnosti, kjer vsak oskrbovanec ohrani svoje dostojanstvo in pomembnost.«*

Zahvalne svete maše se je udeležilo veliko stanovalcev, prišli so tudi zaposleni in povabljeni gostje. Ob sproščenem druženju, pogovoru, dobri pogostitvi smo se še nekaj časa zadržali v dnevnem centru.

Geslo, ki je bilo izbrano ob položitvi temeljnega kamna Doma sv. Lenart *»Lepo in spoštljivo jima je stregel«* (Tob 3,14), nas nagovarja tudi danes. Prikazuje odnos, ki bi moral biti vodilo vseh nas – odnos spoštovanja, služenja in skrbi za sočloveka. Naš dom je prostor, kjer vsak posameznik najde varnost, toplino in dostojanstvo. Tukaj se vsakodnevno udejanja to geslo – v pomoči, ki jo nudimo drug drugemu, v sočutju, ki ga izkazujemo, in v prijaznih besedah, s katerimi se nagovarjamo.

Spoštovani stanovalci, vi ste pričevalci življenjske modrosti in vir neprecenljivih izkušenj. Hvala vam, ker nas učite potrpežljivosti, sprejemanja in hvaležnosti za vsak dan, ki nam je dan. Dragi sodelavci, mi pa smo tisti, ki vsakodnevno uresničujemo poslanstvo tega doma – ponujamo roko tistim, ki jo potrebujejo, in prinašamo toplino tja, kjer je potrebna.

*(iz nagovora g. Zlatka Gričnika)*



## novo mesto

## GOBAVCI DANAŠNJEGA ČASA

Darija Kastelic

V ponedeljek, 17. 3. 2025, smo sodelavci ŽK Mirna Peč za vse župljane organizirali postno predavanje z naslovom: Gobavci današnjega časa. Na to temo nam je spregovoril profesor teologije, univerzitetni diplomirani filozof, stalni diakon novomeške škofije gospod Matic Vidic.

Najmočneje se nas dotaknejo tiste zgodbe, ki jih ljudje izkusijo na svoji koži. Predavatelj ima za sabo veliko življenjskih preizkušenj, s katerimi danes lažje pomaga ljudem osmisлити njihovo življenje.

Postavljeno je nam je bilo vprašanje: Ali prepoznamo gobavce današnjega časa?

Gre za nekoga, ki seje smrt, prinaša zlo. Gre za nekoga, ki ga nihče ne potrebuje, ki nikomur nič ne pomeni, od njega ni nobene koristi. Gre za nekoga, ki ima porušene odnose na vseh nivojih: do Boga, do sveta, do bližnjega in tudi do samega sebe.

Jezus nas s svojim zgledom vabi, da z njimi znova vzpostavimo odnos, da smo tisti, po katerih se Bog dotika ljudi; čeprav nam svoje ljubezni ne morejo ali bolje rečeno ne zmorejo vračati. Povrnili jo bo Bog, z vrhano mero in v obilju.

Predavatelj je v nadaljevanju predstavil svoje poslanstvo tudi pri delu z Romi, ki so na nek način gobavci današnjega časa. Začel je graditi odnose, ki temeljijo na ljubezni, na resnični želji, da se meje predsodkov in izključenosti izbrišejo. Da načrti vključevanja v družbo ne ostanejo samo na zapisanih besedah in projektih, ki so sami sebi dovolj. Da Romi znova prepoznajo svojo vrednost, kaj lahko doprinesejo družbi, da spoznajo in zaživijo v Očetovi ljubezni.

Vsak izmed nas je poklican, da najde smisel življenja oziroma Božji načrt. Tudi če padeš prav do dna, do ruševin svojega življenja, poglej v nebo. Frankl pravi: »Iz ruševin se zvezde najlepše vidijo.« Tudi ti lahko postaneš heroj svojega trpljenja.



Hvala gospodu Vidicu za lep večer in zgled krščanske drže. Ko nas bo pot spet vodila iz Mirne Peči v Novo mesto, skozi naselje Brezje, bodo naše morebitno dosedanje zgražanje in nerazumevanje nadomestile besede blagoslova za naše romske sestre in brate v Kristusu.

KARITAS JE V SRCU  
VSAKEGA KRISTJANA

Simon Dvornik

Občni zbor Škofijske  
karitas Novo mesto

V soboto, 22. marca, je Škofijska karitas Novo mesto s svojimi prostovoljci proslavljala občni zbor. S pričetkom v cerkvi Sv. Mihaela smo pri slovesni sveti maši poslušali o priliki o izgubljenem sinu. Tako kot je oče v priliki prepoznal pomanjkanje in rast sina, ki se je vrnil, smo kot prostovoljci in sodelavci Karitas vabljeni, da prepoznamo pomanjkanje in stisko pri sočloveku. Ne sodimo, ampak človeku omogočimo možnost, da spremeni svoje življenje.

Po sveti maši je v veliki dvorani Baragovega zaveda potekal občni zbor. V uvodu je prisotne pozdravil predsednik Škofijske karitas Novo mesto dr. Štefan Hosta. V zahvali prostovoljcem je poudaril, kako pomembno je delo prostovoljca Karitas. Ta predstavlja levo in desno roko mreže Karitas, ki v svojem okolju prepoznava stiske.

Dogodek smo nadaljevali s predstavitvijo letnega poročila in posebnosti, ki so zaznamovale leto 2024. Z veseljem ugotavljamo, da je prostovoljstvo



v Karitas vsako leto bolj zastopano in število opravljenih dragocenih prostovoljskih ur raste.

Slavnostni govorec letošnjega občnega zbora je bil misijonar in župnik župnije Brusnice g. Tone Kerin. Spomnil nas je, da je Karitas v srcu vsakega kristjana. »Vsak krščen je prostovoljec Karitas.« Pomembno je, da se manj govori in več dela. Iz dobrih del se vidi Božja ljubezen. Preko preroka Jeremije

nas je popeljal do spoznanja, da moramo biti z Bogom popolnoma *sprijeti*, da bodo naša dela v Karitas imela dolgoročni učinek. Če dobra dela nimajo globlje note, duhovne dimenzije, so v nevarnosti, da hitro postanejo prazna.

Občni zbor so z glasbo obogatili Koledniki iz Rake. Ob zaključku smo se družili še ob dobri hrani in pijači.

## NAGRADNA KRIŽANKA

april Simon Dvornik

27

Geslo križanke napišite na dopisnico, pripišite ime, priimek, naslov in telefonsko številko ter pošljite do 17.4.2025 na naslov: Slovenska karitas, Kristanova 1, 1000 Ljubljana ali ga sporočite po e-pošti: [info@karitas.si](mailto:info@karitas.si)

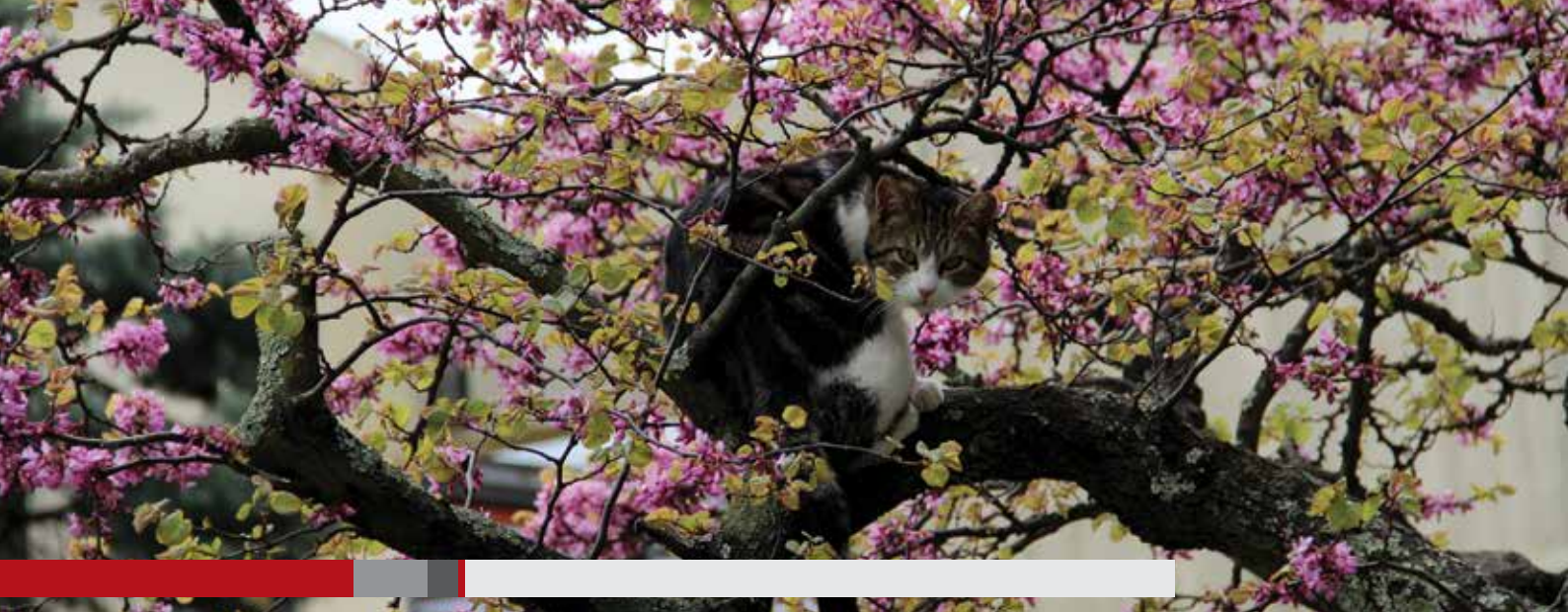
S sodelovanjem v žrebanju soglašate z objavo imena, priimka in kraja bivanja v glasilu Žarek dobrote. Slovenska karitas varuje osebne podatke v skladu s predpisi o varstvu osebnih podatkov.

|  |                                |                                     |                                     |                                    |                               |                                   |                                  |                                       |                         |   |  |                      |                       |
|--|--------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|-------------------------|---|--|----------------------|-----------------------|
|  | DRŽAVA V Z. AFRIKI             | BREZ MOŽNOSTI, NEMOGOČE (POGOVORNO) |                                     | UPOR, BRAN                         | SPOJ PRI VARJENJU             |                                   |                                  | OSE GNEZDO                            | POMEMBNEŽ, VELIK ČLOVEK | SIMON STOKO                               |  | KRALJ V TROJ         | MAZIVO, MAZILO        |
| MATEJ BURGER   |                                |                                     | FRAKTIČNI POUK                      | OSKAR VODNIK                       |                               | ROBI OBLAK                        | OBVEŠČEV. VARNOSTNA SLUŽBA       |                                       |                         |   | PETER PAN PRIPADNIK ZNANE TERORIS. SKUPINE |                      |                       |
| PROTOKOL ZA UGOTAVLJANJE MAC IDENTIFETE                |                                |                                     | DARILO, POKLON                      |                                    |                               |                                   | BLIŽNA SOROČNICA MIRAN TORKAR    |                                       |                         |   |  |                      |                       |
| PROSTI TEK PRI VOZILU                                  |                                |                                     | TISOČ DEL CELOTE AVST. SMUČAR MARIO |                                    |                               |                                   |                                  |                                       |                         | AVTOMAT. IDENTIF. SISTEM MESSIDNO NAHAZLO |  |                      |                       |
| MINISTRICA V CENTRALNOAF. REP. BRIGITTE (IZ ČRK MOZAI) |                                |                                     |                                     |                                    | KAR JE NESNOVNO, NEOARJEJENO  | GRŠKO SENO, SMILKA                |                                  |                                       |                         |   |  |                      |                       |
|  | PONOŠEN ČEVELJ                 |                                     |                                     |                                    |                               | IZBRIS                            |                                  | HLADILNA NAPRAVA SLUNA ŽENSKA         |                         |   |  |                      |                       |
| MAZAVA ORG. SNOV                                       |                                |                                     |                                     | ROMAN OBLAK PRAVNI INFOR. PORTAL   |                               |                                   | AVT. ZNAMKA ODLUČNA OCENA, PETKA |                                       |                         |   |  | PREBIVALKA TASMANIJE | "TAKO JE" (POGOVORNO) |
| GESLO  |                                |                                     |                                     |                                    |                               |                                   |                                  |                                       |                         |   |  |                      |                       |
| ZVONKO SEVER   |                                |                                     | ITALIJSKA POLITIČARKA               | IZKAZ, DOBER REZULTAT LAIK, HOBIŠT |                               |                                   |                                  | SEMITSKA BOGINJA JED IZ KISLEGA ZELJA |                         |   |  |                      |                       |
|  |                                | VNETJE TRIVA NA OPRISJU             |                                     |                                    |                               |                                   |                                  |                                       |                         | INŠTITUT Z PSIHOLŠKO SVETOVANJE           |  |                      |                       |
|  | ERIK MAJ BACHELOR OF FINE ARTS |                                     |                                     | MANUŠA OSA PREBIVALKA IRSKE        |                               |                                   |                                  |                                       |                         | ANGL. IGRALEC HOLM                        | MARKO KOTNIK ČRNA PO FRANOSKO              |                      |                       |
| NEKO. BRITANSKI PREMIER                                |                                |                                     |                                     |                                    |                               | POSTAJA NA MEJ UMETNA INTELIGENCA |                                  |                                       |                         |   |  |                      | ADVANCED AIR MOBILITY |
| OČE (POGOVORNO)  |                                |                                     |                                     |                                    | ANONIMNI ALKOHOLIK SAMO KNAYS |                                   |                                  | LESEN ČOLN S PLOŠČATIM DNOM           |                         |   |  |                      |                       |
| DODATKI K POGODBI                                      |                                |                                     |                                     |                                    |                               |                                   |                                  | PEVKA HORVIAT                         |                         |   |  |                      |                       |
|  | DRŽAVA V AZIJ                  |                                     |                                     |                                    |                               |                                   |                                  |                                       |                         | BRALNO PISALNI POMNILNIK                  |  |                      |                       |

Geslo marčevske nagradne križanke: NA POTI UPANJA

Nagrajenci: 1. nagrada: Anton Zdravec, Ptuj  
 2. nagrada: Jože Pezdirec, Metlika  
 3. nagrada: Vlasta Klemenčič Berčon, Litija

Nagrade: 1. nagrada: kolesarska čelada  
 2. nagrada: majica Karitas  
 3. nagrada: nogavice Mlade Karitas



*Sodelavka Jana Lampe je skupaj z Juretom Seškom in Izidorjem Ščekom iz Radia Ognjišče obiskala Južni Sudan, da preverijo kako potekajo projekti, ki so financirani iz Slovenije. Zaradi konfliktov so se razmere v državi poslabšale in so morali žal obisk predhodno končati. Na sliki Jana med ženami v vasi Kaurjana, kjer se je zgradil center za ranljive ženske in otroke.*

*V mesecu marcu so potekali občni zbori in plenumi po škofijskih Karitas. Poleg duhovnih vsebin, poročanja o delu v preteklem letu, smo bili deležni tudi kulturnih utrinkov. Na sliki vokalna skupina 'Briške tercinke' na občnem zboru ŠK Koper.*



*»Hm, le kako je oblečena?«  
Na pripravah za animatorje Biserov smo se učili opazovati, poslušati, sprejemati otroke s velikim srcem.*



Veje Slovenske Karitas  
**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  
 žarke dobrote na internetni  
 strani preko sodobnih  
 spletnih bralnikov.

