

vieglī

UZZIŅAI

ZIEDOJUMUS ZIEMASSVĒTKU LABDARĪBAI GAIDA

- **Akcija "Piepildīsim Lielo dāvanu maisu!"**. Rīkotājs – biedrība "Ziemupīte", notiek jau deviņo gadu. Dāvanas sadarbībā ar sociālajiem dienestiem nonāk pie tām Kurzemes ģimenēm un vientuļajiem cilvēkiem, kuriem nav iespēju tās saņemt no saviem mīļajiem, kā arī pie ģimenēm, kuras ir pelnījušas iepriecinājumu, jo drosmīgi tiek ar visu pašas galā, nesūdzas un tur godā darba tikumu.
- Lielajā dāvanu maisā īpaši noder: pārtikas produkti (dārza labumi, rīsi, milti, kafija vai citi virtuvē noderīgi pārtikas produkti un našķi); higiēnas un saimniecības preces (gultasveļa, dvieļi, šampūni, zobu pastas un zobu birstes, veļas pulveris u.c.); spēles, kas rosina domāt un darīt; skolas piederumi; dāvanu kartes. Informācija pa tālr. 29400470 vai rakstot uz e-pastu rukupesrukis@gmail.com.
- **Ziemassvētku paciņu piegāde vecajiem ļaudīm ar baltu līmužu**. Rīkotājs – Roberts Vītols, kurš vēlas sarīkot svētkus senioriem, kuri vieni paši dzīvo veco ļaužu namā.
- Seniorus iepriecinās: šķīstošā kafija, gardas tējas, saldumi, higiēnas preces (šampūni, dušas želejas utt.), cepures, cimdi, šalles, grāmatas, galda spēles, jauna gultasveļa, kāds džemperis.
- Sarūpētās dāvana līdz 14. decembrim var nogādāt Liepājā, Kunģu ielā 89, tālr. 24987686, vai sūtīt ar kurjeru "DPD" paku skapī TC "Kurzeme" (pirmās simt pakas nosūtīs bez maksas, kodu var saņemt, zvanot pa tālr. 29874708. Pielieciet zīmīti, kas paciņā iekšā, jo ar sociālo darbinieku palīdzību konkrēto dāvanu pasniegs tieši tam senioram, kuram tā noderētu.
- **"Laimas labdarības namiņš"** Liepājas teātrī līdz 18. decembrim aicina iepazīties ar bērnu gatavotajām kartītēm un vēlmēm, kuru no tām piepildīt.
- **Sociālā uzņēmuma "Eņģeļa pasts"** projekts "Ziemassvētku vecīša darbnīca 2022" piedāvā vietnē engelapasts.lv nosūtīt dāvanu pašā izvēlētam cilvēkam kādā no Latvijas sociālās aprūpes namiem.

EKSPERTE

Konkrētiem mērķiem ziedo vairāk

Kristīne Vidzeniece,
kristīgās labdarības
organizācijas
"Tabitas sirds" vadītāja



Neraugoties uz ekonomisko situāciju, šobrīd ziedotāji ir ļoti aktīvi ne tikai pie mums, arī tādām lielām organizācijām kā Ziedot.lv izdodas savākt vērienīgus līdzekļus. Katrs piens savu mazumiņu, un kopā izdodas lielas lietas. Arī "Tabitas sirds" jūt, ka cilvēki iesaistās. Ne vienmēr šī palīdzība ir tieši naudas izteiksmē, līdzcīvēki zvana, interesējas, atved kaut ko no sevis, apjautājas, kā mums iet, kas vēl ir nepieciešams, citi iesaistās akcijās. Tikko mums bija Ukrainas atbalstam paredzēto ierakumu sveču darbnīca Kuldīgā, atnāca viens kungs ar tikko pirkām jaunām svecēm, lai tās pārkausētu. Tas bija veids, kā viņš atrada savu iespēju palīdzēt.

Esmu novērojusi, ka cilvēki īpaši aktivizējas palīdzībai, kad ir kāds konkrēts mērķis. Šī iemesla dēļ mēs ik pa laikam veidojam aicinājumus palīdzēt kādiem konkrētiem cilvēkiem, ģimenēm. Tas noteikti palīdz, ja tu zini, kam tieši šie līdzekļi tiek novirzīti. Pa-

matā balstāties uz mūsu kopīgiem biedrības mērķiem, bet, ja kāds personīgi mūs uzrunā vai pastāsta kādu stāstu, kur cilvēkiem nepieciešama palīdzība, iesaistāties arī tur. Nesen pie mums nonāca stāsts par vientuļo mammu ar vairākiem bērniņiem, kuri zaudējuši tēti, attiecīgi arī atbalstu ģimenē, bet viņa cīnās. Ja mēs redzam iespēju cilvēkam grūtā brīdī palīdzēt, lai tālākais ceļš nebūtu tik grūts, lai nezustu cerība, tad iesaistāties, pieaicinām draugus, līdzcīvēkus. Lai arī apzināmies, ka reāli cilvēkstāsti mudina labdarībā iesaistīties aizvien vairāk, tā tomēr ir trausla līnija, vēlamies viņus arī pasargāt, sociālajos tīklos neliekam.

Šī gada Ziemassvētku akcijas mērķis – vācam higiēnas piederumus tādām grupām kā Kuldīgas un Liepājas novadu vientuļie pensionāri, bāreņi, kuri atrodas ārpusģimenes aprūpē mūsu novadā, audžuģimenes, lai kaut nedaudz pateiktu tām paldies par darbu, ko iegulda. Arī uzņēmumi mūs atbalsta, tikko saņēmām ieskaitījumu no kāda vietējā uzņēmuma higiēnas līdzekļu iegādei. Aicinām sabiedrību iesaistīties, arī kolektīvus. Katrs atnes kaut vai vienu šampūnu, un kaste ir pilna.

Pēdējā laikā esam sajutuši, ka palīdzību būtu nepieciešams novirzīt vecākiem, kuru ģimenē aug bērniņi ar īpašām vajadzībām, lai arī tā nav mūsu specifika. Šīs ģimenes katru dienu saskaras ar emocionālām un fiziskām grūtībām, tā nav situācija, no kuras izveseļojas un dzīvo tālāk, tā ir visa dzīve. Lai ģimene būtu stipra, turētos kopā un varētu cits citu atbalstīt, cenšamies vecākus ik pa laikam *uzbūzināt*. Tāpēc esam uzsākuši mammām veidot atpūtas dienas, tāpat arī pāriem dodam iespēju izrauties kaut uz četrām stundām, lai viņi varētu veltīt uzmanību arī viens otram. ▀

<< Savukārt virtuvē tiek gatavota tēja vai kafija un gardumi atpūtas pauzēm.

Radošajā istabā todien sastopam 15. vidusskolas skolnieci Lauru ar draudzenēm – abām vārds ir Veronika. "Uzzināju no draudzenes, sākām nākt kopā un te pavadīt laiku," saka Laura. Visbiežāk kopā te meitenes zīmē un izpilda mājasdarbus – tad mājās paliek vairāk brīvā laika citām nodarbēm. "Ļoti novērtēju, ka ir tāds atbalsts. Šeit neviens neko nespiež. Nav tā, ka, ja es sāku nākt, tad turpmāk jānāk obligāti," norāda Laura.

Gandarīta, ka nostiprinājusi valodas zināšanas, tostarp krievu valodas, un vienlaikus draudzenēm var pamācīt latviski. Laura teic, ka bieži iet un arī pievienojas citiem draugiem zālē, kur uzspēlē galda spēles. Tur patiešām valda brīva atmosfēra, jautrība. "Viņi te jūtas droši, brīvi, uzklauti. Ja kādam ir problēmas, virzām uz to atrisināšanu," viņa norāda.

Jaunieši te var izmazgāt drēbes, ja kādam ir tāda nepieciešamība. Te arī darbojas māmiņu centrs – mammas ar saviem mazajiem bērniem nāk, pavadot laiku ar bērnu radoši un aktīvi.

Visas nodarbības un iespējas ir bez maksas.

"House of Hope" tīmekļvietnē norādīts, ka vajadzības, ko nodrošināt, ir visu laiku – nepieciešami

materiāli un finanses remontiem, mēbeles telpām, silta ēdiena pagatavošanai, radošajām nodarbībām, kā arī brīvprātīgo atbalsts.

Katrs cilvēks ir cieņas vērts

"Labdarība ikdienā nozīmē daudz brīvprātīgā darba, lai noorganizētu, izplānotu organizācijas darbu, lai koordinētu palīdzības sniedzējus un palīdzības saņēmējus. Labdarība ikdienā nozīmē katru dienu saņemt kādu lūgumu pēc palīdzības. Tā ir arī regulāri uzklauti cilvēkus, sniegt viņiem atbalstu: mantisku palīdzību, sniegt emocionālu atbalstu vai konsultācijas. Reizēm cilvēku "atver" apskāviens un iespēja klausēt, kuru pavada pārlicība, ka uzklauts, ja runāšu," teic biedrības "Patvērums ģimenei" pārstāve Santa Krilova, norādot, ka labdarība iedvesmo, īpaši tad, ja vajadzība satiekas ar risinājumu.

Darbību biedrība uzsāka 2016. gada sākumā kā nodibinājuma "Labdarības fonds Labāka dzīve" Liepājas struktūrvienība "Patvērums ģimenei". "Bijām neliela domubiedru grupa, kas vadīja brīvā laika aktivitātes bērniem un pusaudžiem. Reiz drēgnā oktobra dienā, kad ārā jau bija sals, pie mums ieradās kādas daudz bērnu ģimenes visi puikas, bet viņu apģērbs ne tikai bija neatbilstošs sezonai un izmēram,

bet arī ļoti netīrs. Iegādājāmies zēniem apģērbus, radām iespēju viņiem nomazgāties un... sapratām, ka gribam un varam darīt vairāk nekā līdz šim," biedrības pārstāvju vārdā stāsta S. Krilova.

2021. gada janvārī nodibināta atsevišķa biedrība "Patvērums ģimenei". Šo gadu laikā ir palīdzēts nabadzības riskam un sociālajai atstumtībai pakļautām ģimenēm, sniedzot mantisku palīdzību, nodrošinot konsultācijas, apmācības un emocionālu, garīgu atbalstu.

"Lai arī vārds "nabadzības risks" un "sociālā atstumtība" skan smagnēji un šķietami stigmatizējoši, mēs biedrībā vienmēr paturam prātā, ka pašlaik sociālajai atstumtībai un nabadzības riskam var būt pakļauts jebkurš, ne tikai ikviena daudz bērnu ģimene vai viena vecāka ģimene, kas arī valsts izpratnē atzītas par sociāli mazaizsargātām sabiedrības grupām," uzsver S. Krilova. "Katrs cilvēks ir cieņas vērts" – tā ir mūsu devīze, un tieši tāpēc mēs, sniedzot atbalstu, ielānojam individuālu sarunu ar katru. Mums ir liels prieks redzēt, ka mūsu klienti, kuriem savulaik palīdzējām, paši kļūst par sociāli atbildīgiem pilsoņiem un tagad jau spēj palīdzēt citiem."

Otra "Patvēruma ģimenei" darbības joma ir atbalsts bērniem un jauniešiem – saturīga brīvā

laika pavadīšana. Parāleli darbam ar bērniem notiek tikšanās arī ar bērnu vecākiem, viņu apmācības. "Mēs esam pārliecināti, ka darbs ar ģimeni ir ļoti svarīgs, lai veidotu veselīgu sabiedrību, tādēļ, ja pie mums nonāk bērns, mēs domājam, kā iesaistīt bērna vecākus, tādējādi panākot visas ģimenes sistēmas atveseļošanu," norāda S. Krilova.

Atbalsts palīdz pārvarēt krīzes

"Mēs no sirds pateicamies katram labas gribas cilvēkam, kurš dod no sevis otram – vai tas būtu mantisks ziedojums, laiks vai finanses. Mums ir neliels pulciņš lieldraugu, kas atbalsta mūsu darbu regulāri; šogad esam iepazinusi arī jaunus labdarus. Katrs dod no sevis labāko. Nereti apvaicājas: "Kā vēl varu būt nodevīgs?" Pietiekami bieži mantiskā ziedojuma sniedzējs vēlas iesaistīties brīvprātīgā darbā, kas mums vienmēr ir sirdi sildošs notikums. Esam sajūsmā par cilvēkiem, kuri brīvprātīgi vēlas praktiski darboties ar bērniem vai pieaugušajiem," saka "Patvērums ģimenei" pārstāve. Biedrība ļoti novērtē arī finansiālo atbalstu, jo, lai būtu vieta, tai ir jāpastāv. Ikvienam, kurš vēlas, var ziedot arī internetā un anonīmi. Finansēs noder ne tikai komunālo pakalpojumu segšanai, bet arī, lai iegādātos produktus

cienastam biedrības viesiem. "Kā palīdzības saņēmējs nonāk pie mums? Dažādi: sociālie mediji ir lielisks un palīdzošs rīks, bet aktīvi ir mūsu domubiedri, kas par mums stāsta, kā arī sociālie darbinieki un ģimenes asistenti. Gribētu uzteikt skolu sociālos pedagogus un klašu audzinātājus, kuri pamana bērna vajadzības un meklē iespējas, kā tās piepildīt. Ar katru ģimeni tiekamies individuāli, tādējādi panākam, ka tā nav identificējama, jo pēc atbalsta vērsas ne tikai ģimenes, kuru krīze ir ilgstoša, bet arī ģimenes, kuras nonāk krīzē, bet ar atbalstu spēj to pārvarēt. Ģimene nereti pēc visu maksājumu veikšanas nespēj iegādāties bērniem apģērbus ziemas sezonai," pauž biedrība.

S. Krilova, vērtējot labdarības apjomus, turpina: "Jau tagad varam teikt, ka pagājušā gada statistika, cik ģimenēm ir palīdzēts, ir pārspēta vairāk nekā divas reizes, kas nozīmē, ka mantisko ziedotāju skaits arī ir pieaudzis. Ar apģērbus un apaviem ir palīdzēts vairāk nekā diviem tūkstošiem bērnu. Būtiski ģimenēs pieaugusi vajadzība pēc higiēnas precēm – vairāk kā jebkad esam atbalstījuši ģimenes ar autiņbiksītēm; arī gultasveļa, segas un spilveni ir pieprasīta lieta. Tāpat nereti vaicāts pēc pārtikas mazuļiem – piena maisījumiem, biežputrām un biezeņiem. ▀