

# Skrbnik



## Božić 2009

Božić se kao kršćanski blagdan u svakom narodu obilježava na poseban način čineći dio njegove etnografske baštine. U nekim hrvatskim krajevima već na Svetе Katarinu (25. studenoga) počinje božićna priprava i traje točno mjesec dana.

**Advent ili Došašće** je vrijeme priprema za dolazak i rođenje Isusa Krista, a sastoji se od četiri tjedna koja neposredno prethode Božiću i koji simboliziraju četiri tisućljeća, koliko je po Bibliji prošlo od stvaranja svijeta do dolaska Kristova

Prema crkvenim regulama, od dana sv. Katarine počinje propisani četiri-tjedni post tj. počinje božićna priprava koja traje točno mjesec dana.

Kroz adventsko vrijeme naša se razmišljanja i osjećaji kreću i u prošlost, sa sjećanjem na prvi Kristov dolazak, i u budućnost,

s nadom u njegov ponovni povratak. Svako jutro drže se mise Zornice ili Rorate, a vjernici pristupaju ispovijedi i pričesti pa stoga Božić ima značenje obnove i novog htjenja u vjerničkom životu ka samoprosudbi vlastitog života i djelovanja u svjetlu kršćanskog morala.

Znak Adventa, koji ukazuje na Božić i poziva na obiteljsku molitvu, je adventski vijenac, koji se plete od zimzelenih grančica, ali tako da nema početka ni kraja što označuje vječnost. U vijenac se umeću četiri svijeće koje označuju četiri razdjelnice u ljudskoj povijesti: stvaranje, utjelovljenje, otkupljenje i svršetak. Prve adventske nedjelje pali se prva svijeća i tako redom da do Božića gore sve četiri.

Božićno čestitanje najprije

se događalo u kući među članovima obitelji. Zatim je obuhvatilo rođake i prijatelje, a na kraju sve mještane. Čestitanje Božića od kuće do kuće, tzv. koledanje, obavljalo se uz pjevanje božićnih pjesama, a čestitari, zvani betlehemari ili pastiri, bi primali darove.

Vjernost kršćanskoj poruci Božića iskazuje se izrazima božićnog čestitanja: *Hvaljen Isus! Čestit vam bio Bog i Božić i sveto slavno porođenje!* Uz odgovor: *I vaša duša kod Boga bila!* Ili: *Čestit božić i porođenje Isusovo!* uz odgovor: *Čestita ti vira i duša!* Lijepa je čestitka: *Na dobro ti došlo porođenje Gospodinovo!* s odgovorom: *I tebi, brate, i svim tvojim u kući!* Narančno, svetkovanje blagdana uključuje božićni odlazak u crkvu na misu, ali i znakove izmirenja između zavađenih unutar roda ili među susjedima.

### Božić 2009 Prosinac 2009

- *Božićni običaji kod Hrvata*
- *Božićne pjesme*
- *Božićni kolači*
- *Savjet Više*
- *Programi Ahdu*



Upravni Odbor i svi djelatnici AHDU od srca Vam žele Čestit i Blagoslovjen Božić.



# Božićni običaji kod Hrvata

Pripreme za Božić počinju sa prvim danom prosinca. Kršćani se kroz Advent pripremaju za dolazak Isusa. Na stolu se u kući priprema vijenac sa četiri svijeće, po jedna za svaku nedjelju do Božića. Svjeće se pale za nedjeljnim ručkom, a na Božić se pale sve četiri.

Za djecu pripreme počinju darivanjima za Sv. Nikolu (6. prosinca) i Svetu Luciju (13. prosinca) koji postoje od 11. st. Običaj je tada bio da se noću osoba ogrnuta bijelom plahtom uputi po kućama darivajući djecu suhim smokvama, bademima, orasima i jabukama te plašeći nestasne mališane. Neposlušni, pak, pod jastukom pronalaze šibu kao opomenu da se poprave.

U moderno doba ovaj posao obavlja Sveti Nikola koji u čizmicu dobre djece stavljaju slatkiše, a šibe dijeli njegov pomoćnik Krampus. Tradicionalni, stari hrvatski božićni dar bila je i ukrašena jabuka zvana božićnica, a darivali su je mladići djevojkama i na taj način iskazivali svoje simpatije.

Jedan običaj koji se sačuvao do danas je sijanje božićne pšenice, kao simbol obnove života i

plodnosti. Ovog običaja nema u protestantskim zajednicama i velikom dijelu Europe, pa je uz Portugal i južnu Italiju, održan još samo u Hrvatskoj.

Na Badnjak se unose u kuću tri velika panja (ili Badnjaka) i stavljaju na ognjište (kao simbol Svetog Trojstva), a njihovim se žarom pripaljuju sve svijeće u kući. Panjevima koji tinjaju obično bi se davalо malо hrane sa blagdanskog stola i vina koje se pilo. Vjerovalo se da će vatrica velikih panjeva donijeti dobro cijelom domu i svim ukućanima.

Običaj unošenja slame u kuću održao se znatno duže od panjeva. Djelom i jer su ognjišta zamjenila centralna grijanja. Trenutak unošenja slame u kuću, što je obično činio domaćin kuće ili djeca na plahti ili u naramku, označavao je službeni početak proslave blagdana Božića. Slama bi se rasprostrala po podu pod stolom, a manji dio se stavljao na stol i pokrivao stolnjakom. Nakon večere, svi bi ukućani otišli prema slami gdje bi sjedili i pričali do vremena polaska u crkvu, a u pojedinim se krajevima na Badnju noć nije spavalo u krevetu već na donesenoj slami. Slama razasuta po tlu bila je znak

Isusova rođenja u štalici. Sve do 1850. u Hrvatskoj nije bio običaj kititi božićno drvce, iako takva praksa u njemačkim pokrajinama postoji još od 16. st. Prva drvca kitila su se pozlaćenim orasima, jabukama, medenjacima, svjećicama, raznim papirnatim ukrasima. Danas se



drvca kiti raznim staklenim i plastičnim kuglicama i ukrasima, a svjećice su zamijenjene električnim sijalicama.

Jaslice, ručno izrađene ili kartonske, podsjećanje su na događaj koji se slavi - noć Isusova rođenja. Nekada su se radile od gipsa, gline ili drveta kakve se nalaze samo u crkvama. Prema zapisima, prve je jaslice, u prirodnjoj veličini, napravio Sveti Franjo 1223. godine. U kućama se jaslice postavljaju tek od 19. st.





# BOŽIĆNE PJESME

Tijekom narodnog preporoda u prvoj polovici 19. st. započeli su pojedini hrvatski krajevi prihvatići božićne pjesme jedni od drugih i tako je nastalo međusobno obogaćivanje koje je zaključeno time što su one postale općom narodnom svojinom. Dalmacija je darovala ***U se vrime godišta, Veseli se Majko Božja*** i druge pjesme; Istra ***Tri kralja jahahu***, sjeverna Hrvatska niz pjesama s najpoznatijom ***Narodi nam se***.

Posebnu vrijednost i dragocjenost našim božićnim pjesmama daje njihov biblijski sadržaj, biblijsko nadahnuće. One prepjevaju Bibliju, i to jednostavno i prostodušno, ali s puno čara i žara. K tome su zapravo i prepjevano kršćansko Vjerovanje, jer otkrivaju cjelokupan sadržaj kršćanstva.

Te božićne pjesme pridonose izgradnji i svijesti našeg vjerničkog identiteta. Imaju čar starine i povezuju nas s pokoljenjima prije nas, a jasno je da će nas povezati s novim pokoljenjima. Pjesma pak jače i više od riječi omogućuje intenzivnu religioznost, jer je znak i sredstvo proživljenog zajedništva. One nas spajaju s vjerom i riječju djedova, u njima svi govorimo istim jezikom, vjerujemo istu vjeru, pjevamo istu pjesmu, želimo isti Božji svijet.



## U to vrijeme godišta

*U to vrijeme godišta  
Mir se svijetu  
navješta*

*Porodenjem Djetešca  
Kom je Majka  
Djevica.*

*Andeli se javili  
Rajsku pjesmu slagal  
Slava Bogu pjevali  
A mir ljudma prosili.*

*Djeva Sina rodila,  
Djavlu silu slomila,  
Svjetu Spasa podala,  
Nama majka postala.*



## Narodi nam se

*Narodi nam se kralj nebeski  
Od Marije, čiste Djevice.  
Na tom mladom ljetu  
veselimo se,  
Mladoga Kralja mi molimo.*

*Po njemu slijedi sveti Stjepan  
Prvi mučenik Gospoda Boga.  
Na tom mladom ljetu  
veselimo se,  
Mladoga Kralja mi molimo.*

*Daj nam Bog zdravlje, k tomu  
veselje  
Na tom mladom ljetu svega  
obilja  
Na tom mladom ljetu  
veselimo se,  
Mladoga Kralja mi molimo.*



## Radujte se narodi

*Radujte se narodi, kad  
čujete glas,  
Da se Isus porodi u blaženi  
čas.  
Svaki narod čuj, čuj  
I Betlemu pristupljuij,  
Pristupljuij.  
Vidi Božje otajstvo u  
podrtoj štalici,  
I tko trpi uboštvo na toj  
Turdoj slamici.  
To otajstvo čuj, čuj,  
I k jaslicam pristupljuij!  
Pristupljuij!  
Raduje se Marija s Josi-  
pom gledeći  
Andeo pjeva "Glorija" po  
zraku leteći  
I ti, svijete čitavi,  
Spasitelju pozdravi!  
Pozdravi!*

## Veselje ti navješćujem

*Veselje ti navješćujem,  
puče kršćanski.  
Jerbo se kralj u Betlemu  
rodi nebeski.  
Još mali, u štali,  
Kog stvorenenje svako slavi  
Štuje, dići, jer je pravi  
On naš Spasitelj  
i Otkupitelj.  
Pored njega stoji Majka,  
Djeva Marija.  
Pa sveg svijeta Spasitelja  
lijepo povija.  
Njeg doji i goji,  
Uspavljuje njegujući  
"Spavkaj, spavkaj" pjevajući  
U toj štalici,  
sve na slamici.*

# SAVJET VIŠE

## Zašto se uvijek posvađamo za Božić?

### Prevelika očekivanja često uzrokuju tenzije na blagdanskim okupljanjima

Najljepše božićno drvce, najbolja božićna večera, uživanje u zajedničkom druženju obitelji – sve su to prevelika očekivanja koja su povezana uz Božić. Ako se ne ispune, javljaju se tenzije, napetost i na kraju izbijaju svađe. No kako bi svи proveli miran Božić evo nekoliko savjeta:

- Smanjite očekivanja na realnu razinu i ne dozvolite da vam sjećanja iz djetinjstva diktiraju Božić. Nemoguće je da vam Božić bude tako čaroban kao što je bio kad ste imali 6 godina, i niste imali nikakve odgovornosti. Napomena: savršeni Božić postoji samo na filmu ili u časopisu.
- Pravovremeno planirajte, kako bi sve trebalo pripremiti do Božića. Da li ćete pjevati? Hoćete li ići u crkvu? Na Božić se često dvije tradicije suočavaju, pa ne znate koju ćete pratiti (npr. peći ćete gusku ili puricu?). Planiranje je upravo zato bitno, kako se na sam Božić ne bi neugodno iznenadili (osobito ako je šira obitelj na okupu).
- Podijelite zadatke: Tko kuha? Tko peče kolače? Tko kiti bor? Utvrdite li točno tko što radi, smanjiti ćete stres.
- Budite iskreni. Slavite već 10 godina Božić kod tete Ane? Pričate li o tradicijama koje vam se ne dopadaju samo ćete je uzrujati, pa ih prema potrebi zaboravite i izbjegnite sukobe. Radujte se lijepim trenucima. Ponekad je i sitnica dovoljna da nas usreći.



## Prirodno ili umjetno božićno drvce?

### Koje je drvce savršeno za vaš dom?

Božićna drvca blagdanska su tradicija već stoljećima, a tek su se nedavno (početkom prošlog stoljeća) pojavila i prva umjetna drvca. Otkako su se umjetna drvca pojavila na tržištu pojavile su se i polemike o tome koja je vrsta drvca bolja, isplativija i više ekološka. Koje drvce izabrati? Prirodno posjećeno? U tegli? Ili pak umjetno? Koje je najbolja opcija za vas?

Svaka od ovih opcija ima svoje prednosti i nedostatke.

### Prirodno drvce

**Pozitivne strane:** ugodan miris koji je neizostavan dio Božića; velik izbor između vrsta drveća; pomažu u smanjenju ugljičnog dioksida u atmosferi; mogu se reciklirati i koristiti kako bi se zaštitilo tlo ili spriječila erozija; jeftinija su; odsječena drva se svake godine zamjenjuju sa dva nova posaćena drvca, što također pomaže smanjenju količine CO<sub>2</sub>; pojmom imanja koja se bave uzgojom drvaca potiče se ekonomija.

**Negativne strane:** postoji rizik od požara; kratko traju; opadaju im iglice pa stvaraju nered i potrebno im je održavanje; nisu toliko ekonomična kao umjetna koja se mogu koristiti više godina; transport drvca može biti problem, mogu stvarati probleme alergičnim na golosjemenjače.

### Umjetno drvce

**Pozitivne strane:** ekonomičnije jer se može koristiti više godina; nema opasnosti od požara; nema potrebe za održavanjem ili čišćenjem; možete ga postaviti ranije ili dulje jer se neće osušiti; lako ga je raspremiti i pohraniti za iduću godinu; postoji veliki izbor drvca na raspolaganju (dolaze u mnogo boja i "vrsta", a mogu se kupiti i neka koja su već unaprijed ukrašena lampicama); ne izazivaju alergije.

**Negativne strane:** skuplja su; mogu izgledati umjetno i sintetički; izrađena su od PVC-a, toksičnog materijala koji se često stabilizira olovom; domaća ekonomija ne profitira jer je većina umjetnih drvci napravljena vani; potrebno je vrijeme da se sastavi drvce; potrebno je mjesto gdje ćete ga pohraniti tokom cijele godine; obično ih nije moguće reciklirati, zbog čega završavaju na smetljivištim.

Koje je pravo drvce za vas ovisi uistinu o vama samima. Imate li volje čistiti za prirodnim drvcem? Je li vam plastično praktičnije? Plašite li se požara? Jeste li alergični? Odvagnite pozitivne i negativne strane i odaberite pravo drvce za vaš dom.

# Božićni Kolači



*Radosni blagdan Kristova rođenja prepun drevnih običaja i simbolike okuplja cijelu obitelj. Iznosi na stol ponajbolje od svega. Tradicionalno se priprema veliki božićni objed, obvezno s juhom i peradi, ponajprije puricom ili tukom. Uza sve ostalo, kuljni su sitni suhi kolači. Tajna je toga obilja na blagdanskome stolu u vjerovanju da će i iduće godine na stolu biti svega kao na Božić.*

## Oblatne

### Sastoјci

1 paket oblatne 5 jaja 25dkg šećera 1 vanillin šećer  
10dkg čokolade za kuhanje

Kuhati na pari!!

Jaja razmuti sa šećerom i vanilin šećerom, kad se šećer rastopi dodaj čokoladu te kad postane jednolična smjesa dodaj margarin da se rastopi.

Filaj oblatne kremom, kad završiš preokreni te postavi teret da se stisnu.

## Madarica

### Kore

60 dkg brasna 25 dkg secera 1 prasak pecivo 3 jaja 1 kiselo vrhnje 1 zlica masti

### Fil

1 L mlijeka 7 zlica brasna 3 zlice kakao 20dkg secera 2 vanili secera  
1 margarine za kremu ili maslac

1. Zamijesiti kore od svih sastojaka
2. Podijeliti na 6 dijelova
3. Svaku lopticu premijesiti prije nego se razvalja puno lakše je razvaljati na masnom papiru, oni vičniji mogu na okrenutoj velikoj tepsiji, oni malo manje, kao ja, prvo na papiru a zatim staviti na tepsiju
4. Peći na 180°C nekoliko minuta dok rubovi ne počnu tamniti pečene slagati jednu na drugu, pažljivo da ne puknu... možda skinuti papir dok su još tople
5. Pomiješati suhe sastojke te sjediniti sa malo mlijeka
6. Ostatak mlijeka zakuhati te dodati ostalo te kuhati fil
7. U vruć kuhani fil dodati margarin te mijesati dok se ne otopi
8. Vrućim filom mazati kore, zadnja ide kora
9. Opteretiti te ostaviti da odstoji, na vrh staviti glazuru od čokolade

## Šape

### Sastoјci

500g glatkog brašna 250g maslaca 3 jaja  
250g mljevenih oraha 250g šećera

1. Od navedenih sastojaka umijesiti tijesto. U slučaju da je tijesto premekano, dodati onoliko brašna samo da se tijesto ne lijepi za podlogu.
2. Kalupe za šape namazati i posuti oštrim brašnom. Svaki slijedeći put samo malo nadomazati kalupice.
3. Utiskivati tijesto u kalupe. Ne ih prepuniti jer se tijekom pečenja tijesto malo digne.
4. Peći u zagrijanoj pećnici na 200 stupnjeva 15 tak minuta (dok se na rubu keksića malko ne zaruneni).
5. Prohladene šape "istresti" iz kalupa, napuniti novu porciju u kalupe i tek tada (gotovo hladne) uvaljati u šećer u prahu.



## Kuglice od keksa i badema

### Sastoјci

150g petit beurre keksa 1 zlica rumu 1 vanillin secer  
3-4 zlice secera u prahu 100g mljevenih badema  
100ml mlijeka 50g kokosovog brasna za ukrasavanje

1. U električnoj sjeckalici usitnite kekse i prebacite ih u dublju zdjelu.
2. Dodajte im bademe, vanilin šećer, šećer u prahu, rum i mlijeko. Smjesu dobro promiješajte tako da dobijete kompaktnu smjesu.
3. Od nje vlažnim rukama oblikujte kuglice i na kraju ih uvaljajte u kokosovo brašno.



## Program kućne i društvene skrbi (HACC)

Australsko hrvatske društvene usluge (AHDU) pružaju niz kulturno i jezično primjerenih usluga i programa. Jedan od ovih programa je **program kućne i društvene skrbi ili HACC**.

Program kućne i društvene skrbi pruža veliki broj usluga namijenjenih starijim i/ili onemoćalim, kao i mladim onesposobljenim osobama. Usluge omogućuju osobama neovisnost kod kuće i u zajednici, te također pomažu onima koji se brinu za stare i/ili onemoćale, te za mlade onesposobljene osobe.



U sklopu Programa kućne i društvene skrbi AHDU pružaju sljedeće usluge:

*Prijateljsko posjećivanje (Friendly visiting program) i Planirane društvene aktivnosti(PAG).*

**PROGRAM PRIJATELJSKOG POSJEĆIVANJA(FVP)** je usmjeren ka smanjenju usamljenosti i socijalne izoliranosti starijih, onemoćalih i mlađih onesposobljenih osoba te omogućiti da se ovim putem ove osobe ponovno uključe u zajednicu. AHDU pružaju ovaj program pripadnicima hrvatske zajednice u sjevernim i zapadnim djelovima Melburna. AHDU pronalaze volontere iz naše zajednice koji barem jednom tjedno posjećuju stariju, usamljenu osobu u njenom domu. Na ovaj način stvaraju se nova dragocjena prijateljstva.

Želimo istaknuti da su volonteri bitan dio AHDU i da je njihov rad veoma važan za cijelokupnu hrvatsku zajednicu.

AHDU organiziraju Božićni ručak za volontere te se na ovaj način želimo zahvaliti svima koji su nam pomogli tijekom protekle godine.

**PLANIRANE DRUŠTVENE AKTIVNOSTI(PAG)** su također dio programa kućne i društvene skrbi ili HACC.

**Cilj programa planiranih grupnih aktivnosti** (PAG) je okupiti starije osobe te za njih organizirati razne aktivnosti,društvene igre(bingo,karte) jednodnevne izlete, lagane vježbe i raznolika predavanja o zdravlju i temama zanimljivim za naše članove.

Planirane grupne aktivnosti su trenutno organizirane jednom tjedno u Footcrayu,Deer Parku i Altoni a članovi plaćaju simboličnu sumu od \$2.

*U prosincu organiziramo jednodnevni izlet za članove naše grupe u Yarra junction.*

## Društvena skrb za starije osobe Paket usluga brige o starijim osobama u svojoj kući (CACP)

Program paketa društvene skrbi za starije osobe je program prilagoden svakom pojedincu, te se zasniva na njihovim osobnim potrebama.



Svrha programa je omogućivanje starijim i nemoćnim osobama da i dalje samostalno žive u svome domu zahvaljujući pomoći naših djelatnika.

Na taj način osobe koje bi inače morale biti smještene u domu za starije osobe i dalje mogu živjeti u svome domu.

AHDU ima 45 paketa u svim djelovima Melbourne-a. Svi naši djelatnici govore hrvatski jezik. Vrste usluga koje se mogu pružiti u okviru CACP's paketa obuhvaćaju pomoći kod: Kupanja, pripreme obroka, pranja rublja, oblačenja, prijevoza, kućnih poslova, održavanja kuće i društvenih aktivnosti.

Te usluge su vrlo fleksibilne i mogu se mijenjati kako se mijenjaju i vaše potrebe.

## Tečaj Engleskog Jezika— English Language Classes

Australsko hrvatske društvene usluge održavaju tečaj engleskog jezika za osobe starije od 18 godina i one koji žele poboljšati svoje znanje engleskog jezika.

Tečajevi se održavaju na adresi:

- 40 Pickett St, Footscray
- Prvi Kat, 128-130 Walker St, Dandenong.

Rok tečaja - 40 tjedana

Za više informacije, nazovite naš ured na 9689 5811.

## Partnerstvo u Zajednici - Community Partners Program (CPP)

Partnerstvo u Zajednici (CPP) je program koji će starijim i onemoćalim osobama hrvatskog i bosanskohercegovačkog podrijetla razjasniti i poboljšati pristup u ustanove za skrb o starim i onemoćalim.

Djelatnik hrvatsko-društvenih udruga će poduzeti raznolike aktivnosti u ovom programu da se osiguraju informacije starijim osobama o kulturno prigodnim ustanovama za skrb o starim i onemoćalim.

Za više informacija glede ovog programa kontaktirajte Zdenku na 9689 5811.

## Tečaj Hrvatskog Jezika— Croatian Language Classes

Hrvatska Medijska Udruga održava tečaj hrvatskog jezika za osobe starije od 18 godina.

Tečaj se održava na adresi:

- 40 Pickett St, Footscray
- Prvi Kat, 128-130 Walker St, Dandenong.

Rok tečaja—18 tjedana

Za više informacije, nazovite naš ured na 9689 5811.

## Računajte Na Nas – Projekt (Count Us In! Project)

Računajte Na Nas! je novi program finansiran od strane Ministarsva za Zdravlje (Department of Health) koji je namijenjen osobama hrvatskog podrijetla koji su smešteni u Grace McKeller Centru u Geelongu. Program se odvija iz njihova dva odjela, Blakiston i Wallace Lodge.

### Ciljevi ovog projekta su:

Identificirati specifične prepreke koje sprečavaju starije osobe da pristupe i sudjeluju u aktivnostima koje su organizirane u McKeller Centru  
Omogućiti i poboljšati svakodnevni život u centru  
Otkloniti prepreke da pristupe i sudjeluju u aktivnostima  
Poboljšati razumijevanje i naobrazbu osoblja u McKeller Centru glede hrvatskih običaja i tradicije.

Za dodatne informacije u svezi Računajte Na Nas Programa možete kontaktirati Zdenku u AHDU na broj 9689 5811.

### Djelatnici

Glavní izvršní direktor

Heidi De Paoli

Program paketa društvene skrbí—Footscray

Marina Rozic

Program paketa društvene skrbí—Dandenong

Gordana Dudovic

Program kućne i društvene skrbí (PAG i FVP)

Lily Silic

Partnerstvo u Zajednici



Računajte na Nas

Zdenka Brnada

Tečaj hrvatskog i engleskog jezika,  
partnerstvo u zajednici i administraciju  
Rad sa klijentima

Rosie Jurina  
Po dogовору



## *Radno Vrijeme tokom Božićnih Blagdana*

Naš ured će biti zatvoren od **24. prosinca 2009** do **4. siječnja 2010.**

### Ahdu lokacije

40 Pickett St,  
FOOTSCRAY, 3011

Tel: 9689 5811  
Fax: 9689 8419  
Email: services@accs.asn.au  
Website: www.accs.asn.au

Prvi kat  
128-130 Walker St,  
DANDENONG, 3175

Tel: 9791 6000  
Fax: 9791 6011

