

Skrbnik

Australsko hrvatske društvene usluge

**Božić
Prosinac 2012**

Velika reforma sustava skrbi za starije osobe u Australiji

Festival starijih građana u Viktoriji

Tjedan njegovatelja 2012

Forumi – "Zdravi svakog dana"

Svečani ručak - Ballarat

Godišnjice dobivanja paketa društvene skrbi

Posredništvo

Hrvati u Gippsland-u

Program kućne i društvene skrbi

- * PAG Whittlesea
- * PAG Endeavour Hills
- * PAG Dandenong
- * Druženje generacija

Muška grupa Hrvata - izleti

Tečaj kompjutora i Interneta

Tečajevi

Specijalan projekat

Posjeta Ministra zdravstva i Generalnog konzula HR

Božićno jelo

Sretan Božić!

Kako se zaštiti od ljetnih vrućina

Zdrava hrana



Štovani čitatelji,

Pred vama je još jedno izdanje "Skrbnika" putem kojeg vas želimo informirati o radu Australskih hrvatskih društvenih usluga, našim programima i projektima u drugoj polovici 2012. godine. Pitamo se kako je brzo prošla ova godina, no kako budete okretali stranice ovog biltena, vidjet ćete zapravo koliko je bila u isto vrijeme zahtjevna ali i uspješna. Koristim ovu priliku kako bih čestitala i zahvalila svim djelatnicima, volonterima, ali i Upravnom odboru na požrtvovnom radu – koji je i rezultirao ovakvim uspjesima, budući da se ništa ne događa slučajno.

Rijetko kad čovjek osjeti ljubav, sreću, toplinu i potrebu za bližnjima kao na Božić. Neka takav osjećaj prati vas i vaše obitelji kroz cijelu godinu! U ime Upravnog odbora, svih djelatnikai i volontera Australskih hrvatskih društvenih usluga želim vam ČESTIT BOŽIĆ, a u Novoj 2013. godini obilje zdravlja, mira i ljubavi.



Franci Buljat
Ravnateljica, AHDU

Velika reforma sustava skrbi za starije osobe u Australiji

Sigurno ste već čitali, čuli ili pak gledali na televiziji o nadolazećim promjenama u sustavu skrbi za starije. Reforme koje će provesti savezna vlada imaju namjeru promijeniti naglasak sa “brige za starije” na “život za starije” što znači izbor i fleksibilnost za korisnike usluga.

Izmjene će se događati postepeno i uzet će pet godina da u potpunosti stupe na snagu. Ovdje ćemo nabrojiti samo neke od najavljenih promjena, a koje se odnose na skrb u kući.

Što dulji ostanak u vlastitom domu

Ovaj naslov govori kako će ovom reformom vlada podržati što dulji ostanak u svom domu na način da će povećati usluge pružanja pomoći kod kuće. Reforme između ostalog sačinjavaju slijedeće izmjene:

- povećanje broja paketa skrbi kod kuće sa trenutnih 60,000 na 99,669
- povećanje broja paketa kojima će upravljati korisnici usluga
- od 1. srpnja 2013. započet će se sa novim vrstama pakata pomoći kod kuće
- Od 1. srpnja 2014. započet će se sa novim načinom provjere imovinskog stanja kako bi starije osobe mogle sudjelovati u pokrivanju troškova skrbi, no oni koji su već u sustavu skrbi neće ovim biti oštećeni i neće morati više plaćati
- Maksimalan godišnji iznos koji će korisnici morati plaćati iznosit će \$25,000, dok je \$60,000 maksimalan iznos za života koji će osoba platiti
- Novi dodatak vrijedan \$164.3 milijuna dolara za osobe oboljele od demencije pomoći će onima koji ostaju kod kuće i onima koji su u staračkim domovima.

Da bi se postigli gore navedeni ciljevi, morat će se dogoditi značajne izmjene u postojećim uslužnim djelatnostima poput hrane koja se korisnicima donosi kući, prijevozu, prepravkama u kući i održavanju same kuće. Postoji mogućnost da izmjene na ovim područjima utječu na odabir sve većeg broja ljudi na život u tzv. umirovljeničkim naseljima radije nego u staračkim domovima.

Kako smo rekli na početku, ovo su samo neke od planiranih izmjena u sustavu skrbi za starije. Više informacija možete dobiti ako pregledate internetsku stranicu Ministarstva zdravstva i skrbi za starije. Mi u uredu nastojat ćemo prikupiti sve važne informacije kako budu postale dostupne.

Djelatnici AHDU-a



FESTIVAL STARIJIH GRAĐANA U VICTORIJI, NEDJELJA 7. LISTOPADA - FEDERATION SQUARE

Festival starijih građana u Victoriji održao se na 'Federation Square' u nedjelju 7. listopada kako bi se obilježio međunarodni tjedan starijih.

Domaćin štandova koji se nalazio uz obalu Yarre, kraj 'Federation Square' bila je agencija '**Centre for Cultural Diversity in Ageing**'. Informacije o programima i uslugama koji se nude starijim osobama mogli su se naći sve na jednom mjestu i to na hrvatskom jeziku.

Kao voditeljica programa "Aged Care Service Improvement and Healthy Ageing Grant" pri **Australsko hrvatskih društvenih uslugama** bila sam također prisutna kako bi vam pomogla odgovoriti na vaša pitanja u vezi usluga i programa koji su vam bili dostupni na dan.

Festival je bio namijenjen starijim ljudima, njihovim obiteljima i prijateljima. Trajao je cijeli dan, a bilo je tu glazbe i ostale zabave.

Dan je bio predivan, te su mi se pridružili mnogi hrvati koji su putem medija bili obavješteni o ovoj prigodi te se odazvali našem pozivu.

Silvana Pavlovski

Voditeljica programa ACSIHAG



Tjedan njegovatelja 2012

2.6 milijuna australskih žitelja trenutno vode brigu o članu svoje obitelji ili prijatelju koji je ili star i nemoćan ili je duševno bolestan ili osoba s invaliditetom. Od nedjelje 14. listopada do subote 20. listopada zajednice diljem Australije okupile su se u namjeri odavanja priznanja ljudima koji skrbe za člana obitelji i tako obilježiti Tjedan njegovatelja.

Ove godine krovna organizacija za potporu njegovateljima, **Carers Victoria**, želi ohrabriti udruge koje pružaju potporu njegovateljima iz neengleskih govornih područja da sudjeluju u aktivnostima koje im se pružaju tijekom Tjedna njegovatelja i tako saznaju više o kulturno-ističkim prilagođenim uslugama koje su im dostupne.

Kako bi što dostojanstvenije obilježili "Tjedan njegovatelja", diljem su se Viktorije održavale prigodne svečanosti koje su uz aktivnosti i zabavni program, pružili priliku upoznati se s drugim njegovateljima i organizacijama koje pružaju adekvatnu pomoć.

Kako bi više saznali o radu organizacije Carers Victoria posjetite internetsku stranicu:

<http://www.carersvictoria.org.au>

Forumi – “Zdravi svakog dana”



Australansko hrvatske društvene usluge (AHDU) organizirale su za članove hrvatske zajednice tijekom mjeseca travnja, svibnja i lipnja pet foruma na području Viktorije.

Forumi su imali zajednički naziv “Zdravi svakog dana”, a organizirani su bili na slijedećim lokacijama:

Dandenong City Soccer Club (Hajduk) – Sjeveroistočna strana Melbourne-a

Croatian Association ‘Stjepan Radic’ – Ballarat

Gippsland Croatian Association – Gippsland/LaTrobe, Traralgon

Australian Croatian Club – Mornington Peninsula, Rye

Australian Croatian Association (DOM Footscray) – jugozapadna strana Melbourne-a

Financijska sredstva korištena za ovaj projekt dio su programa Partnerstvo u zajednici (Community partners program) čije je djelovanje završeno 30. lipnja 2012. Cilj ovog programa bio je ukazati na poteškoće s kojima se starije osobe hrvatskog podrijetla danas suočavaju u svezi pristupa ustanovama za skrb o starijim osobama. Kroz ovaj program željele su se otkloniti te poteškoće na način što se podučavalo i informiralo osoblje u ustanovama za skrb, o našoj kulturi, običajima, ishrani i slično. Ovaj program isto tako je pomagao starijim članovima naše zajednice da se informiraju o tome na što imaju pravo i lakše se odluče o mogućnosti korištenja usluga koje im se pružaju.

Ovi forumi bili su prilika za naše starije sugrađane, ne samo da se druže i porazgovaraju međusobno, već da poslušaju što im razne ustanove imaju za reći, vezano uz njihova prava o pomoći kad dođu u određenu dob. Bilo je tu i korisnih savjeta od niza organizacija što se zdravlja tiče, bilo da se radilo o preventivi ili pak mogućnostima kako olakšati trenutnu bolest ili nelagodu.

Southern Metropolitan Region



Mornington Peninsula



North/Western Region





Ballarat



Gippsland

Evo i popisa nekih organizacija koje su sudjelovale na našim forumima.

RDNS
Carers Victoria
Southern Health
La Trobe Community Health Centre
Gippsland Multicultural Services
Baptcare
Arthritis Victoria
Mornington Peninsula Support Services
Country Club Lodge Aged Care
Maribyrnong City Council
Alzheimers Australian (Vic)

Southern Migrant and Refugee Centre
Ballarat regional Multicultural centre (BRMC)
Linkages
Hearing Australia
Ballarat Hospice Care
Carer Respite and Support Services
New Hope Foundation
Kronstadt Gardens Nursing Home
ECCV
Aged Care Assessment Services (Timovi procjenjitelja ispunjavanja uvjeta za korištenje određenih programa)

Predavanja su bila kratka, ali informativna. Članovi zajednice izuzetno su pozitivno reagirali na savjete koji su im dani. Na forumu u Gippslandu i Footscrayu bila su prisutna i dva liječnika opće prakse (Dr Vera Nikolić i Dr Vladimir Vizec), koji su zajednici poručili koliko je zapravo važno sam voditi računa o svom zdravlju, imati istog liječnika na kojeg se može osloniti, pravilno se hraniti i slično. Forumi u Melbourne-u imali su organiziran i kviz o zdravlju. Stolovi su se zdušno natjecali, no samo pobjednici dobijaju poklon.

Sve u svemu vrlo uspješan projekt od strane Australsko hrvatskih društvenih usluga koji i postoje kako bi pomogli hrvatskoj zajednici u Viktoriji, pogotovo njenim starijim članovima.

Silvana
CPP/ACSIHAG

Svečani ručak - BALLARAT

4. studenog djelatnice AHDU-a pozvane su od strane HK 'Stjepan Radić' u Ballarat-u kako bi prisustvovale svečanom ručku koji su s puno truda organizirali njegovi marljivi članovi.

Naime, svećenik Stjepan Gnječ koji već godinama posjećuje zajednicu i služi svetu misu, polako se povlači u mirovinu.

Nakon mise u St Alipius, Ballarat, oko 40-ak članova uputilo se prema domu.

Nakon ručka predsjednik kluba Benito Duka je u ime kluba uručio dar svećeniku u znak zahvalnosti što ih je proteklih godina mjesечно posjećivao putujući čak iz Geelong-a gdje inače živi i radi.

Svećenik je bio iznenađen lijepom gestom prisutnih te se

zahvalio svima koji su ga primali u svoje domove, hranili ga i davali mu prenočiste i toplu vodu.

Uz po koju suzu, zaželjeli smo mu sve najbolje.

Zadnju misu u Ballaratu, svećenik Gnječ će održati u veljači. Svećenika će nakon toga zamjeniti drugi koji dolazi na dužnost iz Hrvatske.



Silvana
ACSIHAG



DESET GODINA OD DOBIVANJA PAKETA DRUŠTVENE SKRBI ZA SJEVERNO-ZAPADNI DIO MELBOURNE-A

Činjenica je da trenutno živimo u doba produženog životnog vijeka, što logično prati saznanje kako je svakog dana sve veći broj starih ljudi kojima je potrebna pomoć.

Dužnost Australsko hrvatskih društvenih usluga je da putem Paketa društvene skrbi o starijim osobama omogući našim klijentima odgovarajuću skrb kako bi se u svom domu osjećali sigurno, zaštićeno i sretno jer život u udobnosti svog doma je važan dio starenja.

Jednu od bitnih uloga pružanja skrbi klijentima AHDU-a imaju njegovateljice starijih osoba čiji osmjesi i stisak ruke su dovoljan znak klijentu da shvati kako nije sam i da je vrijedno živjeti.

Posao njegovateljice starijih osoba vrlo je zahtjevan, moglo bi se reći težak, ali svesrdno posvećivanje klijentu, čini taj posao plemenitim i važnim.

Ove godine obilježena je deseta godišnjica dobivanja Paketa društvene skrbi za sjeverno-zapadni dio Melbourne-a. Trenutno Australsko hrvatske društvene usluge za sjeverno-zapadni dio Melburna zapošljavaju 15 njegovateljica starijih osoba.

Prigodom obljetnice CEO Franci Buljat uručila je novčani bond i buket cvijeća u znak zahvalnosti za dosljednost i požrtvovani rad trema njegovateljicama starijih osoba: Jasmina Bionda za deset godina, te Mirjana Brekalo i Mila Vučica za šest godina rada.

Marina Rozić
Voditeljica programa paketa društvene skrbi (NW)



Jasmina Bionda



Mirjana Brekalo



Marina, Franci i Mila Vučica



GODIŠNICE DOBIVANJA PAKETA DRUŠTVENE SKRBI ZA JUŽNI I ISTOČNI DIO MELBOURNE-A

AHDU su dobile sredstva savezne vlade i za Pakete društvene skrbi za starije na južnom (10) i istočnom (10) dijelu Melbourne-a. Jedna od prvih radnica, njegovateljica je i Jasmina Radivoj, kojoj je nedavno uručeno cvijeće i novčani bond u znak priznanja za dugogodišnji rad.

Gordana Dudovic
Voditeljica programa paketa društvene skrbi



Program paketa društvene skrbi - Posredništvo

Australsko hrvatskim drušvenim uslugama (AHDU) je odobreno samo 45 paketa društvene skrbi koji su financirani od strane državne vlade. Potražnja za paketima ove vrste je u porastu pa kako bi zadovoljili potrebu AHDU je sklopila ugovor sa organizacijama koje imaju slobodne pakete. Takvim načinom pokušavamo pružiti pomoć svakom pojedincu hrvatskog podrijetla starijem od 72. godine ili pa mlađem sa invaliditetom, koji traže skrbnu pomoć. Sastavno je normalno da se kao primalac usluga osjećate opušteniji i sigurniji u svojoj kući kada vas posjećuje radnik koji razumije vašu kulturu i koji govoriti vaš materinski jezik.

Ako već primate paket usluga druge organizacije, a želite da ste da vas posjećuju radnici koji govore hrvatski jezik, nazovite naš ured i mi ćemo u vaše ime zatražiti posredništvo s dotičnom organizacijom te vam osigurati našeg radnika.

U tom slučaju vi i dalje ostajete s tom istom organizacijom; ništa se ne mijenja, osim radnika.

Ako trenutno čekate da vam se odobri paket i stavljeni ste na listu čekanja, isto nas tako nazovite i mi ćemo pokušati što prije pronaći paket za vas sa organizacijom koja je već u posredništvu s nama, te vam osigurati našeg radnika. AHDU ima obučene radnike hrvatskog podrijetla koji obilaze vaše domove i koji vam pružaju pomoć podržavajući hrvatsku kulturu i jezik.

Ono što bi vam naši radnici mogli pomagati ako primate paket usluga je pomoć pri kućanskim poslovima, osobna njega, prijevoz liječniku, rodbini ili prijateljima, kupovina namirnica, priprema jela, te predah.

Za više informacija nazovite Moniku na broj koji ćete naći na zadnjoj strani Skrbnika.

Monika Kovač

Program paketa društvene skrbi - Posredništvo



Australian Croatian Association - GIPPSLAND

U nedjelju 18. studenog posjetila sam hrvatsku zajednicu u Morwell-u. Nakon puna dva sata lagane vožnje, uz predvane slike prirode koje se protežu duž Princess Freeway-a, dočekala su me kao uvijek, vesela i nasmijana lica Hrvata, članova kluba kojih danas ima 30-ak.

I tog je vikenda bilo veselo. Kako saznajem iz kluba, skoro svake subote hrvatski klubovi sa gradskog područja Melbourne-a posjećuju članove kluba u Gippsland-u koji se okupljaju za zajednički ručak.

Uz lagane zvukove hrvatske glazbe, i obilan ručak hrvatska se riječ na daleko čuje...

Velikim je autobusom grupa Hrvata, njih oko 50-ak, doputovala iz St Albans-a kako bi zajedno proveli dan. U trenutku se sala napunila veseljem i razgovorom.

Nakon molitve, pristupilo se stolu punom hrane koju su pripremile vrijedne kuharice. Najpopularnija je bila domaća sarma, a našlo se tu i nekoliko vrsta pečenja i raznih salata.

Kao voditeljica novog programa koji je financiran od australske 'Aged Care Service Improvement and Healthy Ageing Grant' (ACSIHAG), obavijestila sam zajednice o nastavku rada Programa partnerstva u zajednici koji je kompletiran u lipnju ove godine, a koji se nastavlja pod gore navedenim drugim imenom.

Andrea Jelinić i Mirko Hrvojević, lijevo (Predsjednik)



Ovim bi putem voljela obavijestiti Hrvate koji se žele učlaniti u klub da su svi dobro došli. Za više informacija nazovite tajnicu kluba Andreju Jelinić na 5126 1521 ili 0448 370 788.

Silvana - ACSIHAG

Program kućne i društvene skrbi - HACC

PAG Whittlesea

Hrvati treće životne dobi koji žive u sjevernim područjima Melbourne-a, točnije u općini Whittlesea su dugi niz godina strpljivo čekali i konačno dočekali početak rada grupe za planirane grupne aktivnosti.

Grupa je sa radom započela u drugoj polovici ove godine i odmah u početku je privukla veliki broj zainteresiranih.

Trenutno broji četrnaest članova, a moram priznati da imamo i određeni broj onih koji su na listi čekanja.

Članovi grupe su veoma aktivni tako da Josipa L i Dragica uživaju igrati karte, dok su Ruža, Josipa B, Štefica i Marica majstori za rummy ili kockice kako to one popularno zovu. Dok se ove drage gospode zabavljaju ovom vrsto aktivnosti dотле Marija B, Iva, Marija Š, Nike, Pero, Marija V, Željka i Andja zadovoljno prebiru po aktualnim događanjima i vjerujte mi da se svi na kraju priključe razgovoru.

Međutim isto tako postoje i teme o kojima žele saznati nešto više pa su u zadnjih su par mjeseci aktivno uzeli učešće u predavanjima u svezi informiranja o uslugama na koje imaju pravo i procesu ostvarivanja tih prava, diabetesu i Alzhaimerovoj bolesti. Predavanja su pomogla da se rasvijetle neka goruća pitanja kao recimo kako gledati na zaboravnost i kada se o zaboravnosti treba razgovarati sa liječnikom.

Trenutno se grupa priprema za zajednički izlet i ručak u Endeavour Hills.

Lily Šilić

Voditeljica PAG NW

PAG Dandenong i Endeavour Hills

Sredinom ove godine, točnije 22. svibnja započele su s radom dvije nove grupe na jugistočnom dijelu Melbourne-a. Općina Casey dodijelila nam je prostoriju bez plaćanja naknade na čemu im se i ovom prilikom zahvaljujemo. Od skromnih početaka grupa je izrasla na 30-tak članova koji se svakog utorka sastaju i provedu vrijeme u razgovoru, igranju karata, boča, i laganom vježbanju. Nađe se i pokoje korisno predavanje o zdravlju i drugim temama. Svakog drugog tjedna organiziran je topli domaći ručak za koji se brine kuharica Ljiljana Goja.

Božić je pred vratima, a ponosne članice PAG Dandenong, svoja su tjedna okupljanja provele u izradi božićnih snješkovića i kuglica koje im je nesebično demonstrirala članica Vesna Dinek.



Marija Matulec, Katica Lukač te
Marija Miljko, PAG
Endeavour Hills sa
volonterkom Tanjom Pajić.

Naša volonterka Tanja Pajić dragovoljno se prijavila i izradu snješkovića demonstrirala članicama grupe u Endeavour Hills-u.

Danijela Dabo, voditeljica PAG SM





Druženje generacija - AHDU I VSL

Pitajte učenike hrvatskog jezika Viktorijske škole jezika u Keilor Downs kakva im je bila ova prošla subota 10.listopada u školi. Što su sve naučili I ponijeli sa sobom u život? Mozda da isto pitanje postavite i njihovim roditeljima, bakama i djedovima, no isto tako i umirovljenicima, članovima planiranih grupnih aktivnosti iz Footscraya koji djeluju u sklopu programa Australsko hrvatskih društvenih usluga.

Odgovor će vjerujem biti isti. Ova subota ujutro bila je ispunjena nečim novim, upoznavanjem, pričom te ramjenom iskustva i znanja. Dvije generacije hrvatske zajednice na zapadnom dijelu Melbourne-a sastale su se u subotu i družile na jedan poseban način.

Članovi planiranih grupnih aktivnosti koji djeluju u sklopu Programa kućne i društvene skrbi pri Australsko hrvatskim društvenim uslugama posjetile su centar Viktorijske škole jezika u Keilor Downs-u koji među ostalim broj i stotinjak učenika hrvatskog jezika. Razlog je bio približiti mladima neke gotovo izumrle tradicije naših baka, poput kuhanja (pravljenja kiflica), pletenja, vezenja i..... Vrijedne gospode smjestile su se u dva razreda škole i tamo ponosno pokazivale svoje umijeće. Djeca su se i sama okušala u ovim zanatima, mnogi su ponijeli primjerke kući, budući da se u školi nije smjelo peći kolače. Mame i tate također su izgledali zainteresirani. Bio je to zaista lijep prizor, što znači da su radionice prošle uspješno.

Poslije školskog odmora došao je red na učenike da

prisutnima pokažu ono što oni znaju. Organiziran je poseban program gostima i roditeljima u čast. Svi su razredi imali nešto zanimljivo za pokazati; bila je tu priča o nekim hrvatskim gradovima, predstavljanje dalmatinskog psa, scenski poetski prikaz, recitacije pjesama hrvatskih pjesnika, a otpjevalo se i nekoliko hrvatskih pjesama.

Druženje se nastavilo i tijekom lagane zakuske. Nasmijana lica i komentari prisutnih, poput "ovo bi trebalo cesce organizirati" sve su govorili...

I što reći poslije jednog ovakvog dana. On se nije slučajno dogodio. U njega je uloženo puno truda I vremena. Inicijativa je potekla od koordinatorice planiranih grupnih aktivnosti AHDU – Senade Ekić, koja je kontaktirala učitelja hrvatskog jezika iz Keilor Downs-a Zlatka Muhvića. Zlatko je objeručke prihvatio ovu ideju i angažirao druge učitelje i učenike. Senada je članove grupe dobro pripremila za ovaj dan, vrijedne bake su ozbiljno shvatile ovaj važan zadatak i u školu došle odlično organizirane – prave učiteljice. Svima jedno veliko HVALA.

Možda i poruka svima za kraj – "nešto možeš sam, sve mogu ljudi" Svi smo mi vrijedni I svi možemo naučiti jedni od drugih.

Senada Ekić, voditeljica PAG NW





MARIZ Vineyards, Piedmont



Prije odlaska na izlet



Geelong



MUŠKA GRUPA HRVATA – 4 JEDNODNEVNA IZLETA

Tijekom lipnja 2012. godine organizirana su četiri izleta za muskarce treće dobi od strane AHDU . Skupina muškaraca Hrvata posjetila je MARIZ Vinograde i vinariju u Pijemontu - GIPLPSLAND, zatim Sorrento, Geelong i Melbourne-Federation Square. Izleti su organizirani udobnim minibusom (iznajmljivanje od općine Casey-Doveton) a ostvareni su kao jednodnevna putovanja (od 09:00 do 17:00). Tijekom svih četiri izleta muškarci su srdačno dijelili svoja iskustva, uživajući u socijalnoj interakciji i istovremeno učeći o novim i nepoznatim mjestima ,vještinama i aktivnostima. Na kraju svakog izleta, sudionici su izrazili duboku zahvalnost organizatorima i koordinatoru puta izrazivši želju za nastavak ovakve vrste organiziranih aktivnosti, ukoliko se slijedeći put ukaže prilika. Također su iznijeli i podijelili i neke vrijedne prijedloge i preporuke za moguće buduće programe ili vrste usluga koji bi za cilj imali izolirane muškarce njihovog podrijetla.

Ukupan uspjeh ovog pilot programa ocijenjen je na osnovu tiskanog upitnika kojeg su svi sudionici projekta ispunili po završetku programa. Prikupljeni i obrađeni podaci odgovora sudionika o uspješnosti i kvaliteti obavljenog pilot projekta su u konačnici ocijenjeni ocjenom: ODLIČAN. Upitnik je pokrivaо sve aspekte ovog programa s posebnim naglaskom na razinu uspjeha za sve potrebne kategorije: izbor destinacija, hrana, ponudene informacije - obrazovanje, socijalizacija, hrana, koordinator .

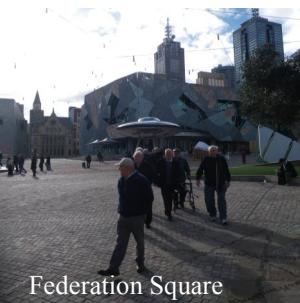
- Svi koji su sudjelovali u ovom projektu izrazili su potrebu za obveznim organiziranjem i razvijanjem ovakvih i sličnih koordiniranih interesnih aktivnosti za njihove specifične dobne skupine i to kontinuirano u budućnosti. Oni su također predložili i mogućnost organiziranja posjete nekim drugim mjestima u budućnosti.

Darko Kotevski

Voditelj specijalnog programa



Sorrento



Federation Square

Nikad nije kasno... za naučiti nešto novo

U sklopu Programa učenja za odrasle u drugoj polovici ove godine održani su specijalizirani tečajevi za pisanje izvješća i komunikaciju na radnom mjestu - namijenjeni radnicima direktne skrbi za starije na sjeverozapadnom i jugoistočnom dijelu grada. Ovaj tečaj bio je zatvorenog karaktera, namijenjen samo radnicima.

Tečajevi poznavanja kompjutera i interneta pokazali su se izuzetno popularnim, stoga smo održali dodatni tečaj za polaznike nastave u Roxburgh Park-u i Dandenong-u.

Tečajevi korištenja kompjutora i Interneta sadržie elemente kompjutorske tehnologije sa osnovnim poznavanjem Interneta i aplikacija (otvaranje osobne Email adrese, korisničko ime, lozinka, "logiranje": Sign In-Sign Out, odašiljanje Email poruka, otvaranje Email poruka, adresar, prijenos i pohranjivanje fotografija sa SD kartica fotokamere, pisanje i pohranjivanje Word dokumenata i slično.).

Nadamo se da će Ministarstvo obrazovanja odobriti naš zahtjev za sredstva i u slijedećoj 2013. godini, tako da ćemo biti u mogućnosti ponuditi tečajeve onima koji bi to htjeli, a nisu došli na red ove godine.

Ivana Mašić, - Roxburgh Park

Zeljka Mariani, Darko Kotevski - Dandenong

Istraživanje specifičnih potreba žitelja hrvatskog podrijetla smještenih u domovima za starije osobe u Viktoriji

Pilot projekt - istraživanje pod radnim nazivom "Stari ali ne i zaboravljeni" (Old But Not Forgotten) provodi se od strane AHDU u cilju , ispitivanja, istraživanja, naznačavanja i procjene specifičnih potreba, zahtjeva i problema s kojima se suočavaju stariji žitelji hrvatskog podrijetla koji su smješteni u domovima za skrb starijih osoba u Viktoriji.

Ovo je straživanje naročito usmjereni na specifične potrebe žitelja hrvatskog podrijetla smještenih u domovima za skrb starijih s posebnim osvrtom na vjerske, kulturološke, i prehrambene navike te na slobodne životne izbore. Zbog ograničenih sredstava istraživanje je usmjereni na 4 organizacije za smještaj i skrb starijih građana u Viktoriji za koje je naša organizacija AHDU uspjela prikupiti okvirne podatke o najvećem broju žitelja starije dobi hrvatskog podrijetla:

Baptcare Westhaven Community, Footscray

Grantham Green/Operator Doutta Galla Aged Services Limited, St Albans

Springtime Sydenham - Aged Care Services, Sydenham

Uniting Aged Care Kingsville, Kingsville

U posebno pripremljenom upitniku zahtijevalo se od relevantnih osoba, službenika, skrbnika (i članova obitelji) odgovoriti na određena pitanja glede specifičnih potreba i eventualnih problema s kojima se susreću u svojim ustanovama u svezi skrbi i pružanja usluga žiteljima hrvatskog podrijetla.

Ovaj je projekt još u tijeku. Nadamo se da će rezultati dobiveni ovim istraživanjem pripomoći u planiranju skrbi za naše starije žitelje u budućnosti.

Darko Kotevski

Koordinator projekta



Uniting Aged Care Kingsville, Kingsville

NOVA MJESTA ZA DRUŽENJE ZA STARIJE HRVATE



NA PODRUČJU OPĆINE CASEY

Utorak, 20. studeni 2012. – Australsko hrvatske društvene usluge obilježile su službeni početak rada dvije nove grupe planiranih aktivnosti na južnom dijelu grada Melbourne-a.

Pozivu na ovu svečanost odazvali su se, među ostalima i Hon. David Davis, Ministar zdravstva i skrbi za starije osobe pri Viktorijskoj vladu , Antun Babić, generalni konzul Republike Hrvatske , Luke Donnellan, član parlamenta za Narre Warren North, Inga Peulich, član zakonodavnog vijeća, Amanda Stapledon, novoizabrana gradonačelnica općine Casey, Steve Ballard, ravnatelj zdravstvenog odjela za jugoistočni dio grada pri ministarstvu zdravstva, Linda Stewart Wynd, voditeljica odjela skrbi za starije za jugoistočni dio grada pri ministarstvu zdravstva, djelatnici općine Casey, hrvatski radio i tisak, i na koncu najvažniji sudionici, članovi planiranih grupnih aktivnosti.

Franci Buljat, ravnateljica AHDU, potvrdila je kako se na sredstva koje je organizacija dobila od savezne i državne vlade, dobivena početkom ove godine dugo čekalo i zahvalila svima onima koji su bili uključeni u proces kako bi se članovima naše zajednice na području općine Casey osigurala prijeko potrebna sredstva za rad ovakvih grupa. Izuzetno dobra suradnja s općinom Casey omogućila je besplatan zakup prostorije u klubu za seniore Endeavour Hills.

Dvije grupe sastaju se svakog utorka i uz topli, tradicionalni hrvatski ručak aktivno sudjeluju u raznim aktivnostima, poput ručnih radova, igranja karata, boća i nordijskog hodanja sa štapovima. Koordinatori planiranih grupnih aktivnosti redovito organiziraju informativna predavanja na razne teme koje zanimaju starije, no organiziraju se i brojni izleti.

“Etno specifična organizirana druženja značajan su dio Programa kućne i društvene skrbi (HACC). Oni imaju osoban pristup i prilagođene su specifičnim potrebama ljudi iz različitih kulturoloških i jezičnih sredina” rekao je između ostalog Ministar Davis u svom govoru.

Gospdin Ivan Gal, član nove grupe za planirane aktivnosti, zahvalio se na koncu svima prisutnima.

Franci Buljat
Ravnateljica AHDU



Purica s mlincima



Sastojci:

purica

svinjska mast

sol

juha ili voda za podljevanje

začinsko povrće po ukusu

slanine po želji

Mlinci:

1 kg brašna

1 jaje

mlaka voda

sol

Priprema:

Puricu treba dobro očistiti, oprati, obrisati, može se nabosti i slaninom, posoliti i neko vrijeme ostaviti da navlači sol. U unutrašnjost purice dodajte začinsko povrće, a zatim vežite konopcem za kuhanje. Ovako pripremljenu puricu naglo porumenite u plitkoj ugrijanoj masnoći, podlijte

vodom i pecite u pećnici na temperaturi 220°C dok meso ne omekša. Za vrijeme pečenja često podlijevajte vlastitim sokom. Pečenu puricu izvadite iz pećnice i ostavite da se malo ohladi. Sok malo podlijte, prokuhajte, procijedite i stavite na toplo do upotrebe. Da bi purica bila ukusna i sočna, treba je zalijevati sokom koji je pustila za vrijeme pečenja, ili juhom. Oko mesa mora biti dosta tekućine da ne zagori.

Mlinci:

Od brašna, jaja, mlake vode i soli zamijesite polučvrsto tjesto kao za rezance. Tjesto podijelite u više loptica težine 5 dag i razvaljajte. Razvaljeno tjesto pecite na srednje ugrijanoj ploči s jedne i sa druge strane, dok svjetlo ne porumeni i dok se ne osuši. Ovako osušene i ispečene mlince izdrobite, stavite u posudu, zalijte kipućom slanom vodom, pokrijte poklopcem i pustite kratko vrijeme, oko 2 minute, da se moče.

Namočene mlince ocijedite i još vruće zamastite sokom od pečenja. Meso stavite na sok od pečenja i vruće uslužite kao glavno jelo.



Sretan Božić!

Božić je rođendan Isusa Krista. Uz Uskrs to je glavni kršćanski blagdan, a proglašava da je Sin Božji postao čovjekom: *radi nas ljudi i radi našega spasenja siđe s nebesa i utjelovi se*. Tim riječima staro kršćansko vjerovanje isповijeda tu istinuvjere, a Novi Katedikazam Katoličke Crkve potvrđuje i danas dvijetisućletnu vjeru Crkve da je Isus iz Nazareta začet po Duhu Svetom i rođen od Marije Djevice. Dogodilo se to u *punini vremena*, u vrijeme rimskog cara Augusta, u Betlehemu judejskom. Postao je jedan od ljudi, njima u svemu sličan osim u grijehu, naš povijesni drug i suputnik.

Blagdan Božića je stoga priznavanje Isusovog božanstva i čovještva, ali i prvi susret s njime, s njegovim cijelovitim otajstvom. Božić kao ime za taj blagdan ima osobitu ljepotu, čar i osobitu povijest. Pruža poruku o Bogu, ali isto tako poruku o čovjeku. Te dvije poruke su osnova poruke o miru. U božićnom svetkovaju i čestitanju te poruke dolaze do izražaja i Božiću daju osobitu intimnost i značenje obiteljskog blagdana.

Iako je božićno slavljenje utemeljeno na biblijskom

Božiću i zato svojina svih kršćanskih naroda, u Hrvata je toliko istaknuto da se opravdano govori o hrvatskom Božiću, i to osobito zbog pučkih običaja, posebice jaslica, božićnog žita i drvca i narodnih božićnih pjesama.

Blagdan Božića slavi se jedan dan, ali je blagdanovanje prošireno na pripravu i produženo svetkovanje. Božiću prethode i zatim ga slijede dani osobitog slavljenja. Svi oni čine osobit božićni krug svetkovanja koji počinje adventom — osobito zornicama i danas adventskim vijencem — preko Badnjaka stiže do Božića pa zatim Nove Godine i blagdana Bogojavljenja ili Svetih Triju kraljeva i koledanjem s blagoslovom kuća i stanova.

Potrebno je upozoriti na pojavu koja ugrožava istinsko božićevanje danas, a to je komercijalizacija blagdana. Valja izbjegći potrošački odnos prema blagdanima, tj. podređivanje sve božićne priprave trgovini. Vrijeme je da suvremenim vjernicima ispravno moderniziraju folklor Božića. Pred nama je i izazov i zadatak: u svjetlu Božića, zauzimajući se za opće ljudske vrednote.

Savjeti za starije osobe tijekom ljetnjih vrućina



Starija osoba trebala bi uvijek uz sebe posjedovati svoje osnovne podatke (ime i prezime, godina rođenja, adresa stanovanja) i broj telefona kontakt-osobe koju se može kontaktirati vezano uz dotičnu stariju osobu. Ove se mjere osobito odnose na starije osobe koje pate od kroničnih i kardiovaskularnih bolesti.



U razdoblju od 10-17 sati u ljetnom periodu starije osobe ne bi se smjele izlagati sunčevoj energiji, poglavito ne stariji srčani bolesnici niti gerijatrijski bolesnici oboljeli od šećerne bolesti. No, kako je kretanje, aktivnost te boravak na otvorenom, u prirodi potrebna starijim osobama preporuča se provođenje istih tijekom večernjih ili jutarnjih sati. Prigodom izlaska iz svog prebivališta starija osoba nužno mora zaštiti glavu šeširom, maramom ili kapom.

Ukoliko se radi o starijoj osobi čije kretanje je krajnje otežano nužno je češće puta dnevno provjetriti prostoriju u kojoj starija osoba boravi i održavati istu čistom.

Preporuča se dnevno uzimanje do 2 litre tekućine (bilo kao 8 čaša negazirane vode bilo u obliku juha, variva ili čajeva) i obavezno sezonsko voće i povrće. Savjetuje se izbjegavati pržena, pohana, slatka i jako zasoljena i začinjena jela.

Uz redovite liječničke preglede i pridržavanje liječničkih uputa, tijekom vrućih i sparnih dana starije osobe trebale bi češće kontrolirati krvni tlak. Isto tako važno je održavati osobnu higijenu i osigurati starijoj osobi pravovremeno uzimanje propisanih lijekova.

Glavobolja, mučnina i vrtoglavica znak su za uzbunu – starija osoba, osobito bolesna i funkcionalno onesposobljena, treba se hitno javiti liječniku ili najbližoj hitnoj pomoći.

Članovi obitelji, prijatelji, susjedi, znanci i dr. osobe u vrijeme ljetnih vrućina trebali bi učestalije kontaktirati stariju osobu (svakodnevno i po nekoliko puta)



Prehrambene upute po medijima

Zdrava hrana

Dečki, budite iskreni... Koga biste mjenjali: ženu ili ishranu...???

Moja žena prirodno teži cjeloživotnom obrazovanju.

Pogotovo zdravstvenom.

Pomno prati prehrambene upute po medijima.

Nažalost se po njima i ravna.

Već smo odavno u našoj kuhinji otkazali gostoprимstvo svinjskoj masti.

A ubrzo zatim i prerađevinama od iznutrica - a sve zbog sadržaja holesterola.

Zbogom pašteticama, krvavicama, pečenicama, slasnoj prženoj slanini i sličnim divotama.

Onda je žena pročitala da tjestenine debljavaju.

Kako nevolja nikad ne dolazi sama, neki je dripac u ženskoj reviji napisao da su rajčice mogući izvor karcinoma.

I tako su s našeg stola nestali špageti a la carbonara, makaroni sa salsom i još puno sličnih ljepota.

Onda je neka baraba na televiziji ocrnila ulje, jer da je to sporodjelujući otrov i prešli smo na margarin.

Ne lezi vraže - netko je u jednom članku oštro napao istog, jer da je po štetnosti blizak ulju.

Sad pržimo luk u vreloj vodi.

Uživanje jaja nam je u tjednom magazinu ogadio neki stručnjak, a usput je zabranio i korištenje soli pri kuhanju.

Žena je sladostrasno precrtala u jelovniku sve vrste jaja - u meko i utvrdo, na oko i kajganu.

Ništa više ne solimo tako da potajice ližem bijele naslage s lonaca za cvijeće ...

Prije mjesec dana je nekakva vegetarijanska kokoš uvjerila ženu da su sve vrste mesa grijeh protiv tijela i da su jedina istinski zdrava hrana mrkva, repa, kupus, salata i nešpricane jabuke.

A onda je na radiju neki tip znanstveno dokazivao da je povrće dvostruki mač, te da je njegova uporaba znanstveno upitna neovisno da li je uzgajano na prirodnom ili umjetnom gnojivu.

Ostali su nam med, mlijeko i kruh ...

Onda su u ranijespomenutom tjedniku dali na znanje da med uzrokuje šećernu bolest, mlijeko da škodi slezeni, a kruh se po učinku bitno ne razlikuje od tjestenine.

U toj prehrambenoj stisci su se žena i kćer odale čaju od kamilice, zobenim

pahuljicama i riži kuhanoj na vodi, a ja sam se bacio na pivo i lešo krumpire.

Nedugo nakon toga se našao neki sadist s tvrdnjom da pivo uzrokuje protin, a da su u krumpiru otkrili opasne sastojke koji mogu uzrokovati oštećenje prostate.

Sada sam prešao na vino i posije, no kako vino uništava jetru, a zobene pahuljice i posije, po teoriji nekog zlikovca objavljenoj u dnevnim novinama, koče normalno funkcioniranje hipofize, ne znamo više kako i što ...

Žena ima 35 kila, kćer koji kilogram više (sumnjamo da se povremeno iskrade van našeg nadzora odlazeći se otrovati kakvom picom), a ja sam sve sličniji pokojnom faraonu Ramzesu nakon što su njegove ostatke "lječili" u Parizu.

Brižna susjeda je, u strahu od našeg neminovnog kraja, pozvala svećenika, koji je u pratnji ministralnika pozvao na vrata s nakanom podijeljivanja posljednje pomasti.

"Samo to ne", zaurlala je žena posljednjim snagama. "Načula sam da se posljednja pomast vrši običnim sjemenskim uljem, a on je smrt za organizam."

I tako sad, bez uputnice za bolji položaj na onom svijetu, izgladnjeli, mumificirani, ali zdravi, čekamo odlazak iz ovog prehrambenog svinjca ...



Radno vrijeme tijekom Božićnih Blagdana!



Naš će ured biti zatvoren
od 24. prosinca 2012 do 2. sječnja 2013.

AHDU lokacije

40 Pickett Street
FOOTSCRAY VIC 3011

Tel 9689 5811
Fax 9689 8419

Prvi kat, 128-130 Walker Street
DANDENONG VIC 3175

Tel 9791 6000
Fax 9791 6011

E-pošta services@accs.asn.au
www.accs.asn.au



Glavna izvršna ravnateljica

Franci Buljat

Financije

Ivana Rogić

Program paketa društvene skrbí - Footscray

Marina Rozio

Program paketa društvene skrbí - Dandenong

Gordana Dudović

Posredništvo

Monika Kovač

Program kuóne i društvene skrbí (FVP) - Footscray

Lily Šilić

Program kuóne i društvene skrbí (FVP) - Dandenong

Silvana Pavlovski

Program kuóne i društvene skrbí (PAG) - Footscray

Senada Ekić

Program kuóne i društvene skrbí (PAG) - Dandenong

Daniela Dabo

Program kuóne i društvene skrbí (PAG) - Dandenong

Darko Kotevski

Program potpore usluga staračke skrbí i zdravog starenja (ACSIHAG)

Silvana Pavlovski

Projekti posebne namjene

Anne Blight

Projekti posebne namjene

Darko Kotevski

Koordinatorica nastave hrvatskog i engleskog jezika

Rosie Jurina

Rad sa klijentima

Po dogovoru
