



Skrbník

BOŽIČ 2024



Poštovani,

Bliži se kraj još jedne, za nas po mnogo čemu važne godine prepune poslovnih izazova. Zadovoljstvo mi je obavijestiti vas kako smo uspješno prebrodili probleme vezane uz rastuće troškove, nedostatak radne snage i brojne zakonske promjene te postigli odlične operativne rezultate koji će dodatno ojačati našu dugoročnu održivost.

Ovo je godina jubileja u kojoj slavimo 40-tu godišnjicu svog osnutka i to u našem novom uredu u South Melbournu i stoga je zgodna prilika za prisjetiti se skromnih početaka 1984 godine, kada je osnovana Hrvatska udruga za dobrobit zajednice u Viktoriji (CCWAV), te 1994 godine kada je udruga promijenila ime u sadašnje, Australian Croatian Community Services (ACCS). Puno toga se dogodilo u ovih 40 godina ali cilj je ostao isti, a to je predanost i odlučnost svih koji su prošli kroz organizaciju za pružanjem najbolje moguće usluge.

Koristim stoga ovu prigodu kako bih se zahvalila svim našim osnivačima, bivšim i sadašnjim zaposlenicima, volonterima, članovima uprave, donatorima i naravno svima vama koji koristite naše usluge, jer bez svih vas ne bi bilo ni nas. Hvala vam i budite uvjereni da ćemo ustrajati u svom putu i nastaviti s pružanjem kulturno prilagođenih i visokokvalitetnih usluga skrbi u kući starijim članovima naše i šire zajednice.

Zahvaljujem Vam svima na povjerenju i suradnji kroz cijelu godinu i nadam se da ćemo zajedno i dalje graditi bolje i uspješnije trenutke.

U ime Upravnog odbora, svih djelatnika naše organizacije i u svoje osobno ime želim Vam Čestit i blagosavljen Božić, a u Novoj 2025 godini puno zdravlja i sreće.

Senka Grancieri, Ravnateljica, ACCS

NAŠI KORISNICI PAKETA KUĆNE SKRBI I NJEGE

ŽIVOTI SE POBOLJŠAVAJU KROZ SKRB I USLUGE



Mila i Dane Šarić

Jedna od privilegija koje imamo zadovoljstvo čuti u našem radu su priče korisnika naših usluga o tome kako su došli u Australiju, što su sve morali prebroditi kako bi došli do mjesta gdje su sada – i koliko su im usluge koju primaju kroz ACCS korisne da ostanu živjeti u svom domu što je duže moguće.

Tako smo imali priliku čuti i priču korisnika, bračnog para Mile i Dane Šarić. Dočekali su nas u svom domu a na ulazu nas je pozdravila njihova snaha, koja Milu zove “mamom”, tradicionalnim izrazom za svekrvu u našoj kulturi, koji danas mlađe generacije često zanemaruju. Ljubav i briga koju obitelj pokazuje prema Mili i Dani su više nego očiti, od pomoći pri obrocima, upravljanju stvarima u njihovim svakodnevnim životima i svega između, ukratko, to su “Baba i Dida” koje obitelj cijeni, poštuje i smatra dragocjenima.

Mila i Dane dolaze iz planinskog područja Hrvatske koje se zove Hrvatsko Primorje. Kao i mnogi imigranti iz Hrvatske tih godina, u potrazi za boljim životom napustili su Hrvatsku 1957. godine, putujući brodom s osamnaest drugih ljudi. Brod je bio neispravan i pokvario se nasred mora između Hrvatske i Italije, i bila je prava sreća i olakšanje kada ih je pronašla i spasila posada talijanskog broda te prebacila u kamp u Italiji kao tražitelje političkog azila.

Nakon što su proveli jedanaest mjeseci u kampu, vjenčali su se katedrali Sv. Petra i Pavla u Rimu. Priča o njihovom vjenčanju je zanimljiva, drukčija od mnogih raskošnih vjenčanja koja vidamo i za koja čujemo u današnje vrijeme. Rekli su nam da je to bilo

vjenčanje koje je uistinu imalo svoju svrhu. Vjenčali su se s još četiri para toga dana, jedno za drugim. Jedan isti sako dijelili su muškarci a isti vjenčani prsten dijelili su svi, dok su se naizmjenično vjenčavali pred svećenikom.

Nedugo nakon vjenčanja, napustili su kamp i krenuli na svoje dugo putovanje u Australiju, koje je uključivalo četiri tjedna putovanja brodom do Perth-a, zatim let do Melbourne-a i na kraju se nastanili u Ballarat-u. Živjeli su u Ballarat-u brojne godine, radeći oboje u bolnici Sv. Ivana. Dane je tamo bio bolničar pune trideset i tri godine, dok je Mila radila u praonici dvadeset i tri godine. Mila mi govori kako je iskusila teškoće i bila marginalizirana od strane drugih zaposlenika zbog toga što nije bila tipična već tzv. “nova” Australka. Nažalost, kroz ovakvo i slično iskustvo prolazili su mnogi imigranti u to vrijeme.

Imali su dva sina, među kojima je devet godina razlike u dobi. Oboje su otišli u Geelong kako bi radili i započeli naukovanja u svojim mladim radnim životima pa su se tako i Mila i Dane preselili u Geelong prije gotovo dvadeset i jednu godinu kako bi bili bliže svojim sinovima i široj obitelji.

Način na koji su se Mila i Dane povezali s ACCS-om je tako da su najprije primili paket restorativne skrbi, koji su dobili od grada Geelong-a, da bi im nakon nekog vremena bio odobren paket kućne skrbi. Kada je ACCS počeo nuditi svoje usluge klijentima kojima je odobren paket kućne skrbi na području Geelonga, Mila i Dane postali su jedni od prvih korisnika naših usluga na području Geelong Barwon. Preko ACCS, dobivaju sve usluge

koje su im potrebne, kako bi ih oboje podržale u njihovom svakodnevnom životu. Dobrobit i kvaliteta života važan su dio zdravog procesa starenja. Kroz usluge koje primaju, mogu ostati duže živjeti u svom domu.

Jedna od usluga koja im omogućuje uživanje u životu je dolazak radnika u njihov dom za pripremu obroka. Mili je postalo teško stajati duže vrijeme na nogama i obavljati uobičajene kuhinjske zadatke koje je ranije mogla obavljati samostalno. Imati radnika koji im pomaže u pripremi obroka, poput sjeckanja povrća i pripreme jela, te kuhanju, doprinosi nutricionističkoj dobrobiti i osigurava Mili i Dani veću kvalitetu života koju zaslužuju, kroz unos zdravije spremljenih obroka, čemu je zapravo i namijenjena ovakva vrsta usluge.

Prijevoz je još jedan primjer uistinu potrebne usluge koju primaju. Usluga prijevoza omogućuje im oboma da na vrijeme dođu do svih potrebnih medicinskih i drugih zdravstvenih usluga. Radnik dolazi do njihovog doma, pomaže im pri dolasku do automobila i u premještanju njihove opreme za

mobilitnost u i iz auta prema potrebi. Radnik ih potom odveze na njihov dogovoreni termin, te im ponovno pomogne ući i izaći iz auta, i sigurno ih vratiti kući.

Pitali smo Milu je li joj važno imati voditelja skrbi koji govori hrvatski jezik, što je dio usluge koju prima od ACCS-a a ona je odgovorila kako joj je to jako važno i upravo to je ono što ACCS izdvaja od drugih pružatelja usluga.

Mila smatra da su iskrenosti i integritet najvažnije kvalitete koje radnici trebaju imati i za sada je stvarno zadovoljna svim uslugama skrbi i njege, te radnicima koji dolaze u njezin dom. Kao tim i zajednica, izuzetno smo sretni što radimo s ovako divnim i zahvalnim klijentima. Naša uloga kao pružatelja usluga postaje vrlo nagrađajuća kada čujemo priče zadovoljnih korisnika poput ove. Želimo Mili i Dani sve najbolje u životu i skrbi koju će primati ubuduće.

Kristina Bogović, voditeljica paketa kućne skrbi

FRANKA NIKŠIĆ



Franka Nikšić je 91-godišnja udovica koja koristi usluge skrbi koje pruža naša organizacija već 5 godina, a započela je s programom usluga na početnoj razini 2019. godine. Franka je trenutno korisnik paketa kućne skrbi razine 2 i živi samostalno u svojoj dvokatnoj kući u St. Albansu.

Unatoč svojoj dobi, Franka je i dalje vrlo samostalna; sama se tušira, priprema vlastite obroke, ne koristi pomagala za kretanje, a čak svakodnevno unosi drva kako bi ugrijala svoj dom tijekom hladnijih mjeseci. Njena ljubav prema prirodi očituje se u dobro održavanim kućnim biljkama o kojima se brine, dok se njezin vrt održava kroz mjesečnu uslugu pomoći

koju dobije za održavanje vrtla, koju koristi kroz svoj paket kućne skrbi.

Međutim, Frankina samostalnost nije bez izazova. Za obavljanje zadataka poput pripreme obroka i tuširanja, koje Franka obavlja sama, zbog sigurnosti mora raditi česte pauze i uzeti popodnevni odmor kako bi rasporedila svoju energiju. Franka koristi i uslugu pomoći prijevoza na zakazane sastanke kod doktora ili odlazak na groblje a vesele je društvene interakcije i razgovori uz kavu koje tom prilikom ima s radnicima. U posljednje vrijeme, najveći izazov za Franku predstavljaju stepenice u kući. Njena spavaća soba nalazi se na katu, ali zbog nesigurnosti pri kretanju stepenicama, odlučila je spavati na kauču u dnevnom boravku u prizemlju. Ovo je dovelo do problema, umora i boli jer kauč nije dovoljne veličine i udobnosti.

Kako bi riješili ovaj problem, njena voditeljica skrbi, sin John i terapeut razgovarali su o potrebi nabavke prikladnijeg kreveta. Nakon pregleda mogućih opcija, dvije vrste kreveta su odabrane za isprobavanje. Iako se osjeća preplavljena informacijama, Franka će uskoro isprobati ove krevete, s nadom kako će udobniji način spavanja znatno poboljšati njen život i bolje raspoloženje.

Ružica Eklić, voditeljica paketa kućne skrbi



Svima Vama Dragim Prijateljima
i čitateljima (čitateljima) našeg
lijepog magazina "SKRBNIKA".
Mit i veselje neka neka ispunje
svih nadolazećih blagdana
Božića i Nove 2025^{te} Godine.
Svjetiljka mira neka svijetli u
noći, Blagoslov i sreća Božić
će nam doći. Uz srdačni poru-
čar uvijek sa mnogo poštovanja
prama svima Vama dobrim i
vrijednim pomoćnicima muški
i ženske, jer, mi koji Vas trebamo
nebi mogli živjeti bez Vaše pomoći.
Ja Vam lijepo zahvalim od dragog
Gospodina Boga i u ime moje šoljene
Obitelji, koji Vam srdačno zahva-
ljuju za svaku pomoć koju nam pružate.
Još jednom Vam hvala i od Boga plata,
koju si Vi sami zaslužite. Lada
Ostajte Zbogom! Do željnog vaterija
Vaša Klienta Ivanka
Dolencić



ANTO NIKOLIĆ

Anto Nikolić je jedan od naših dragih članova koji je, zajedno sa svojom suprugom Marijom, povezan s našom ACCS zajednicom već nekoliko godina.

Anto je rođen u Bosni i Hercegovini i živio je u gradu Kaknju. Godine 1995 Anto je, zajedno sa svojom suprugom Marijom i dvije kćeri, Sandrom i Kristinom doputovao u Australiju, stigavši u Melbourne uz pomoć svoje sestre i njenog supruga.

Anto i Marija bili su izuzetno vrijedni radnici i stoga su s vremenom uspjeli stvoriti dobar život za sebe i svoje kćeri. Anto voli društvo i unatoč brojnim zdravstvenim problemima, voli sa suprugom otići srijedom u ACCS grupu za druženje u Epping-u i nikada ne zaboravi reći koliko su mu drage sve grupne aktivnosti i izleti.

U svom slobodnom vremenu, Anto uživa u izradi malih drvenih modela kuća i crkava, kola, konjskih zaprega i tradicionalnih bunara. Anto se trudi što više uživati u malim stvarima u životu zajedno sa suprugom Marijom, i govori kako većina stvari ne bi bila moguća bez pomoći ACCS-a. Na primjer, Anto voli svoj vrt i trudi se što više uživati u malim zadacima koje si sam postavi, ali zbog pogoršanog zdravlja, umjesto njega vrt jednom mjesečno održava vrtlar zaposlen kroz program paketa kućne skrbi. Kako bi održavao svoju povezanost sa zajednicom i ljubav prema društvu i druženju, većinu svojih potreba za prijevozom Anto ostvaruje također kroz program paketa kućne skrbi, isto kao i pomoć u obavljanju drugih kućanskih poslova.

Zbog sve više zdravstvenih problema, Anto nas je nedavno obavijestio o poteškoćama koje ima prilikom premještanja u krevetu i kad ustaje iz kreveta. Kako bi mu pomogla s ovim i drugim problemima, njegova voditeljica skrbi organizirala je susret sa specijalistom za radnu terapiju, koji je obišao Antu kako bi izvršio procjenu i porazgovarao o mogućim opcijama za prikladniji krevet, kao i o drugim općim stvarima koje obično preporučuje terapeut. Anto je tako nedavno isprobao nekoliko kreveta uz pomoć terapeuta, pa se stoga nadamo se kako će mu pronalazak odgovarajućeg kreveta osigurati udobnije i lakše spavanje te poboljšati kvalitetu života.

Karolina Pekić, voditeljica paketa kućne skrbi



ŠTEFICA MATOKOVIĆ



Štefica ima 94 godine, živi samostalno kod kuće i prima usluge kućne skrbi i njege od naše organizacije.

Štefica je korisnica ACCS usluga skrbi već 16 godina i govori kako joj podrška koju prima pomaže u održavanju njenog životnog stila i podržava je u nastavku njene strasti za aktivnim sudjelovanjem u životu u zajednici.

*** Koje aktivnosti još uvijek volite raditi kod kuće?**

Uživam u mnogim aktivnostima koje zahtijevaju da razmišljam o slijedu radnji i koristim svoj mozak za rješavanje problema. Zaista uživam u heklanju i vezenju, to su aktivnosti koju sam radila još od kad sam bila mlada djevojka i uspjela sam nastaviti ovaj hobi tijekom svojih radnih godina, a sada i u godinama mirovine. Također uživam u redovitom čitanju hrvatskih časopisa kako bih bila u toku s onim što se događa u inozemstvu. Igra "Ludo" za mene je zanimljiva i uzbudljiva i radujem se igranju svaki tjedan.

*** Koje usluge koje primате od ACCS-a najviše volite?**

Uživam u svim svojim uslugama, međutim, usluga koju najviše volim je respite. To je usluga koju primam jedan na jedan. Kako živim sama, uživam u razgovoru s nekim na našem jeziku, igri riječima i igri "Ludo". Igra riječi i Ludo pomažu mi održati um aktivnim jer sam uvijek spremna za izazov dok igram. Jasminka, Štefičina negovateljica, već dugo igra "Ludo" sa Šteficom. Vole igrati zajedno svaki tjedan i pratiti svoje rezultate. Gledajući rezultate, čini se da je Šteficu teško pobijediti.

*** Na što ste posebno ponosni?**

Štefica kaže kako je imala oko 10 godina kada je prvi put počela heklati i učiti vezenje. Ima mnogobrojne različite časopise i module koje koristi za uzorke kako bi stvarala različite tepihe i dizajne. Sve je naučila sama i njezini dizajni su svi vrlo precizni. Izloženi su po cijeloj kući, a obuhvaćaju radove koje je Štefica dovršila kroz mnoge godine rada. Svoje radove često donira raznim dobrotvornim organizacijama a bilo je slučajeva kada je donirala svoje tepihe lokalnim stambenim objektima kako bi ih stanovnici koristili i uživali u njima kao poklonima. Štefica je prepoznata za svoj rad i velikodušnost već više od 15 godina.

Amy Fulham, voditeljica paketa kućne skrbi



ZORA ĐIMOTI



Vesela i uvijek nasmijana Zora Đimoti je naša nova klijentica. Još malo pa će dobit paket kućne njege i skrbi, ali Zora je već duži period dio naše organizacije kroz CHSP program skrbi na početnom nivou. Pohađa redovito grupe društvene potpore, što joj po njenim riječima uvijek uljepša cijeli tjedan i čemu se izuzetno raduje. Gostoprimljiva i pričljiva, Zora nas je upoznala sa svojom nećakinjom koja joj je velika podrška i drago društvo.

Ono što je za gospođu Zoru izuzetno zanimljivo su njeni hobiji - pletenje i vezenje. Zidovi njenog toplog i ugodnog doma ukrašeni su tapiserijama koje ne vidamo više tako često. Gledajući ih, moguće je skoro pa osjetiti ljubav i pažnju kojima su nastajale pod vrijednim Zorinim rukama. Uz smijeh Zora kaže da ne pamti koliko ih je dala na poklon, jer je neprestano vezla. Zatim nam je pokazala prepune ormare toplih vunelih džempera koje je plela, u različitim bojama i dizajnima. Bili smo zadivljeni raznolikošću boja i maštovitim šara. Zora nam je priznala da više ne plete tako često ali da su joj njene rukotvorine prirasle srcu i ne želi ih se riješiti, nego ih pažljivo čuva kao podsjetnik i uspomenu iz prošlosti.

Gospođi Zori želimo još puno zdravih i veselih godina, mnogo posjeta grupama društvene potpore i još poneki pleteni, topli džemper ili vezenu šarenu tapiseriju.

Mirna Memišević, voditeljica paketa kućne skrbi



AKTIVNOSTI GRUPE DRUŠTVENE POTPORE CASEY I DANDENONG

BOŽIĆ U SRPNJU



Zbog velikog interesa članova naših grupe društvene potpore u južnom dijelu grada, 30.srpnja 2024. godine u društvenom centru Jan Wilson u Noble Parku, organizirana je proslava Božić u Srpnju, za naše grupe društvene potpore Casey i Greater Dandenong.

Prostorija za druženje bila je ukrašena u pravom božićnom stilu sa stolnjacima, dekoracijama za stolove i božićnom pozadinom za fotografiranje. Za dobru zabavu se pobrinuo DJ Miro koji je puštao klasike hrvatskih hitova kako bi stvorio veselu atmosferu za ples. Napravljen je i nagradni kutak za sve posjetitelje, gdje su članovi mogli izabrati nagradu (nekakvu vrstu božićnog dodatka za nošenje) a bio je postavljen i stol s bezalkoholnim pićima gdje su posjetitelji mogli uživati u tradicionalnom božićnom napitku, kuhanom vinu ali bez alkohola.

Članovi grupe su se družili, plesali i uživali u proslavi koja je izazvala pregršt pozitivnih komentara u stilu: "Ovo bi trebali ponoviti ili organizirati svaki mjesec" i "Ovo bezalkoholno kuhano vino me podsjetilo na vrijeme kad sam bio u školi, a moja bi mama to pravila za mene i moje prijatelje kad smo učili."

Ono što se može sa sigurnošću reći je kako je događaj bio izuzetno uspješan i zasigurno će se ponovno naći na kalendaru aktivnosti za srpanj 2025. godine.

Melanie Denačić, koordinator grupa društvene potpore





BEGONIA FESTIVAL



Naše grupe društvene potpore Casey i Greater Dandenong posjetile su krajem ožujka Festival begonija, koji se od 1953 godine održava u Ballaratu, Victoria i predstavlja veliku turističku atrakciju grada. Posjet Botaničkom Vrtu u Ballaratu pravi je užitek za oči zbog ljepote i raznolikosti boja.

Ove godine festival je proslavio svoju 72 obljetnicu, a bilo je izloženo više od 500 različitih vrsta begonija, među kojima su najčešće ružičaste, zatim narančaste, crvene, žute i bijele.

Festival je 1954. godine posjetila i kraljica Ujedinjenog Kraljevstva Elizabeta II.

Nakon šetnje među šarenim begonijama, grupa je posjetila obližnju Aveniju Premijera, gdje su izloženi brončani portreti 29 australskih premijera na granitnim postoljima, a zatim su uživali u izvrsnom zajedničkom ručku u Hotelu Robin Hood.

Melanie Denačić, koordinator grupa društvene potpore



RUČNI RADOVI U NAŠIM GRUPAMA DRUŠTVENE POTPORE

NA JUGU GRADA

Ako nas pratite već neko vrijeme onda sigurno znate da su ručni radovi omiljena aktivnost u našim grupama društvene potpore u južnom dijelu grada.

Ove su godine dame u našim grupama Greater Dandenong i Casey neumorno radile različite radove pod vodstvom naše talentirane volonterke Štefice.

Odvojite jedan trenutak kako bi pogledali ova prekrasna djela!

Melanie Denačić,
koordinator grupa društvene potpore



POSJET CENTRU ZA ODMOR I REKREACIJU SUNSHINE

Vodeći se starom latinskom izrekom “u zdravom tijelu, zdrav duh” naše grupe društvene potpore Brimbank i Maribyrnong posjetile su sredinom veljače Centar za Odmor i Rekreatiju u Sunshine-u kako bi sudjelovale u satu aerobika na stolicama. Primjerena fizička aktivnost u starijoj dobi sve je češća tema u društvu. Veliki broj najnovijih istraživanja pokazuje kako je umjerena tjelovježba posebno važna za starije osobe jer se aktivnijim načinom života može pridonijeti prevenciji ili ublažavanju simptoma bolesti kao što su bolesti srca, osteoporoza, depresija i dijabetes koje su česte među osobama

treće životne dobi. Nakon vježbanja u kojem je grupa usitinu uživala, uslijedio je odličan zajednički ručak u Braybrook hotelu. Inače, važnost vježbanja i prehrane prepoznao je prije više od 2400 godina otac moderne medicine Hipokrat, koji je već tada napisao “Ako bismo svakom pojedincu mogli odrediti odgovarajuću količinu hrane i vježbi, ni previše, ni premalo, pronašli bi najsigurniji put do zdravlja”.

Senada Ekic, koordinator grupe društvene potpore

AEROBIK NA STOLICI





SAJAM O ZDRAVOM STARENJU 2024

Dana 27. svibnja 2024. godine organizirali smo naš četvrti po redu Sajam Zdravog Starenja koji se svake druge godine održava u društvenom centru u St Albansu, uz financijsku potporu Gradskog vijeća općine Brimbank.

Događaj je ove godine bio najavljen na web stranici Gradskog vijeća Brimbanka, hrvatskom radio programu na stanici 3ZZZ, SBS radio programu na hrvatskom i bosanskom jeziku, tjedniku Hrvatski Vjesnik te putem naše Facebook stranice, letaka i mreže kontakata.

Na našem informativnom štandu, posjetitelji su se mogli upoznati s poviješću naše organizacije i uslugama koje nudimo a osim nas na sajmu je sudjelovala i desetina drugih izlagača koji pružaju usluge osobama starije dobi u zajednici. Sajam Zdravog Starenja je bio i zabavan dan za sve prisutne koji su mogli uz pregršt novih informacija sudjelovati i u različitim aktivnostima kao što je vježbanje uz ples i latino zvukove (zumbu) ili našeg Baby Lasagnu.

Sajam je potvrdio važnost i značaj malih aktivnosti poput igranja karata, binga, pletenja i rješavanja križaljki u promicanju

zdravlja i dobrobiti starijih osoba. Informativna predavanja na teme poput mirovina, demencije i zdrave prehrane privukle su posebnu pažnju a svi posjetitelji sajma su mogli:

- * Besplatno provjeriti krvni tlak, otkucaje srca i glukozu u krvi koje se obavljale kvalificirane medicinske sestre
- * Besplatno provjeriti sluh
- * Saznati više o dostupnosti smještaja za starije osobe preko Housing for Aged Action Group (HAAG) organizacije.

Na sajmu su svoje informativne stolove imali i Centrelink, IPC Health, Dousta Galla aged services, ADEC, Future Focus, Western Public Health, Bolton & Clarke i Hearing Australia.

Zahvaljujemo se svima koji su pomogli da ovaj sajam bude informativan i uspješan. Hvala i svim članovima naših grupa društvene potpore na odazivu, Vladimiru Jakopancu na knjigama i Antu Nikoliću na izloženim kućicama a posebna zahvala Gradskom vijeću Brimbanka na čelu s gradonačelnicom na pomoći u financiranju sajma. I za kraj što drugo reći osim veselimo se i vidimo na petom sajmu 2026 godine.

Senada Ekić, koordinator grupa društvene potpore





GRUPE DRUŠTVENE POTPORE WHITTLESEA I HUME

ČAJANKA SA SLASTICAMA

Pred kraj drugog tromjesečja, grupe Hume i Whittlesea-a na sjeveru imale su posebnu proslavu! Naime, krajem svakog mjeseca slave se rođendani članova koji su rođeni u tom mjesecu, pa je isto organizirano i za kraj šestog mjeseca ali su voditeljica grupa Sara i njena pomoćnica Ankica proslavi ovaj put pridodale i čajanku sa slasticama koje su pripremile članice grupe te su se svi članovi ovom prigodom lijepo uredili u skladu s temom. Dame su na poklon dobile rukavice od čipke a gospoda leptir mašne. Uživalo se u hrani, plesu i proslavi rođendana naše Kathy! Bilo je veselo, pjevalo se i plesalo, što se može vidjeti i na priloženim fotografijama.

Sara Vargović, koordinator grupa društvene potpore





LAGANE VJEŽBE I PLES U SJEDÉĆEM POLOŽAJU

Tko govori da se ne može vježbati poslije određene dobi? Voditeljica grupa u sjevernom dijelu grada Sara, uvela je u program jutarnju tjelovježbu u trajanju od desetak minuta. Jutro započinje uz kavu ili čaj, a potom se uz dvije pjesme grupa malo razgiba, te bude spremna i bolje raspoložena za ostatak dana. Po pozitivnim komentarima može se zaključiti da su polaznici oduševljeni do te mjere da već sami viču: "Idemo, vrijeme je za vježbanje!"

Sara Vargović, koordinator grupa društvene potpore



UKRAŠAVANJE KUGLICA ZA BOR



AKTIVNOSTI U GRUPAMA U PROTEKLOM PERIODU

Vremenski period između Uskrsa i Božića a samim time i između dva broja vašeg i našeg časopisa Skrbnik dvostruko je duži nego onaj između Božića i Uskrsa pa se shodno tome puno više toga dogodi upravo u ovom periodu, bar kad su u pitanju naše grupe društvene potpore.

Rekli bismo onako statistički suhoparno, bar dvostruko više i bilo bi zaista teško prisjetiti se svega što se izdogađalo u proteklih osam mjeseci, pogotovo u ovom ludom i ubrzanom vremenu u kojem živimo. Srećom, tu je naša Facebook stranica na kojoj uredno bilježimo sve aktivnosti pa zadatak time postaje puno lakši. Ovaj put mi nije namjera prisjetiti se baš svakog događaja iako su svi oni na ovaj ili onaj način nekome od nas ostali u lijepom ili još ljepšem sjećanju. „Sto ljudi, sto čudi“ poznata je narodna poslovice koja u samo četiri riječi oslikava jedinstvenost svakog ljudskog bića i to se treba poštivati u cilju boljeg razumijevanja društva ili grupe kao cjeline i samog sebe.

Istovremeno to može biti i “Sizifov posao”, jer je često teško zadovoljiti sve te različitosti i jedinstvenosti. Dakle ako bi mogli zaključiti, sto ljudi se vrlo teško dogovore, više od sto još i teže ali ako ti ljudi, bez obzira na broj, imaju nešto zajedničko i uvažavaju svoje različitosti onda ništa nije teško, ni nemoguće.

U moru aktivnosti koje su obilježile proteklih osam mjeseci, nekako vas je, bar po reakcijama i komentarima na Facebooku najviše impresionirala proslava Očevog dana u Geelongu što uopće nije čudno jer bila je to zajednička proslava za sve grupe koja je imala dvostruki cilj “proslavu Očevog dana i Lude 80-te”. Pa zar može bolje od toga...post o zabavi nije imao najveći broj pregleda ali sudeći po komentarima i reakcijama proslava je definitivno ostavila dobar dojam na većinu prisutnih a i same fotografije ponekad govore više od riječi.

Boris Čerina, Voditelj programa CHSP

„Hvala za ovu feštu. Bilo je veselo, igralo se, smijalo, plesalo, pjevalo a i dobro jelo. Bilo je zagonetki, tko je ona crnka? Pa plavuša? Pa tko je onaj što svira?...perike uradile svoje, pokrile sijede ali glavno je da su nas odjeća, frizure, ludorije...vratile u mladost, u neke davne 80-te“.





„Hvala svima koji su organizirali proslavu i ovu divnu zabavu, ostat će nam u prekrasnom sjećanju”

„Ovo će nam biti dan za dugo sjećanje, sve je bilo prva klasa. Što se tiče organizacije, hrane, zabave i pjesme, pamtit ćemo Očev dan za duga vremena. Hvala na svemu ACCS”



I izlet na festival tulipana Tesselaar, izazvao je čitav niz pozitivnih komentara a kako i ne bi. Prekrasan dan, priroda, ljepota boja, cvijeće, čisti zrak a hrana i piće onako, baš kako priliči izletu, jednostavno i zajednički. A kava...kako tek ona lijepo zamiriše u ravnici Nizozemske. I dok su neki isprobavali klompe i slikali se s tulipanima, sirom i dvorcima, drugi su i ovdje plesali. I to dobro, zaboravili su pritom na kosti, reumu, visoki tlak i vrtoglavicu. Trebali bi, čini mi se, svi skupa malo češće do Nizozemske.

„Bilo nam je lijepo, dobro društvo a organizacija odlična. Hvala ACCS“.

„Prekrasan dan“

„Super, čestitam svima na tako lijepom društvu“

Ovo su samo neki od komentara koje smo primili ili su stavljeni uz fotografije na našoj stranici.





Odmah uz bok ovim događajima, bar po reakcijama je i proslava Majčinog dana u Sunshinu na kojoj ste svi dobili na dar prekrasan ručno izrađeni poklon a vrhunac je svakako bila tombola kojom smo dodatno razveselili deset sretnih dobitnica. Sudeći po fotografijama i ovdje se dobro zabavljalo, pjevalo i plesalo. Pozdravljali su se ujaci, imenjaci, pjevači i poznanici, ostavljali emoticoni i srca.

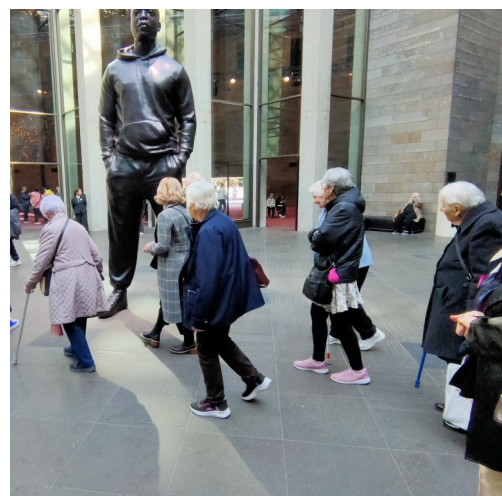
Jedan pak događaj odskake po tome jer je privukao najviše medijske pozornosti. Najavljen je u radio programima, novinama i na stranicama društvenih mreža a održava se svake druge godine. To je, pogodili ste naravno, naš "Sajam zdravog starenja" kojim smo i ove godine, po četvrti put, privukli u St Albans sve članove naših grupa društvene potpore, izmjerili vam tlak, razinu šećera u krvi, provjerili sluh i očarali vas zumbom uz latino zvukove i Baby Lasagnu.



A kad smo se već dotakli medija, ne smijemo zaobići ni Unimediu, filmsku ekipu iz Hrvatske koja je snimala proslavu u Geelongu a čiji ćemo dokumentarni film "Naši ljudi" nadam se, moći pogledati iduće godine. Ne možemo zaboraviti ni Hrvatski Vjesnik koji uredno prati i objavljuje sve što se događa u našim grupama a isto tako ni radio programe na stanicama 3ZZZ, 3MDR, Radio Ponos, kao ni SBS program u hrvatskom i bosanskom izdanju.

Od bezbroj aktivnosti u grupama, izdvojio bi, ako po ničem drugom onda po različitosti: vježbanje u Sunshine Leisure Centru, posjet Generalnog konzula RH, posjet izložbi "Faraon" u Nacionalnoj Galeriji Viktorije i veličanstvenoj predstavi "Ljepotica i zvijer" u Drum kazalištu u Dandenongu a odlično je bila prihvaćena i proslava Božića u srpnju na kojoj je konobar razveselio sve prisutne kuhanim bezalkoholnim vinom.

Kad svemu navedenom pridodamo izradu prekrasnih ručnih radova, zanimljiva predavanja, filmove, lagane vježbe na stolicama, bingo, bilijar, boće, šetnje i jutarnje razgovore uz kavu, proslave rođendana, Valentinova, nacionalnih praznika, odlaske u restorane, mozgalice i križaljke, kuglanje, satove pjevanja itd. lepeza aktivnosti u grupama postaje stvarno šarolika i nadam se da je u svemu tome svatko od vas pronašao nešto za sebe.





I na kraju da ne duljim previše, želim se zahvaliti svima vama koji ste u ovih proteklih osam mjeseci bili dio naših grupa i aktivnosti.

A veliko hvala i Senadi, Melanie, Sari, Vladi, Silvani, Ankici, Rosi, Ljilji, Veri i Anici bez kojih ovo definitivno ne bi bilo moguće.

Hvala i onome tko je sve ovo zabilježio i izanalizirao, i veliko hvala Silvani P. koja će sad sve ovo posložiti i pripremiti za tisak kako bi vi, već za tjedan dana na Božićnoj proslavi u Sunshinu, dobili u ruke svoj primjerak novog broja Skrbnika.

Veselim se svim novim izazovima i aktivnostima u novoj 2025 godini.

Boris Čerina, voditelj programa CHSP

ACFE – ODRASLI, ZAJEDNICA I DALJNJE OBRAZOVANJE

ACCS je već nekoliko godina uključen u program obrazovanja odraslih u zajednici, poznat kao ACFE program, koji je financiran od strane vlade države Viktorije. Kroz ACFE program, država Viktorija pruža financijsku podršku kako bi pomogla našoj organizaciji u održavanju akreditiranih tečajeva za odrasle osobe unutar zajednice, s naglaskom na poboljšanje digitalnih i komunikacijskih vještina.

Izražavamo posebnu zahvalnost svim našim mentorima:

Vladimiru Jakopanetu, Sandri Bačić, Zdravku Rajiću i Amy Fulham koji su posvetili svoje vrijeme i trud kako bi održavali ove tečajeve za našu organizaciju.

TEČAJ SUSTAVA RADA I KOMUNIKACIJE

Uz svoje svakodnevne odgovornosti, osoblje ACCS-a sudjelovalo je u ACFE tečaju o sustavima slučajnog odabira i komunikaciji. Ovaj program posebno je osmišljen kao prilika za dodatno usavršavanje digitalnih vještina i unapređenje znanja engleskog (po potrebi), zatim hrvatskog jezika (po potrebi), te za bolje korištenje i komunikaciju unutar internog tehničkog programa koji ACCS koristi.

DIGITALNE OSNOVE

Naši su se studenti u okviru digitalnog tečaja svakog ponedjeljka imali priliku upoznati sa svim aspektima vezanim uz prijenosna računala i pametne telefone.

ZAVRŠEN DRUGI OVOGODIŠNJI TEČAJ ZA KOMPIJUTORE



Fotografija: Studenti tečaja "Osnovne digitalnih vještina 1" na ceremoniji dodjele diploma 13. svibnja 2024. godine

ACCS već tradicionalno organizira tečajeve za kompjutore na hrvatskom jeziku za osobe starije životne dobi.

Prvi tečaj koji obično počinje početkom godine, obuhvaća osnovno upoznavanje s kompjutorom, njegovom primjenom, komandama, programima i slično, da bi se u slijedećem naprednom tečaju, koji također traje deset tjedana, polaznici

detaljnije upoznali s pojedinim programima, kao što su Internet, E-mail, ZOOM, Facebook, Messenger i drugi, bez kojih je danas život suvremenog čovjeka gotovo nezamisliv. Korisnici su upućeni i u mogućnost kupovanja „online“, što može biti izuzetno korisno osobama starije dobi kad im je teško ili ne mogu izaći u redovitu kupovinu. To im pruža mogućnost da nauče kupovati namirnice u Colesu, Woolworthsu, K-martu i



Fotografija: Studenti tečaja "Osnovne digitalnih vještina 2" na ceremoniji dodjele diploma 25. studenoga 2024. godine

ostalim trgovačkim lancima bez da napuste udobnost svojega doma, što je posebno korisno u hladnim zimskim mjesecima. Polaznici tečaja uče i o mjerama predostrožnosti i sigurnosti, kako bi izbjegli eventualne neugodne situacije koje se mogu pojaviti na Internetu. Svakome je ostavljeno pravo na izbor hoće li ili ne koristiti te mogućnosti. Dobar dio tečaja posvećen je i rukovanju mobilnim telefonima, koji su danas također kompjutori u malome i taj kompjutor je uvijek uz nas. Mnogi polaznici nisu bili ni svjesni koje se sve pogodnosti kriju u pametnom mobilnom telefonu.

O svrsi i vrijednosti posljednjeg netom završenog naprednog tečaja pitali smo Eduarda Piljića koji je po prvi puta ove godine upisao i završio ovaj tečaj:

„Slušajte, ovo je fenomenalno. Ja baš nisam bio totalni početnik, ali nisam vjerovao da ću naučiti toliko novih i korisnih stvari, kao na primjer editiranje fotografije prije nego je pošaljem na FB, kako slati dokumente, fotografije ili muziku preko emaila ili messangera i još mnogo drugih korisnih stvari. Najvažnije od svega je da je tečaj podešen nama starijim, ozbiljnijim osobama, kojima sve to i nije tako lako shvatiti kao mladima. Stvari se ponavljaju dokle svi ne shvate neku radnju koja se obrađuje na kompjutoru ili telefonu. Nema nervoze ni žurbe i sve se stigne. Polaznici su ohrabreni pitati kad im nešto nije jasno i po tome je ovaj tečaj poseban.

Također je za pohvaliti sistem koji često u predavanju koristi instruktor. Postavi pitanje na koje nitko ne zna odgovor i svi se pitamo kakve sad to veze ima s kompjutorom ili mobilnim telefonom. Mene je pitao mogu li mu objasniti tko je bila Elizabeth Schwarzkopf? Ne samo ja, nego nitko nije znao i taman sam se počeo ljutiti što troši vrijeme na nepotrebne stvari i stvara neugodnu atmosferu, a on je onda odjednom uzviknuo: „GOOGLE, ljudi, GOOGLE! Nema više razloga da se stidite što nešto ne znate! Da vidimo zna li Google tko je bila ta žena. I Google je znao, i svi smo zapamtili da u mobitelu imamo uvijek uz sebe sveznajući Google. Isto i za rječnik Google Translate. Pitao nas je kako se na kineskom kaže „Dobar dan, kako ste“, i svi smo ga blijedo gledali. Odkud sad to, pa ne učimo ovdje kineski. Ali smo zapamtili da nema razloga da ubuduće ne pozdravimo svog susjeda iz Kine ili Pakistana koji ne zna engleski. U svakom slučaju jako sam zadovoljan. Svaki sat je uvijek bio zanimljiv, informativan i kroz deset tjedana se uz druženje puno toga naučilo. „ACCS-ov tečaj za kompjutore“, kako smo ga mi tečajci zvali, bih preporučio svakome tko ne vlada najbolje engleskim i stariji je od 60 godina“, rekao je Eduard Piljić, držeći svoju Svjedodžbu o završenom tečaju u rukama.

Vladimir Jakopanetz, tutor

TEČAJ HRVATSKOG JEZIKA

ONLINE NASTAVA HRVATSKOG JEZIKA

Naši tečajevi hrvatskog jezika nude tri semestra godišnje.

Pružamo tečajeve za početnike 1, početnike 2, srednji 1, srednji 2 i napredne.

Ove smo godine postigli veliki uspjeh jer se ukupno 146 studenata upisalo na tečajeve tijekom 2024. godine.

Želimo se zahvaliti našim vrijednim mentorima: Ani Buljabašić, Petri Markač, Zdravku Rajiću, Sanji Kolakušić i Vladimiru Jakopanetu, na njihovom iskustvu, trudu i posvećenosti programu hrvatskog jezika.

Ove će se godine ceremonija dodjele diploma održati samo jednom, i to 18. prosinca 2024. u Generalnom konzulatu Republike Hrvatske u Melbourne-u. Radujemo se susretu sa svima koji će prisustovati ceremoniji.

USVAJANJE HRVATSKOG JEZIKA: ISKUSTVA STRASTVENOG UČITELJA PETRE MARKAČ



* Koje metode podučavanja koristite u nastavi jezika?

Pošto se nastava hrvatskoga jezika odvija online putem Zoom platforme, alat koji uvijek koristim je Screen Sharing. Smatram da većinu sadržaja studenti upijaju vizualnim putem. Uvijek pripremim PowerPoint prezentaciju i na taj način približim studentima sadržaj cjeline koju obrađujemo taj dan. U nastavi se primjenjuju verbalne vježbe kroz koje studenti u parovima ili manjim grupama uče i usavršavaju rječnik, izgovor i govorne vještine. Ponekad diskutiramo o aktualnim temama vezanim uz Hrvatsku. Prošlih smo tjedana govorili o božićnim tradicijama u Hrvatskoj te božićnim tradicijama u obiteljima naših studenata. Razmijenili smo i recepte za tradicionalne hrvatske božićne kolače. Uz učenje novih riječi, tu su i pismeni zadaci koji upotpunjuju teoriju i gramatički dio iz svake lekcije. Grupni zadaci,

ispravljanje pogrešno napisanih riječi, pisanje pisama ili planiranje putovanja, prijevod teksta te usporedba rečenica, samo su neke od metoda u podučavanju jezika. Razredi Intermediate 1 i Intermediate 2 koriste audio zapise kod pojedinih zadataka.

Tu je i neizostavna domaća zadaća kroz koju studenti samostalno kroz tjedan utvrđuju naučeno gradivo.

* Koliko iskustva imate u podučavanju jezika i s kojim uzrastima ili razinama ste radili?

Podučavati hrvatski jezik započela sam odmah nakon dolaska u Australiju. U svibnju 2021. godine počela sam predavati hrvatski jezik četvrtima i petima u Keilor Downs centru, u sklopu Victorian School of Languages. Još sam uvijek dio njihovog tima. U siječnju 2022. godine pridružila sam se ACCS-u. Od početka rada pa do danas, podučavala sam gotovo sve razine (Beginner 1, Beginner 2, Intermediate 1 i Intermediate 2)

* Kako mjerite napredak studenata?

Moram napomenuti da mi ne primjenjujemo klasično testiranje kroz pismeni ispit na kraju semestra. Napredak studenata indirektno uočavamo kroz zadatke poput čitanja rečenica ili kraćeg teksta, prijevoda riječi ili rečenica, razumijevanje pročitane teksta te točnosti primjene gramatičkih pravila u govoru ili pismu.

Kako je ovo nastava hrvatskog jezika za odrasle, studenti sami uočavaju svoj napredak kroz semestar ili godinu. Jedna nam je studentica ispričala da se prilikom svog putovanja u Hrvatsku iznenadila koliko je zapravo razumijela jezik te je bila u mogućnosti koristiti hrvatski jezik u komunikaciji.

* **Koliko često komunicirate sa studentima izvan nastave (kroz email, chat ili druge kanale)?**

Najviše komunikacije odvija se putem e-pošte. Nakon nastave, studentima uvijek pošaljem prezentaciju i snimku nastave koju su oni u mogućnosti nanovo preslušati i pogledati. Pojedini studenti mi šalju domaću zadaću na ispravak ili postavljaju pitanja vezana uz gramatiku. Dije se recepti, videi i hrvatske pjesme s YouTube-a.

S nekim studentima komuniciram i putem Instagram chat-a ili WhatsApp-a na dnevnoj bazi.

Neki su studenti kreirali WhatsApp grupe u kojima se na dnevnoj bazi raspravlja o gramatici, uporabi pojedinih riječi, materijalima i knjigama za učenje hrvatskog jezika, ili pa se daju preporuke što posjetiti tijekom putovanja u Hrvatsku.

* **Koji je Vaš pristup učenju gramatike u odnosu na konverzaciju?**

Moj pristup poučavanju gramatike i konverzacije je međusobno povezan jer vjerujem da su oba aspekta ključna za učinkovito učenje jezika. Smatram da je gramatika temelj za učinkovitu komunikaciju.

Gramatika hrvatskog jezika slovi kao jedna od najtežih. Kad poučavam gramatiku, cilj mi je da je na jasan i praktičan način približim studentima. Koristim primjere iz stvarnog života kako

bih prikazao funkcioniranje gramatičkih pravila u komunikaciji. Potičem studente da na temelju danog primjera samostalno odrade vježbe.

Većina mojih studenata odrasla je u okruženju u kojem se koristio hrvatski jezik u govoru. Ono što im nedostaje je odgovor na pitanje "Zašto je to tako?" Upravo kroz učenje gramatike i gramatičkih pravila studenti pronalaze odgovor na njihovo pitanje – pronalaze "zato".

Što se tiče konverzacije, prioritet dajem točnosti i samopouzdanju.

* **Što smatrate najvažnijim u procesu učenja jezika?**

Kao najvažniju stavku u procesu učenja jezika navela bih dosljednost kroz regularnu vježbu i ponavljanje gradiva. Uvijek predlažem studentima gledanje filmova ili slušanje glazbe na hrvatskom jeziku, čitanje članaka na hrvatskom jeziku, razgovor s prijateljima ili rodbinom na hrvatskom jeziku...

Daniela Dujmić, koordinator obrazovnih programa za odrasle

Pjesma koju je napisao Darko Hajzler, student hrvatskog jezika na naprednoj razini u okviru nastave hrvatskog jezika u ACCS-u, Melbourne.



Gdje sam?

Gdje sam?

U krevetu, u mraku. Je li mrak ili je dan? Gdje sam?

Volim putovati. Idem blizu i daleko.

Jesam li tamo? Ako sam tamo, ne znam kako sam došao.

Sjećam se kad sam bio sa majkom i ocem.

Bio sam mali. Sve sam volio. Uvijek smo došli za Božić i Uskrs.

Zrak, zrak, vjetar sa soli i riječi ptica. Mirisi pekare i cvijeća na vjetru.

Puno ptica i puno pčela. Taj med, taj med.

Ako je sadašnjost, gdje li su Iris i Jude? Oni nisu tiho! Oni uvijek galame. Nisu ovdje.

Možda ja spavam. Mislim na izletišta gdje idemo svaki vikend. Mislim na ovaj Božić.

Mi ćemo ići u grad, taj grad što živi u mom snu, mojim ušima i u mom nosu. Sadašnjost, prošlost i budućnost su isti.

Napisao: Darko Hajzler, student

SASTANAK SAVJETODAVNOG TIJELA KORISNIKA NAŠIH USLUGA



U petak, 15. studenog 2024., održan je drugi po redu sastanak savjetodavnog tijela korisnika ACCS usluga na kojem je sudjelovalo 26 korisnika usluga, članova njihovih obitelji, uprave i administrativnog osoblja.

Uloga savjetodavnog tijela za korisnike je pružanje povratnih informacija o kvaliteti skrbi i usluga koje pruža naša organizacija kako bi ih mogli ispraviti eventualne propuste i poboljšati nivo usluge.

Boris Čerina, voditelj programa CHSP



ANGAŽMAN U ZAJEDNICI

U proteklom periodu nastavljena je uspješna suradnja s Australasko hrvatskim klubovima umirovljenika i širom zajednicom. U nedjelju 17. studenog, naša organizacija sudjelovala je na sajmu priređenom u povodu proslave blagdana sv. Nikole Tavelića u Clifton Hillu. Na proslavi je organizirana tombola na kojoj smo sudjelovali kao donatori triju nagrada a u subotu 30. studenog bili smo fizički prisutni na Godišnjoj proslavi Kluba umirovljenika Melbourne Croatia gdje smo donirali poklon bon za lutriju i fotografirali se s većim brojem članova naših grupa društvene potpore koji su nazočili ovoj proslavi. U planu je da u klubovima umirovljenika u narednom periodu održimo informativno predavanje o pravima i uslugama koje su na raspolaganju osobama starije životne dobi kao i uvjetima pod kojima ta prava mogu ostvariti.

Boris Čerina, voditelj programa CHSP



NEKAD I SAD: BOŽIĆNI OBIČAJI U HRVATSKOJ

Preuzeto s internetske stranice dubrovniknet.hr



U Hrvatskoj postoji bogata božićna tradicija, a iako su se nekada u raznim njenim regijama njegovali znatno drugačiji običaji, nova vremena donijela su moderne advente u mnogim gradovima u kojima dolaze uživati u brojni turisti te razne druge novotarije. Ipak, mnoge drevne tradicije su se održale u raznim dijelovima Hrvatske.

ADVENT ILI DOŠAŠĆE



Predbožićno razdoblje, odnosno vrijeme priprave za Božić poznato je pod nazivom došašće ili advent. U posljednje vrijeme se u većim gradovima u Hrvatskoj advent slavi na otvorenom, otvaraju se **božićne kućice** gdje ljudi iz raznih dijelova Hrvatske, a i iz van Hrvatske, dolaze kušati kuhano vino i pečene kobasice.

Još jedan od modernih običaja je izrada **adventskog vijenca** kojeg krase 4 svijeće od kojih se po jedna pali svaku adventsku nedjelju pred Božić.

Mnogi ljudi sami izrađuju svoje adventske vijence te im na taj način pridaju jedan personalizirani unikatni dodir. Svima onima koji nažalost nemaju vremena za to preporučujemo da naruče od malih obrtnika koji u božićno vrijeme vrijedno izrađuju prekrasne **božićne ukrase i vjenčiće**.

Sveti Nikola slavi se 6. prosinca, a običaj je da djeca večer prije čiste i pripreme čizmice u prozor te ih ujutro dočekaju pokloni u njima, obično čokolade i slatkiši. U središnjoj Hrvatskoj običaj je da se ukućani sakriju ispod prozora i zveckaju lancima kako bi preplašili djecu da je došao Krampus – lik od kojeg bi zločesta djeca umjesto slatkiša dobila šibu. Na ovaj način se djecu poticalo da budu dobra i poslušna.

Na jugu Hrvatske, u Komiži slavi se višestoljetna tradicija paljenja starog drvenog broda u čast svetog Nikole, zaštitnika pomoraca. Na ovaj način se iskazuje štovanje nebeskog zaštitnika.

Na svetu Luciju 13. prosinca najpopularniji običaj je sadnja božićne pšenice, simbola plodnosti. Pšenica raste sve do Božića, kada se uređuje – obično hrvatskom trobojnicom. Što pšenica ispadne bujnija i zelenija, smatra se da će naredna godina biti plodnija. U Slavoniji su djevojke tradicionalno na komadićima papira upisivale imena 11 mladića koje bi smatrale poželjnim, a jedan papirić se ostavljao praznim. Svaki dan do Božića jedan bi se papirić spaljivao, a onaj koji bi ostao posljednji sadržavao bi ime momka za kojeg će se djevojka udati. Ukoliko ostane prazan papirić – djevojka nema sreće (ili ima, ovisno kako na to gledate) – to znači da se nikad neće udati.

Osim spomenutih, postoje još mnogi običaji koji se u raznim dijelovima Hrvatske obilježavaju do Božića. Svakako je najvažniji dan prije Božića onaj posljednji – Badnjak. Ukućani se na Badnjak rano ustaju kako bi pripremili sve za taj dan. Tradicionalno se jede nemrsna hrana, a najpopularniji ručak u mnogim dijelovima Hrvatske je bakalar.

Osim bakalara jede se i druga riba na razne načine, brodet, fritule, gibanice i sl. Običaj je i da se peče kruh koji bi stajao na stolu sve do Sveta tri kralja. Nakon večere odlazi se na misu polnoćku gdje se dočekuje Božić.

Mnoga mjesta na Jadranu su očuvala tradiciju **drevne dubrovačke kolende**. Na Badnjak mladići i djevojke obilaze kuće i čestitaju domaćinima Božić tradicionalnim pjesamama. Kolendare se častilo kolačima, bademima, rakijama, a danas se često djeci daje i novac. Ovaj običaj star je preko 7 stoljeća, a najčešće se obilježava na Badnjak i Staru godinu, no često traje i čitav period između.

Jedna od starih verzija dubrovačke kolende zapisana je u knjizi Maje Bošković-Stulli:

*Dobar večer, ko j' u kući, pomogo vam svemogući.
Ođe, ođe, na zdravlje van Badnja veče dođe.
Došli smo vam kolendati, badnju veče čestitati.
Mi smo došli s vrh Konala u karoci od gospara.
Otvorajte škafetine, dajte nama beškotine.
Dajte nama bar rogača, da nam grla budu jača.
Ne bojte se da smo pijani jer je Vlaho Sveti s nami.
Neće gospođa neharna biti, kolendarima ne udjeliti.
Oj, djevojko s vrh fumara, nemoj rijet da ni gospara.
Ispred kuće bor zeleni, a u kući gospar sjedi.
(Ispred kuće drvo loza, u kući gospođa koza.)
A sad mi vas Bog veselio, čestito vam Badnje veče, da se veselite
Zdravlje i veselje i duhovno spasenje. Amen.*

U Podravini je stari običaj da se kuća ne mete do Nove godine. Također, na Badnjak se unosi slama u kuću te bi se postavila pod stol, a trebalo se i paziti da se ne ugasi vatra u ognjištu.

Kićenje božićnog drvca običaj je koji se u Hrvatskoj proširio tek sredinom 19. stoljeća, i to preko utjecaja njemačke tradicije. Prije toga su se domovi na Badnjak ukrašavali cvijećem, zelenilom i voćnim plodovima. Na drvцу su najčešći ukrasi bile jabuke, kruške, šljive, ukrasi od papira, orasi, vata i sl. Božićno drveće bi ukrašavali figuricama i ukrasima imućnije obitelji.

BOŽIĆ

U Božićno jutro obično ukućani jedni drugima čestitaju rođenje Isusovo, a djeca otvaraju poklone. Obiteljski ručkovi su obilni te obično uključuju juhu, pečenke s povrćem, sarme, kiseli kupus, krumpir, razne vrste kruha, te od kolača orehnjače, makovnjače, medenjaci i sl.

Mnoge obitelji i dalje pjevaju stare božićne pjesme koje ćete zasigurno čuti i u crkvi: „Svim na zemlji“, „Radujte se narodi“, „Veselje ti navješćujem“, itd.



NAKON BOŽIĆA

Dan nakon Božića slavi se sveti Stjepan. Obično se opet ide na misu, posjećuje se rodbina, čestitaju se blagdani. Tada započinje i blagoslov domova i obitelji. Župnik u manjim mjestima svečano obilazi kuće te uz tamjan daje blagoslov obiteljima.

Dan sv. Ivana slavi se 27. prosinca kada se blagoslivlja vino te se iznosi slama iz kuće. U sinjskoj krajini se pepeo iz ognjišta posipa vinova loza i voće jer se vjeruje u njegova ljekovita svojstva.

Šibalice ili Nevina dječica slavi se 28. prosinca, a tada se prisjećamo djece koju je židovski kralj Herod dao pogubiti u strahu od toga da će mladi Isus jednom zauzeti prijestolje.

Nakon Nove godine, kada se tradicionalno jede sarma, pečena purica, domaće kobasice i slično, stižu nam Sveta tri kralja s kojima završavaju katolički božićni običaji.

BOŽIĆNI RECEPTI NAŠIH BAKA

BRESKVICE



Preuzeto sa internetske stranice 24sata.hr

SASTOJCI:

- * Za tijesto: 2 jaja, 500 g brašna (pola oštro, pola glatko), 200 g šećera, pola praška za pecivo, vanilin šećer, 2 dl ulja, ribana korica od limuna, malo mlijeka
- * Za punjenje: mrvice od dubljenja breskvice, malo mlijeka, malo ruma, pekmez od šljiva ili šipka (ili miješana marmelada), malo mljevenih oraha (nije nužno), malo margarina - sami odredite količinu ovisno o ukusu, bitno je da je punjenje dobre gustoće i finog okusa

DEKORACIJA: ekstrakt jagode ili maline razrijeđen vodom i ekstrakt breskve, kristalni šećer

POSTUPAK:

Napravite smjesu kao za palačinke i stavite je u hladnjak na dva sata, potom izvadite i dodajte ostatak brašna pa zamijesite

meko tijesto. Od njega radite kuglice i slažite ih na protvan, na masni papir. Slažite ih tako da bude razmaka između njih jer će se napuhnuti.

Pecite ih na 200 stupnjeva da malo porumene (10-ak minuta). Ostavite ih da se dobro ohlade pa svaku izdubite žlicom. Krenite zatim sa pripremom punjenja. Pomiješajte sve navedene sastojke pa punitite breskvice i spajajte dvije po dvije.

Na kraju jednu polovicu svake breskvice uronite u razrijeđeni ekstrakt od jagode ili maline, a drugu polovicu u razrijeđeni ekstrakt breskve pa ih uvaljajte u šećer i slažite na tacnu da se osuše.





BOG ZA BOŽIĆNIM STOLOM

Najljepši osjećaj Božića, svečanost i značenje toga blagdana, mir i ljubav koji nam donosi najviše osjetim na božićnoj misi. Odmor od stresa kojem smo okruženi i bombardovani sa svih strana, odmor od milijun beskorisnih informacija koje nam samo mute razum, bijeg u duhovni svijet kojeg ne vidimo ali u kojem možemo naći pravi mir i smisao našega postojanja, to je za mene osjećaj Božića!

Što je čovjek bez Duha, tek biljka koju iščupaš iz zemlje, otreseš joj žile i baciš na sunce da se prži bez vode i hrane, da vene i umire bespomoćno, sama bez ikakve nade. Čovjek koji ima snažan Duh je nesalomljiv čovjek.

Najveći su oni ljudi koji se snagom svoga Duha bore protiv ovoga beznađa koje nas okružuje. Ljudi koji jasno i glasno kažu da nije normalno ono što zdravorazumski nije normalno. Gdje je

Bog u slavljenju Božića, gdje su ga potisnuli zli oni koji od čovjeka prave robota koji nema zdrav razum?

Gdje se sakrio naš mali Isus, ima li malo mjesta za njega ispod Božićnog drvca, među gomilom poklona? Znaju li djeca zašto se slavi Božić, tko i zašto je došao na ovaj zbunjeni svijet da ga pokuša spasiti od mraka i zla? Imaju li djeca uopće predstavu o Božiću kao najvećem katoličkom blagdanu? Da li djeca ikada nađu maloga Isusa bilo gdje u okićenoj kući, da li ga ugledaju dok prolaze pored svih tih božićnih dekoracija, da li znaju da se Božić slavi zato jer se mali Isus rodio da spasi ovaj svijet?

Obitelj koja sjedi zajedno za stolom, ostaje zajedno. Obitelj koja se moli zajedno sigurno će preživjeti sve izazove koje život neminovno nosi. Jer zajednička molitva je zajednička duhovna snaga koja nam je dostupna svima jer je data od Boga i već je usađena u nas. Zašto su ljudska srca tako tvrda, hladna i zatvorena i ne mogu se otvoriti za ljubav prema samome sebi pa onda prema svima oko sebe. Sve nam je ponuđeno u izobilju a ljudi većinom biraju muku i brigu umjesto ljubavi i nade. Stavimo Boga na glavno mjesto za božićnim stolom i sigurno će naš Božić biti radistan.

Obožavam osobe koje potpuno jasno iznose svoje mišljenje, onako kako bi svatko trebao raditi. Nedavno sam slušala jednog mladog svećenika kako kritikuje ljude na misi i zaista svaka mu čast. On je rekao da sada živimo posljednja vremena i da je sada posljednja mogućnost da nešto uradimo za sebe i svoju dušu. Stravične poplave, strašni ratovi, zemljotresi, cikloni i sve druge prirodne nepogode pogađaju ovu planetu kao nikada prije. I taj svećenik kaže uglavnom ovako „kako ne znaš prepoznati ovo vrijeme, znaš voziti auto, kamion, avion, znaš sva čuda tehnike i brzo ih naučiš, znaš sve što ne treba a ne možeš prepoznati što nam se događa i što bi trebao činiti. Kako može biti da ne znaš?

I da znanstvenici dokažu da nema Boga ja bi vjerovala u njega još više. Jer sve lijepo i plemenito što sam osjetila u životu bilo je sa božje strane. Bol i očaj dolaze iz neprihvatanja svoga križa koji smo dobili kao poklon rođenjem. Božićno vrijeme bi morala biti naša duhovna obnova. Nazvati ili posjetiti one koji su zatvoreni u svoje kuće jer su stari i bolesni, pokloniti drugim ljudima malo ljubavi i vremena i biti svjestan koliko smo mi sami duhovno bogati jer pomažući drugima pomažemo najviše sebi.

Sretan i blagoslovljen Božić i da Vam donese obilje božijeg blagoslova i radost i mir u Vašim srcima.

Jadranka Milanović, Geelong



**RADNO VRIJEME TIJEKOM BOŽIĆNIH BLAGDANA
UREDİ ĆE BITI ZATVORENI OD 25. PROSINCA 2024. DO 2. SIJEČNJA 2025.**

**Besplatan poziv 1800 953 963
Facebook/Australian Croatian Community Services
support@accs.asn.au
www.accs.asn.au**