

WIOSNA
2004



CO SŁYCHAĆ?



Australijsko - Polskie Biuro Usług Społecznych istnieje od 1983 roku i jest organizacją niedochodową, która powstała w odpowiedzi na rosnące potrzeby polskiej społeczności. Założycielem organizacji był Zbigniew Dąbkowski, który pracował dla rozwoju biura aż do niespodziewanej śmierci w 1986 roku.

Działalność naszej organizacji była zawsze nastawiona na ciągły rozwój i ulepszanie usług dla polskiego społeczeństwa. W ciągu 21 lat istnienia przybywało programów i pracowników, a z naszych usług mogła korzystać coraz większa liczba Polaków. Obecnie prowadzimy 11 dużych programów, mamy 60 pracowników i 50 wspierających wolontariuszy.

Dzieje się u nas dużo i pragniemy, aby Państwo o tym wiedzieli. Wydając tę gazetkę, chcemy przybliżyć naszą działalność, zapoznać z usługami jakie oferujemy Polakom, a także informować o bieżących projektach i inicjatywach. Ponadto znajdą Państwo w naszej gazetce ciekawe artykuły o społeczności polskiej, zdrowiu, turystyce i kulturze.

Gazetkę będziemy wydawać kwartalnie, więc będzie coś na każdą porę roku. Jesteśmy otwarci na opinie i propozycje. Wszystkie sugestie prosimy kierować do Tatiany Walker pod numer telefonu: 8371 2310.

CO NOWEGO W APBUS?

- ◆ Jesteśmy inicjatorami, organizatorami i gospodarzami jednodniowej Konferencji pt. "Najskuteczniejsze sposoby promowania zdrowia wśród grup etnicznych", której celem jest zwiększenie świadomości usługodawców o potrzebie promowania zdrowia wśród grup etnicznych z uwzględnieniem ich specyficznych aspektów kulturowych i językowych. Konferencja odbędzie się 17 listopada. Osoby zainteresowane uczestnictwem prosimy o kontakt telefoniczny z biurem.
- ◆ Prowadzimy badania na temat przemocy w rodzinie wśród społeczeństwa polskiego, które zostały zainicjowane ze względu za znaczną liczbę klientów przychodzących do biura z prośbą o pomoc w . Wyniki tych badań zostaną wkrótce opublikowane w postaci raportu pt. "Zanim będzie za późno". Dodatkowo, będziemy prowadzili grupę wsparcia dla kobiet, które doświadczyły lub doświadczały w przeszłości przemocy w domu.

ŁĄCZĄC, SKUTECZNIEJ POMAGAMY

AUSTRALIJSKO POLSKIE BIURO
USŁUG SPOŁECZNYCH

-
- ◆ Wydaliśmy ponadto dwie nowe publikacje - do nabycia w biurze:

“Ocalić od Zapomnienia” (“Lest we Forget”) jest cennym zbiorem 10 wzruszających historii Polaków, którzy przybyli do Australii po II wojnie światowej. Historie te są ich wspomnieniami z czasów wojny. Publikacja jest rezultatem nowatorskiego pomysłu, który został zrealizowany dzięki społecznej pracy wielu osób.

“Aspiracje polskiej młodzieży” (“Aspirations of Polish Young People”) jest zbiorem wypowiedzi młodzieży w wieku 14 – 24 lat i zawiera refleksje nad tym, czym jest dla nich kultura polska oraz jakie są ich marzenia i aspiracje.

- ◆ Jesteśmy w trakcie tworzenia “Polskiego Informatora Biznesowego”, który będzie spisem prywatnych biznesów prowadzonych przez Polaków. Jeżeli prowadzą Państwo jakąkolwiek działalność prywatną i chcielibyście się ogłosić w naszym Informatorze, prosimy o kontakt z biurem po bliźsze informacje.

W każdym numerze będziemy omawiać jeden z naszych programów, po to, aby przybliżyć Państwu naszą działalność. Zaczynamy od największego programu:

PROGRAM OPIEKI DLA OSÓB STARSZYCH (CACP)

Celem programu jest udzielanie pomocy osobom starszym w kontynuacji niezależnego życia we własnym domu i zapobieganiu przedwczesnemu umieszczeniu tych osób w ośrodkach Spokojnej Starości.

Każda osoba objęta programem korzysta z odpowiedniego zestawu pomocy i opieki (tzw. Package of services), uwzględniającego indywidualne potrzeby klienta w zachowaniu dużego stopnia niezależności i utrzymaniu dotychczasowego stylu życia.

Do korzystania z programu upoważniona jest osoba która:

- jest w podeszłym wieku, pragnie nadal mieszkać samodzielnie a wymaga pomocy;
- mieszka w dzielnicach zachodnich lub północnych lub w Geelong;
- została zatwierdzona do korzystania z CACP przez pracownika Aged Care Assessment Team (Zespół Specjalistów do Oceny Opieki nad Ludźmi Starszymi).

Od osób korzystających z programu wymagana jest niewielka opłata, której wysokość jest omawiana indywidualnie z każdym klientem.

Świadczone usługi obejmują:

- Koordynacja Opieki (Care Management);
- Pomoc w czynnościach osobistych (Personal Care);
- Pomoc w pracach domowych;
- Przygotowanie posiłków;
- Przejazdy;
- Koszenie trawy oraz drobne naprawy domowe;
- Dotrzymywanie towarzystwa;
- Kontakt 24 godziny na dobę;
- Inne usługi (w zależności od indywidualnych potrzeb).

Dalszych informacji udzielają Koordynatorzy Programu CACP (Care Managers) od poniedziałku do piątku w godzinach od 9:00 – 17:00, pod numerem: 9689 9170.

POLACY W AUSTRALII

Według ostatniego spisu powszechnego ludności, przeprowadzonego w 2001 r., w Australii zamieszkiwało 58,070 osób pochodzenia polskiego. Liczba ta, w porównaniu z danymi zebranymi podczas spisu w 1996 r., reprezentuje 11% spadek.

Analiza danych statystycznych wykazuje, że pod względem wiekowym jesteśmy społecznością starzejącą się. Według Spisu, w roku 2001 38.4% naszej społeczności należało do grupy wiekowej 65 lat i więcej, 32.2% do grupy wiekowej od 45 do 64 lat, 20.3% do grupy wiekowej od 25 do 44 lat, 7.5% do grupy wiekowej od 15 do 24 lat, a tylko 1.5% do grupy wiekowej od 0 do 14 lat.

W 2001 r., Wiktorii zamieszkiwało 20,409 osób pochodzenia polskiego, z których 8,275 było w wieku 65 lat i więcej. Pod względem liczbowym jesteśmy więc czwartą co do wielkości grupą etniczną, którą charakteryzuje tak wysoki odsetek osób starszych. Wyprzedzają nas tylko Włosi, Grecy oraz Niemcy.

Taka specyficzna demografia stawia przed naszą społecznością nowe wyzwania. Jednym z takich wyzwań jest sposób w jaki wpłyniemy na finansowane przez Rządy Federalne i Stanowe usługi oferowane w ramach Programów dla Osób Starszych oraz kształt jaki im nadamy. Działanie to ma na celu dostosowanie oferowanych usług pod względem językowym i kulturowym do potrzeb naszych Seniorów. Według przeprowadzonych badań naukowych, starsze osoby z grup etnicznych korzystają z usług dla Seniorów w stopniu znacznie mniejszym niż starsi Australijczycy. Do takiego stanu rzeczy bardzo często doprowadza fakt, że oferowane usługi nie są odpowiednie dla indywidualnych grup etnicznych właśnie pod względem językowym lub kulturowym.

Z podanych powyżej statystyk wynika, że ilość osób pochodzenia polskiego w Australii zmniejsza się. Dla Polonii w Australii nadszedł czas na zastanowienie się nad tym jaką społecznością chcemy być w nadchodzących latach i jaki wpływ jako grupa społeczna chcielibyśmy mieć na umacnianie tego wielokulturowego państwa, w którym mieszkamy.

SUKCES POLSKIEGO FESTIWALU

W niedzielę 12 września w Muzeum Emigracji odbył się festiwal poświęcony polskiej kulturze i społeczności w Wiktorii. Blisko 3000 osób wzięło udział w tym wydarzeniu, słuchając wspaniałych chórów polonijnych, oglądając ludowe tańce polskie i wystawę fotograficzną, podziwiając rękodzielniczość naszych utalentowanych artystów i delektując się rarytasami polskiej kuchni. Polskie organizacje udzielały informacji wszystkim tym, którzy zainteresowani byli sytuacją Polonii, Polską i naszą kulturą. Festiwal dostarczył wielu wspaniałych wrażeń nie tylko osobom polskiego pochodzenia, ale i wielu uczestniczącym w nim Australijczykom. Wszyscy mają nadzieję, że podobne wydarzenia będą organizowane częściej przez polską społeczność w Melbourne.

DEPRESJA - CHOROBA XXI WIEKU

Zaburzenia depresyjne należą do najbardziej rozpowszechnionych problemów zdrowotnych. Badania naukowe wskazują, że co najmniej co piąty dorosły człowiek na świecie przynajmniej raz w swoim życiu przeżywa taki stan, który można rozpoznać jako depresję, i który wymaga specjalistycznego leczenia. Ponieważ jest ona rozpoznaniem medycznym (tak samo jak cukrzyca, czy nadciśnienie) wymaga więc specjalistycznego leczenia, co nie powinno być przyczyną wstydu czy poczucia winy.

Trzeba podkreślić, że choć schorzenie to może wystąpić w każdym wieku, to jednak najczęściej narażone są na nią osoby w okresie przekwitania (meno i andropauza) i w wieku podeszłym. Przyczyny depresji są zawsze złożone – może ona występować w przebiegu choroby psychicznej (tzw. depresja endogenna), jako zaburzenie towarzyszące jakiejś chorobie somatycznej lub też jako zaburzenie spowodowane przewlekłym stresem.

Osoba cierpiąca na depresję jest smutna, nie jest w stanie wykrzesać z siebie energii do działania, a jeśli nawet to potrafi, to robi to z dużym wysiłkiem. Zmusza się do wszystkiego. Ma kłopoty ze skoncentrowaniem się, co powoduje jej skargi na obniżoną pamięć. Posiada poczucie niskiej wartości, czuje się nikomu niepotrzebna. Czarno widzi swoją przyszłość, a w stanach najgłębszego obniżenia nastroju, może u niej dojść nawet do pojawienia się myśli samobójczych. Często depresji towarzyszą zaburzenia snu i brak apetytu. Dominującym uczuciem u osób w stanie depresji jest smutek, napięcie, uczucie separacji od otoczenia, samotność, uczucie, że nic już w życiu ich nie czeka, apatia oraz dominujące zmęczenie.

Kiedy pojawia się depresja wtedy albo w niej tkwimy, albo sięgamy po tabletkę, która być może zadziała, łagodząc nieco objawy. Problem jednak najczęściej wraca ponownie. Dlatego w przypadkach bardzo ostrej depresji podawanie leków jest skuteczne, a czasami ratuje życie pacjenta. Zażywanie substancji chemicznych, jakimi są leki antydepresyjne, pociąga za sobą szereg skutków ubocznych. Trzeba więc wiedzieć, że w depresji o mniejszym nasileniu objawów najczęściej wystarczająca okazuje się pomoc psychoterapeutyczna, pomoc grup wsparcia, a także odpowiednia pomoc ze strony rodziny.

O tych formach pomocy postaramy się informować Państwa w kolejnych wydaniach naszej gazetki. Tym razem chcemy tylko nadmienić, że Australijsko-Polskie Biuro Usług Społecznych wykonało projekt dotyczący występowania zaburzeń depresyjnych wśród polskiej społeczności w Wiktorii. Badania przez nas prowadzone są obecnie na końcowym etapie opracowań statystycznych, formułowania wniosków i sugestii.

WIADOMOŚCI KULTURALNE — ZMARŁ CZESŁAW MIŁOSZ

W sobotę 14 sierpnia, w sześć tygodni po swoich 93 urodzinach zmarł w Krakowie jeden z największych twórców w całej historii naszej literatury – Czesław Miłosz.

Odszedł poeta, prozaik, eseista, historyk literatury, tłumacz, Laureat Nagrody Nobla i wielu innych prestiżowych nagród międzynarodowych; doktorant honorowy m.in. Uniwersytetu Jagiellońskiego i Harvarda.

Leszek Kołakowski:

”Gadka o dwóch Miłoszach
na rozpoczęcie dziesiątej dziesiątki”

Dwa są Miłosze: jeden, osiłek barczysty.
Chłop litewski, postawny, nie stroni od whisky.
Śmiechem głośnym poraża damy i narody;
Lecz nie za to mu dali sążniste nagrody.
Nie on te książki pisał, co świat czytać lubi;
Ale za nim się skrada dziwny Miłosz drugi.
Jak ta dziewczeczka, której „źle w tym ludzi
tłumie”,
Chciałaby może uciec, lecz uciec nie umie.
Miłosz by też do świata wrócił, co go nie ma,

Co z ręki Boga wyszedł w pierwszym dniu
stworzenia dnia;
Lecz gdy drugi dzień nastał, tamten świat już
zniknął;
A był ten, co go znamy, z jego zmorą zwykłą,
W niepogodzie, w ciemności – nie ma gdzie
uciekać;
Może lepszy świat przyjdzie? Można tylko
czekać;
Czekajmy więc jak Czesław, w Słowo uzbro-
jeni,
Ze Słowa świat się począł, przez Słowo się
zmieni.

KĄCIK TURYSTYCZNY

Chcielibyśmy odbywać wraz z Państwem małe wędrówki po Australii. Będą one miały na celu przedstawić Państwu i przybliżyć te bardziej znane i mniej znane miejsca warte odwiedzenia. Naszą podróż chcielibyśmy rozpocząć od okolic łańcucha górskiego Dandenong, który przy dobrej pogodzie zobaczyć można na wschód od Melbourne. Rozpościera się on na przestrzeni 35 kilometrów, a najwyższy jego szczyt mierzy 633 metry. Do tego malowniczego miejsca dotrzeć można poświęcając na to jedynie godzinkę jazdy samochodem. Być może dlatego, jest to bardzo popularne miejsce wycieczek.

Zainteresowano się nim już na początku procesu osadnictwa w Australii. Uwagę wczesnych osadników przyciągnęło zarówno piękno przyrody, jak i bogactwo terenów leśnych. Pragmatyka przeważała niestety nad estetyką i pod koniec XIX wieku dziewicze lasy zostały poddane procesowi karczowania, w wyniku którego naturalne piękno krajobrazu uległo zniszczeniu. Aby zatrzeć nieco ślady "zbrodni" w miejsce wykarczowanych drzew posadzono, próbując imitować europejskie krajobrazy, gatunki drzew typowe dla Starego Kontynentu - dęby, więzy, topole. W ten sposób powstało ciekawe połączenie gatunków etnicznych z roślinnością europejską.

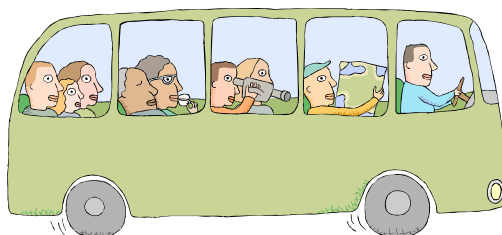
Przybyli osadnicy odcisnęli swe piętno również na architekturze otoczenia, budując na wzgórzach liczne gospody, kościółki, galeryjki używając do tego lokalnych gatunków drewna i kamienia.

Jednym z najbardziej malowniczo położonych miejsc w okolicach łańcucha górskiego Dandenong jest ukryta wśród drzew eukaliptusa i paproci, mekka artystów – Olinda. Za sprawą licznych anykwariatów, galeryjek, małych drewnianych hotelików, gdzie każdy może poczuć się jak w domu grzejąc się w zimne wieczory przy tradycyjnym kominku, odbywamy jakby podróż w czasie w minioną epokę.

Kolejnym wartym zobaczenia miejscem okolic łańcucha górskiego Dandenong jest Sanktuarium Williama Ricketta, założone przez niego samego w 1934 roku i prowadzone aż do momentu śmierci w 1993 roku. Inspiracją Ricketta przy zakładaniu Sanktuarium była długoletnia praca z ludnością aborygeńską w centrum Australii, częste wyprawy medytacyjne do Indii oraz umiłowanie przyrody i chęć zjednania się z nią.

Filozofia przez niego głoszona nadaje kształt obecnemu Sanktuarium, które jest połączeniem tropikalnego ogrodu pełnego paproci z małymi źródłkami i wodospadami z na długo pozostającymi w pamięci, pokrytymi mchem postaciami o wyraźnych rysach aborygeńskich, które uwiecznione w drewnie czają się w przeróżnych zakamarkach sanktuarium Ricketta. Ostatnią wreszcie atrakcją regionu, na którą chciałabym zwrócić uwagę w dniu dzisiejszym jest wycieczka kolejką Puffing Billy, która jest ostatnią z serii wąskotorówek. Została wbudowana w krajobraz tej górzystej okolicy w końcu 19 wieku. Pociąg pokonuje trasę cztery razy w ciągu dnia, odjeżdżając ze specjalnej stacji w Belgrave.

Życzymy udanej wycieczki!



PROGRAMY APBUS

Program Opieki dla Osób Starszych (CACP)

Program Odwiedzin w Domach Spokojnej Starości - wolontariusze odwiedzają odizolowane osoby mieszkające w domach Spokojnej Starości

Program Przyjacielskich Odwiedzin – osoby samotne, starsze i niepełnosprawne są odwiedzane przez naszych ochotników w ich prywatnych domach

Ośrodek Opieki Diennej dla Osób Starszych i Niepełnosprawnych – osoby starsze i niepełnosprawne spotykają się w poniedziałki i środy w Castley Hall Community Centre w West Sunshine oraz w piątki w Geelongu, aby uczestniczyć w zorganizowanych dla nich całodziennych zajęciach

Kurs Języka Angielskiego – zajęcia odbywają się w Footscray i Rowville.

Dostęp do Programu Pomocy w Domu i Środowisku (HACC) – informacja, rzecznictwo i pomoc w dotarciu do usług odpowiadającym indywidualnym potrzebom osób starszych, niepełnosprawnych i ich opiekunów

Program Pomocy dla Opiekunów – informacja, spotkania i wycieczki dla opiekunów osób starszych i niepełnosprawnych

Program Pomocy Finansowej - w sytuacji kryzysowej oferujemy jednorazową pomoc finansową

Siostry Misjonarki odwiedzają osoby samotne i chore, w domach prywatnych, szpitalach i domach Spokojnej Starości.

Strategia Równouprawnienia Kulturowego (Culturally Equitable Gateways Strategy) celem programu jest dostosowanie pod względem językowym i kulturowym usług oferowanych polskim Seniorom w ramach programu Pomocy w Domu i Środowisku (HACC). Działalność ta ma doprowadzić do zwiększenia liczby Polaków korzystających z tych usług.

Program Pomocy Nowo Przybyłym Emigrantom (fundusze do końca grudnia 2004) - celem programu jest udzielanie pomocy Polakom w procesie osiedlania się w Australii

KOORDYNATORZY PROGRAMÓW APBUS:

Dyrektor, Program Pomocy Nowo Przybyłym Emigrantom	Elżbieta Drozd
Program Opieki dla Osób Starszych (CACP)	Iwona Trickett
Program Odwiedzin w Domach Spokojnej Starości	Patrycja Toczek
Program Przyjacielskich Odwiedzin	Patrycja Toczek
Ośrodek Opieki Diennej dla Osób Starszych i Niepełnosprawnych	Ewa Dudziński
Kurs Języka Angielskiego	Kasia Frankiewicz
Dostęp do Programu Pomocy w Domu i Środowisku (HACC)	Tatiana Walker
Program Pomocy dla Opiekunów	Tatiana Walker
Program Pomocy Finansowej	Tatiana Walker
Siostry Misjonarki	Siostra Paula
Strategia Równouprawnienia Kulturowego (CEGS)	Ania Sieracka

GDZIE NAS MOŻNA ZNALEŹĆ

GŁÓWNE BIURO:

77 Droop St
Footscray 3011
Ph: 9689 9170

GEELONG:

56 Mt Pleasant Rd
Belmont 3216
Ph: 5241 1844

DANDENONG:

Migrant Resource Centre
South East
Level 1, 314 Thomas St
Dandenong 3175
Ph: 9706 8933
(Tatiana Walker dyżuruje w każdy czwartek 9:00 do 17:00)
