

Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκε η εβδομάδα ηλικιωμένων



Με αφορμή την βδομάδα ηλικιωμένων της Νέας Νότιου Ουαλίας, η οποία έχει καθιερωθεί από την κυβέρνηση κάθε χρόνο για τιμήσει την προσφορά της τρίτης ηλικίας στην κοινωνία. Η βδομάδα ηλικιωμένων ξεκίνησε από την Δευτέρα 16 Μαρτίου και τελείωσε την Παρασκευή 20 Μαρτίου η οποία είχε ως θεματική ενότητα φέτος "οι ηλικιωμένοι να παραμένουν δραστήριοι και δημιουργικοί στην κοινωνία". Στο πλαίσιο της βδομάδας ηλικιωμένων της Ν.Ν.Ο. το Ελληνικό Κέντρο Πρόνοιας της Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αυστραλίας διοργάνωσε ενδιαφέρουσες εκδηλώσεις σε ορισμένες περιοχές του Σίδνεϋ.

Το πρόγραμμα των εκδηλώσεων για την βδομάδα των ηλικιωμένων ξεκίνησε την Δευτέρα 16 Μαρτίου, όπου στο Belmore Hall η Michelle Bruce-Basic, η οποία είναι Αυστραλή ιατρική εκπαιδευτικός με ειδικεύση στην ασθένεια του Αλτσχάιμερ, ενημέρωσε την ομάδα ηλικιωμένων του Belmore σχετικά για το Αλτσχάιμερ. Οι ηλικιωμένοι αποκόμισαν πολύ σημαντικές πληροφορίες για τα συμπτώματα, και τους τρόπους αντιμετώπισης που υπάρχουν όσο αφορά την ασθένεια αυτή.

Την Τρίτη 17 Μαρτίου διοργανώθηκε μια εκδήλωση, στο Hellenic Club του Wollongong. Άνθρωποι της τρίτης ηλικίας της περιοχής τιμήθη-

καν από το Κέντρο για την εργατικότητα τους και την έντονη δραστηριότητα που έδειξαν στην κοινωνία της περιοχής. Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν επίτιμοι καλεσμένοι όπως ο Πάτερ Ανδρέας Ιωάννου, ο κύριος Καλαμπόκας, ο οποίος είναι ο Πρόεδρος της ενορίας και της κοινότητας του Τιμί-ου Σταυρού, συνοδευόμενος από την σύζυγό του, εκπρόσωποι από το Δημαρχείο του Wollongong και άλλους οργανισμούς με τους ηλικιωμένους να έχουν την ευκαιρία, να φάνε εύγευστα ελληνικά φαγητά και να περάσουν ευχάριστα μαζί με πολλούς συμπαρόικους της περιοχής.

Την επόμενη μέρα το Κέντρο πραγματοποίησε μια ομιλία στην ομάδα γυναικών του Brighton η οποία είχε ως θεματική ενότητα "τα οφέλη της μεσογειακής διατροφής". Κύρια ομιλήτρια ήταν η διατροφολόγος κα Δήμητρα Παπαμίχου, η οποία παρουσίασε το φαινόμενο των κατοίκων της Ικαρίας, του ελληνικού νησιού στο οποίο οι κάτοικοι ζούν περισσότερο από οποιοδήποτε άλλο πληθυσμό στη γη. Αρχικά η κα Παπαμίχου έδωσε ιδιαίτερη έμφαση στις διατροφικές συνήθειες των κατοίκων της Ικαρίας και προβλήθηκε σχετικό ντοκιμαντέρ με θέμα την μακροζωία και τον τρόπο ζωής των κατοίκων του νησιού. Στη συνέχεια παρουσιάστηκαν αναλυτικά οι λόγοι για τους οποίους ένα μεσογειακό πρόγραμμα διατροφής είναι

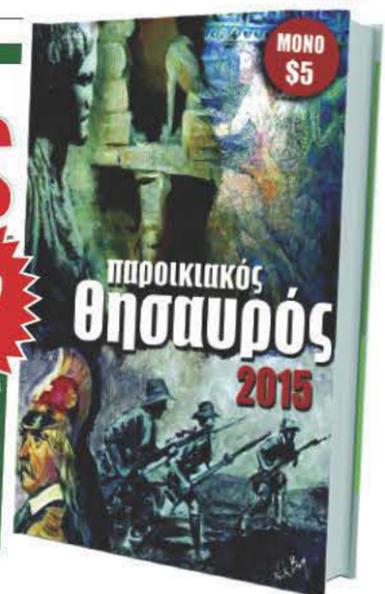
ωφέλιμο για την υγεία και στο τέλος της ομιλίας της έδωσε χρήσιμες οδηγίες για το πώς θα μπορούσε να εφαρμοστεί ένα αντίστοιχο πρόγραμμα μεσογειακής διατροφής από τους κατοίκους του Σίδνεϋ.

Τελευταία χρονικά εκδήλωση για την βδομάδα ηλικιωμένων της Ν.Ν.Ο. διοργανώθηκε στο Earlwood Seniors Citizen Centre. Στην εκδήλωση αυτή το Κέντρο ευχαρίστησε θερμά την τρίτη ηλικία του Earlwood και των γειτονικών περιοχών για το έργο τους που διαδραμάτισαν στην Αυστραλιανή κοινωνία και τους ενθάρρυνε να συνεχίσουν να είναι δημιουργικοί και δραστήριοι στην κοινωνία. Η εκδήλωση στέφθηκε από μεγάλη επιτυχία καθώς υπήρξε μεγάλος αριθμός παρευρισκόμενων οι οποίοι είχαν την ευκαιρία να διασκεδάσουν με ζωντανή ελληνική μουσική, να γευτούν ελληνικούς παραδοσιακούς μεζέδες, να ενημερωθούν με τις ενδιαφέρουσες ομιλίες και τέλος να συνομιλήσουν με άλλους συμπαρόικους. Τέλος, θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι το Ελληνικό Κέντρο Πρόνοιας της Νέας Νοτίου Ουαλίας παρέχει σε ανθρώπους της τρίτης ηλικίας προγράμματα και υπηρεσίες φροντίδας. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε Δευτέρα έως Παρασκευή από της 09.00-17.00 στο τηλέφωνο (02) 9516 2188.

Ο 'θησαυρός' της ελληνικής παροικίας

Ένα βιβλίο για όλη την οικογένεια

Για να αποκτήσετε το δικό σας «Παροικιακό Θησαυρό» επικοινωνήστε με την Άννα Αρσένη 0411 240 958 ή το Γιώργο Χιώτη 0413 213 377



ΌΛΟ ΤΟ ΧΡΟΝΟ