

Informativni list - Newsletter



Hrvatsko Društvo Umirovljenika
Croatian Care for the Aged Association (CCAA)

Tel. 8267 3626 E-mail: agedcare@chariot.net.au



Veljača / February 2018

Dragi članovi i korisnici Hrvatskog Društva Umirovljenika,

Na početku naših susreta u ovoj novoj godini sve vas lijepo pozdravljam i želim da nam ova godina svima bude puna lijepih iznenađenja, sreće, radosti, zdravlja, veselja, mira.....

Nadam se da, koliko je moguće, slijedite savjete o zdravlju tokom vrućine napose da pijete dosta tekućine.

Radujem se našem slijedećem susretu i nadam se da ćemo se vidjeti u lijepom broju.

"Keep Cool" !!! Sr. Slavica

Ručak- Adelaide - Utorak 13.2.2018

Jelovnik: juha, čevapčići s prilogom i slatko

Bingo - Utorak 27.2.2018 u 10am

Ručak - Coober Pedy

Srijeda 21.2.2018



Rođendani u siječnju 2018

2. Marica Iličić, Ana Mesarek, Mario Buterin 3. Branko Torbarina 5. Katarina Tripodi 6. Katarina Zrinski 7. Boris Jadrešić, Zvonko Poznik 8. Tomislav Bašić 12. Marija Bero, Nevenka Valčić 14. Slavica Valešić, Katica Segulin 17. Ljubica Belanić 19. Michael Strehovski, Marija Alšić 23. Anđa Bogdan, Stana Stevanja, Willemke Lukac 24 Marica Poznik 25. Ivica Meštrov, Adela Knaus 26. Ida Bartolović 27. Marija Marković.



Konzularni dani

Generalni konzul Republike Hrvatske u Melbourne-u obavijestio je telefonom da će se sljedeći konzularni dan **održati**:

- **u petak 16. veljače 2018. od 2 do 6 sati poslije podne i**
- **u subotu 17. veljače 2018. od 10 ujutro do 1 sat poslije podne.**

Konzularni dani održat će se na Hrvatskom Sportskom Centru, 61 Anna Meares Way, (off Main North Road), State Sports Park, Gepps Cross. Nije potrebno unaprijed rezervirati sastanak.

Ljubazno molimo sve one, koji trebaju obaviti konzularnu radnju da **OBAVEZNO** nazovu Generalni konzulat Republike Hrvatske na broj **03 9699 2633** kako bi provjerili imaju li sve potrebne dokumente.

Hvala!

S poštovanjem,
Jadranka Fuček

Valentinovo

Crkva propovijeda priču o Svetom Valentinu, svećeniku koji se oglušio o naredbe cara Klaudija koji je zabranio vjenčavanje rimskih vojnika kako se ne bi okretali obitelji. Svećenik Valentin oglušio se o tu zapovjed te je potajno vjenčavao parove riskirajući zatvor i pogubljenje.



Upravo takva sudbina zadesila ga je 14. veljače kada mu je odrubljena glava. Narod ga je proglasio svecem, a kasnije je svećenstvo odlučilo da se 14. veljače slavi dan svetog Valentina.

Valentinovo se danas slavi diljem svijeta na različite načine, ali ne ograničava se samo na zaljubljene parove i izgubljene ljubavi. Valentinovo veliča ljubav djeteta prema roditeljima i obrnuto, dragim prijateljima i svima onima koje nosimo duboko u srcu. Valentinovo je dan kada se, nakon Božića, u svijetu pošalje najveći broj čestitaka i proda najviše cvijeća. Mnogi zaljubljeni parovi putuju u Pariz, jedan od najromantičnijih gradova te Veronu, rodni grad najpoznatijeg ljubavnog para - Romea i Julije.

IZBJEGAJTE IZLAGANJE VELIKOJ VRUĆINI

Kada temperatura pređe 33 stepeni, što više vremena provodite u zatvorenom i dobro klimatiziranom prostoru. Ukoliko nemate klimatski uređaj, možete otići negdje gde ga ima, kao što su dućani, biblioteke itd. Nastojte da ne izlazite napolje kada je sunce jako u periodu između 11 i 4 sata. Ako već morate izaći, onda obucite nešto lagano, prozirno, svjetle boje i od prirodnih materijala.

Kao zaštitu od sunca obavezno koristite naočare i šešire sa širokim, te se najmanje pola sata prije nego izađete namažite sa kremom za zaštitu od sunca. Da biste obavili svakodnevnu šetnju, idite u ranim jutarnjim ili kasnijim večernjim satima, kada sunca nema. Isto važi i za obavljanje poslova u bašči i dvorištu.

PRIRODNI NAČINI RASHLAĐIVANJA TJELA

Možete se rashladiti tuširanjem mlakom vodom (nastojte da voda ne bude ni previše hladna ni previše vruća da ne biste dodatno šokirali organizam). Možete se rashladiti kvašenjem odjeće, ili stavljanjem ohlađenih predmeta ili leda ispod pazuha ili na prepone, sa mokrim peškirom oko vrata, zglobova, ispod pazuha i sl. **NE ZABORAVITE PITI DOSTA TEKUĆINE.**



U ovoj skrivačici pronađite (vodoravno i okomito) riječi koje su dolje navedene te ih zaokružite.

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|----|----|---|---|---|----|---|---|---|---|
| B | D | G | Z | A | G | R | E | B | M | I | C | E | Lj | N | R | S | A |
| A | S | R | R | T | A | N | B | O | Ž | I | Ć | U | U | I | P | V | N |
| D | B | R | A | N | E | B | O | E | D | B | V | V | B | Z | P | G | Đ |
| Nj | L | J | K | E | B | V | R | Š | R | E | Č | A | Lj | E | T | O | E |
| A | I | R | E | D | O | S | T | E | Lj | A | U | T | U | S | S | S | K |
| S | V | E | T | I | J | O | S | I | P | L | H | R | B | V | T | P | O |
| T | V | A | L | E | N | T | I | N | O | V | O | A | A | I | I | A | R |
| P | E | P | E | L | N | I | C | A | V | N | J | E | V | J | R | L | I |
| E | O | I | S | A | B | V | R | U | Ć | I | N | A | R | E | I | U | Z |
| L | V | O | D | A | V | V | E | Lj | A | Č | A | Ž | M | Ć | R | R | M |
| K | A | U | H | F | Ć | J | O | B | R | A | Ć | E | Nj | N | M | D | A |
| A | Z | S | U | N | C | E | I | P | T | I | N | Č | I | I | I | S | B |
| J | A | B | E | T | L | E | H | E | M | R | I | P | R | C | R | K | O |
| A | L | O | J | Z | I | J | E | S | T | E | P | I | N | A | C | A | N |
| K | S | R | E | T | N | A | N | O | V | J | E | T | A | R | N | A | A |

Veljača, ljeto, vrućina, sunce, zrake, nebo, vjetar, vatra, voda, Valentinovo, Svijećnica, Alojzije Stepinac, Pepelnica, Korizma, Gospa Lurdska, Sveti Josip.

.....