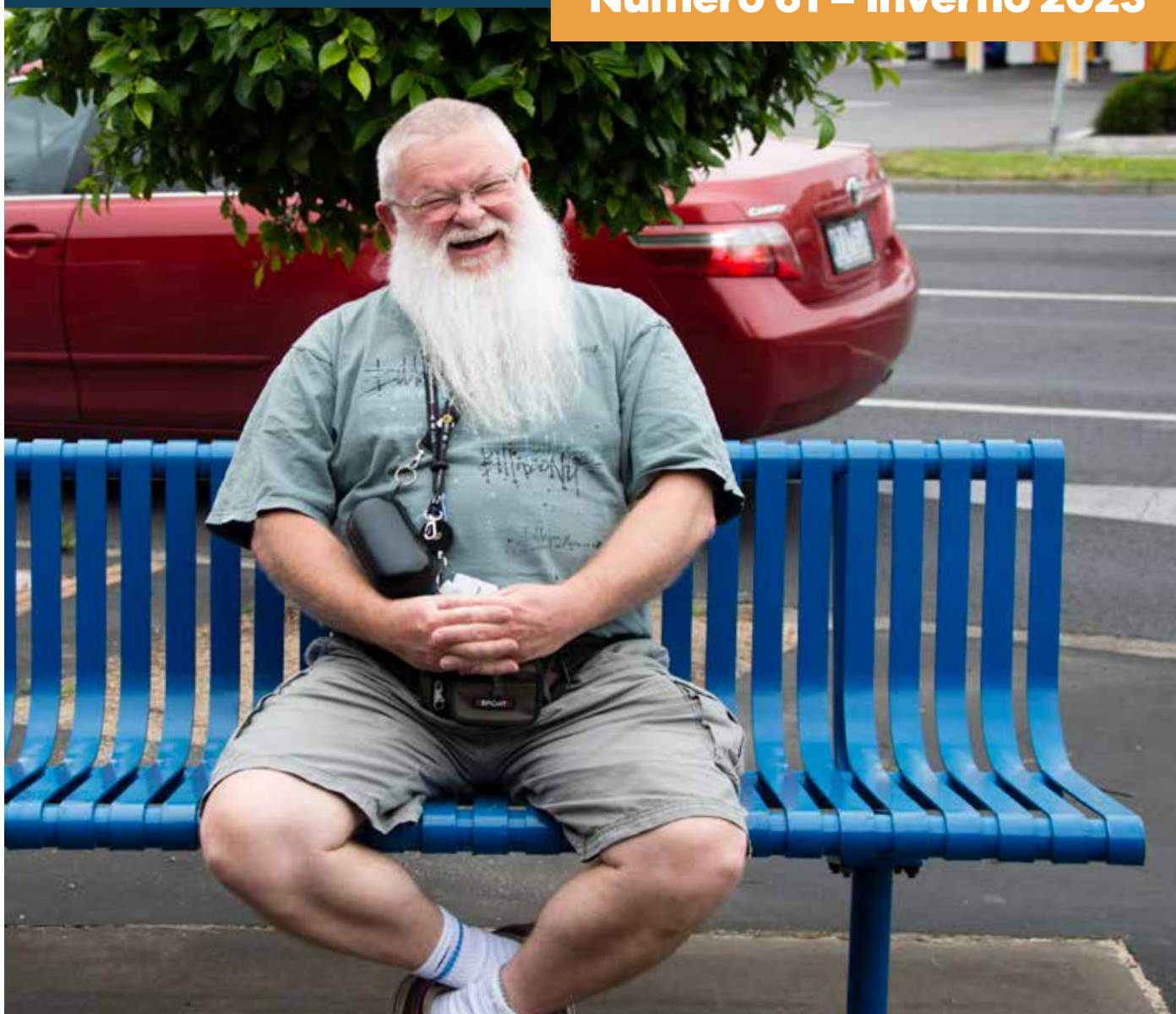


Sostegno agli anziani e comunitario



Merri-bek
City Council

Numero 61 – Inverno 2023



Finanziato dal governo australiano ministero della Salute.

Visita il ministero della Salute (health.gov.au) per maggiori informazioni.

Dichiarazione di non responsabilità

Sebbene finanziamenti per questo servizi siano stati forniti dal governo australiano, il materiale qui contenuto non rappresenta necessariamente i punti di vista o le politiche del governo australiano.

Benvenuti tutti all'edizione invernale della nostra newsletter.

Quando riceverete questa newsletter ci auguriamo che il Governo federale avrà annunciato il nuovo modello per il programma di Sostegno domestico che dovrebbe cominciare a partire dal 1° luglio 2024. Il Comune di Merri-bek intende continuare a fornire servizi di assistenza domestici anche dopo il luglio 2024, ma non è ancora noto il pieno impatto delle riforme sui finanziamenti del Governo federale dal luglio 2024.

Noi continueremo a riesaminare i nostri servizi per soddisfare i bisogni della comunità e abbiamo visto di recente un aumento dei servizi di manutenzione domestica e di sostegno sociale, oltre a un'espansione del programma di aiuto e giardinaggio all'aperto. Per informarvi sui criteri d'idoneità e capire come questi servizi possono sostenerti potete contattare il numero 9240 2302.

Questa newsletter fornisce anche informazioni su nuovi programmi come gli Age Well Planners, e modifiche nel servizio di consegna pasti che sono state basate sul feedback degli utenti.

Questo è il mio ultimo aggiornamento della newsletter poiché dopo quasi 5 anni a Merri-bek ho deciso di dimettermi dal mio ruolo attuale per assumere un nuovo ruolo presso il Comune di Bayside. È stato meraviglioso lavorare con la comunità di Merri-bek e porgo a tutti voi tutti i miei migliori auguri per il futuro.

Cordiali saluti,

Ros Pruden

Manager servizi di sostegno agli anziani e comunitario

Programma di migliorie per il risparmio energetico di Merri-bek

Se sei proprietario della tua casa e vivi con un reddito basso, il Comune può pagare fino a 2.000 \$ per installare sistemi di isolamento termico o sigillare le fessure in casa tua.

Maria ha letto del sostegno del Comune di Merri-bek per rendere più confortevole la sua casa. Nella casa di Maria a Pascoe Vale sono stati installati pannelli termoisolanti nel gennaio di quest'anno dall'azienda scelta dal Comune.

Con i pannelli isolanti nel soffitto, Maria ha già cominciato a notare la differenza. "L'isolamento termico aiuta a conservare il calore e ripara dal freddo", ha spiegato.

Per saperne di più telefona a Katherine, addetta di Merri-bek per l'energia, al numero **03 9304 9717** oppure manda un'email a **zerocarbon@merri-bek.vic.gov.au**



Puoi ricevere 250\$ grazie al Bonus per il risparmio energetico

Il servizio informativo e di sostegno comunitario di Merri-bek può aiutarti ad avere accesso al Bonus per il risparmio energetico da 250 \$ del Governo del Victoria. Porta con te la tua bolletta e avvia una conversazione con uno dei nostri volontari qualificati. Le famiglie idonee possono fare domanda per il Bonus da 250 \$ per il risparmio energetico fino al 31 agosto 2023.

Visita o chiama il servizio informativo e di sostegno comunitario di Merri-bek:

(03) 9350 3737 | **512 Sydney Rd Coburg 3058**

Presentiamo il nuovo Care Finder

I servizi di sostegno agli anziani e comunitario annunciano con orgoglio l'introduzione di un nuovo servizio che assiste i residenti e i loro accompagnatori nella comprensione e nell'accesso ai servizi d'assistenza agli anziani.

I nostri pianificatori di Age Well possono fornire consigli personalizzati su quali servizi sono disponibili per mantenere i nostri residenti sani, al sicuro e connessi con la loro comunità, e su come accedere a tali servizi. Ciò include assistenza o domande riguardo a My Aged Care.

Questo servizio è gratuito, confidenziale e una segnalazione non è necessaria.

È disponibile ai residenti di Merri-bek con più di 65 anni e ai loro accompagnatori, e su richiesta sono disponibili interpreti.



Nuovo programma del Comune!

Per maggiori informazioni:

Telefono: **9240 2270** (segreteria telefonica disponibile)

Email: agewell@merri-bek.vic.gov.au

Nuovo eccitante menu invernale!

I sandwich sono qui per restarci

Alcuni piatti preferiti faranno il loro ritorno nel menu invernale.

- Zuppa di piselli e prosciutto
- Cottage Pie
- Sticky Date Pudding con salsa al toffee
- Scaloppine di pollo

Abbiamo anche aggiunto al menu invernale oltre 20 nuove ricette, quindi assicurati di dare un'occhiata al nostro nuovo eccitante menu.

Lo sapevi...?

Puoi continuare a servirti del servizio di consegna pasti di Merri-bek anche dopo che hai iniziato a usufruire di un Pacchetto di assistenza domestica.

Assicurati di avvertire il tuo fornitore del Pacchetto di assistenza domestica che vuoi continuare a ricevere i pasti, contattandoci al numero **9240 2302**.

Film a Merlynston

Vieni a goderti un film della vecchia scuola l'ultimo venerdì del mese alle 10:30. L'entrata è gratuita per i residenti titolari di una pensione d'anzianità o di disabilità oppure di una tessera per anziani.

Per raggiungere la sala della proiezione puoi prendere l'autobus 534 da Sydney Road e Bell Street verso la stazione di Merlynston, oppure il treno dalla stazione di Coburg alla stazione di Merlynston.

Quando: Il film inizia alle 10:30, porte aperte alle 09.45, le date variano

Luogo: 1 Novian Street, Coburg North, Progress Hall di Merlynston

Film	Data
La grande corsa	Venerdì 30 giugno
Alta società	Venerdì 28 luglio
Vacanze romane	Venerdì 25 agosto

Celebrazione della diversità culturale a Merri-bek



In marzo abbiamo celebrato la Settimana della diversità culturale. Il tema di quest'anno ha invitato tutti noi a riflettere sulla lunga storia del multiculturalismo del Victoria e a celebrare il suo brillante futuro. Questo evento annuale si tiene in marzo in coincidenza con la Giornata delle Nazioni Unite per l'eliminazione della discriminazione razziale.

I nostri team per lo sviluppo comunitario e l'inclusione si sono uniti all'Unità per il sostegno sociale per celebrare la Settimana della diversità culturale giovedì 16 marzo alla nuova biblioteca di Glenroy.

Il nostro evento è riuscito a mettere in mostra le culture che sono state presenti a Merri-bek per oltre 60 anni, assieme con i gruppi emergenti futuri che si sono ora stabiliti a Merri-bek. È stata una serata adatta per tutte le età, dai 6 mesi ai 90 anni, con un'atmosfera accogliente, variopinta e istruttiva!

È stato favoloso vedere persone provenienti da paesi e culture differenti, ci ha reso orgogliosi di essere residenti di Merri-bek.

Mentre accogliamo i nuovi gruppi emergenti, allo stesso tempo siamo rispettosi e accettiamo le differenze e tutti coloro che hanno contribuito a questo meraviglioso e variopinto mosaico che è Merri-bek.

Servizi bibliotecari di Merri-bek

Hai bisogno di aiuto con il tuo telefono, tablet o laptop?

Se hai bisogno di aiuto nell'utilizzare il tuo telefono, tablet o laptop, puoi fare un appuntamento presso qualsiasi biblioteca di Merri-bek per una sessione individuale gratuita di assistenza tecnica.

Per prenotare il tuo appuntamento, fai un salto in una biblioteca oppure chiama il numero **9240 1111** e chiedi che la chiamata sia trasferita alla sede a te più vicina.

Servizio bibliotecario a domicilio

Offriamo alle persone che vivono a Merri-bek la consegna gratuita di materiale della biblioteca alle persone che non sono in grado di visitarci o hanno difficoltà nel portare articoli a casa perché malate, cagionevoli di salute o disabili. Visitiamo anche le case di riposo!

Per maggiori informazioni, chiama il **9240 1111** e chiedi che la chiamata sia trasferita alla tua biblioteca locale di Merri-bek



Programma Connessioni sociali Inverno 2023

Invitiamo tutti i residenti di Merri-bek con più di 55 anni d'età a partecipare ai nostri programmi di persona e online. Telefona al numero **9240 2302** e chiedi di parlare con Maria Siomou o manda un'email a **Socialconnections@merri-bek.vic.gov.au**. I nuovi utenti per avere accesso a questi programmi hanno bisogno di una segnalazione ai Gruppi di sostegno sociale da parte di My Aged Care – telefono: **1800 200 422**.

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<p>Pace ed equilibrio interiore</p> <p>Un Tai Chi da seduti usando cold rock meditation, calm art e altre tecniche di stimolazione sensoria per calmare la mente e ridurre l'ansia.</p> <p>Tariffa per la partecipazione: 6,40\$ per sessione</p> <p>Centro per anziani di Newlands 10:00-13:00</p>	<p>Momenti favolosi e divertenti</p> <p>Unisciti a noi ogni settimana per un fantastico programma che mette in mostra i tuoi talenti musicali e per l'esercizio fisico, partecipa a progetti di artigianato e cucina insieme l'uno per l'altro.</p> <p>Tariffa per la partecipazione: 6,40\$ per sessione</p> <p>Centro per anziani di Newlands 10:00-13:00</p>	<p>Programma Evergreen</p> <p>Vieni assieme a noi per "sporcarti le mani e fare felice il cervello" facendo crescere una varietà di erbe, verdure e fiori nativi che potrete portarti a casa e curare.</p> <p>Tariffa per la partecipazione: 6,40\$ per sessione</p> <p>Centro per anziani di Newlands 10:00-13:00</p>	<p>Out and About – (programma di un giorno)</p> <p>Vieni assieme a noi per progettare i nostri viaggi. Scegli le destinazioni in cui potrai visitare luoghi d'interesse in tutta Melbourne, gustare un pasto e socializzare.</p> <p>Tariffa per la partecipazione: 6,40\$ + acquista il tuo pranzo/BYO</p> <p>10:00-13:00</p>	<p>Programma di line dancing</p> <p>Vieni a fare un ballo! Il programma di line dancing è adatto a tutte le età e capacità ed è condotto da un istruttore di ballo</p> <p>Centro per anziani di Newlands 10:30-13:30</p> <p>Tariffa per la partecipazione: 6,40\$ per sessione</p>
	<p>Fitness e amicizie</p> <p>Esercizi fisici leggeri da seduti per rafforzare i muscoli, migliorare la coordinazione e potenziare la vitalità.</p> <p>Sessioni online con Zoom</p> <p>Tariffa per la partecipazione: 6,40\$ per sessione</p> <p>11:30-12:30</p>	<p>Café Connections</p> <p>Un programma basato nella comunità in cui gli utenti si godono un pasto nutriente connettendosi con gli altri.</p> <p>Tariffa per la partecipazione: \$6,40 + denaro per il pranzo</p> <p>Caffetteria Stradina, Hadfield 11:30-13:30</p>		

Test rapidi antigenici gratuiti per tutti i membri della comunità

Ora puoi ritirare gratuitamente test rapidi antigenici (RAT) dai nostri Centri per i servizi agli utenti, biblioteche, Centri acquatici oppure dalla Casa di quartiere di Brunswick e dalla Casa di quartiere di Sussex Street.

Questi test rapidi antigenici sono forniti dal Governo del Victoria come ausilio per l'individuazione e il trattamento precoce del COVID-19. Per ogni visita puoi ritirare fino a confezioni per te stesso, e fino a 2 confezioni per ogni componente del nucleo familiare. Le persone con una disabilità o i loro accompagnatori possono ritirare fino a 4 confezioni di test Non è necessario mostrare una tessera Medicare o di concessione.

Fai conoscenza con la nostra equipe per i trasporti comunitari



Autista trasporto comunitario

Muditha

“È un grande piacere lavorare con un'organizzazione di servizi comunitari altamente stimata. Mi piace aiutare le persone anziane a soddisfare le loro esigenze quotidiane! Il mio ruolo lavorativo è gratificante, e mi consente di dare un contributo positivo alla comunità.”



Coordinatore trasporto comunitario

Silvana

“Mi sento orgogliosa di lavorare con un team che condivide e apprezza l'importante lavoro che facciamo nel supportare gli eterogenei residenti di Merri-bek nell'accedere in sicurezza alla loro comunità.”

Servizio di Trasporto comunitario

Se trovi difficile usare i trasporti pubblici per andare al Centro commerciale, al club o ad appuntamenti medici, per fare visita o per andare in altri luoghi, allora chiama l'Ufficio del servizio di trasporto comunitario al numero **9240 2302** per vedere se possiamo aiutarti. Attualmente offriamo i seguenti servizi di trasporto per fare la spesa:

Lun	Brunswick Barkly Square 10:30 – 12:00 (ogni due settimane)	Coburg Waterfield street 11:30 – 13:30	Airport West Westfield 11:00 – 13:00	Northland 12:30– 14:30 (ogni due settimane)
Mar	Coburg Waterfield Street 11:00 – 13:00	Broadmeadows Central 11:00 – 13:00		
Mer	Mercato di Preston 11:00 – 13:00 (ogni due settimane)	Airport West Westfield 11:00 – 13:00 (ogni due settimane)		
Giov				
Ven	West Street Glenroy 13:00 – 14:30 (ogni due settimane)			

Che cosa va messo in ciascun bidone dal 1 Luglio 2023

Un nuovo servizio per i rifiuti con 4 bidoni sarà adottato a Merri-bek nel luglio 2023.

Ci saranno modifiche al numero dei bidoni che avrai, alle dimensioni dei bidoni e alla frequenza della loro raccolta.

I nuovi bidoni verranno consegnati a casa tua in più fasi tra il marzo e il giugno 2023.

A partire dal 1° luglio 2023, dovrai smistare i tuoi rifiuti in 4 bidoni differenti:

BIDONE PER IL RICICLAGGIO MISTO

Raccolto ogni due settimane



- Metti il materiale riciclabile nel bidone sciolto, non in sacchetti.
- Gli oggetti devono essere vuoti.
- Appiattisci il cartone per risparmiare spazio.

BIDONE PER IL RICICLAGGIO DEL VETRO

Raccolto ogni mese (ogni 4 settimane)



- Metti il materiale riciclabile di vetro nel bidone sciolto, non in sacchetti.
- Le bottiglie e i barattoli di vetro devono essere vuoti.
- I coperchi dei barattoli e i tappi di bottiglia dovrebbero essere attaccati saldamente.

BIDONE DEI RIFIUTI ORGANICI ALIMENTARI E DEL GIARDINO

Raccolto ogni settimana



- Solo avanzi alimentari e tosature del giardino.
- Metti i rifiuti nel bidone sciolti o usa asciugamani di carta per avvolgere i rifiuti alimentari.
- Tutto l'imballaggio deve essere rimosso, comprese le etichette della frutta.
- I sacchetti compostabili non sono accettati.

BIDONE DELL'IMMONDIZIA GENERICA

Raccolto ogni settimana



- Usa questo bidone solo per gli oggetti che non possono essere riutilizzati o riciclati.
- Usa la nostra guida dall' A alla Z per saperne di più su come smaltire gli altri tuoi oggetti domestici: merri-bek.vic.gov.au/azguide

Maggiori informazioni: merri-bek.vic.gov.au/bins
oppure chiama il numero 9240 1111

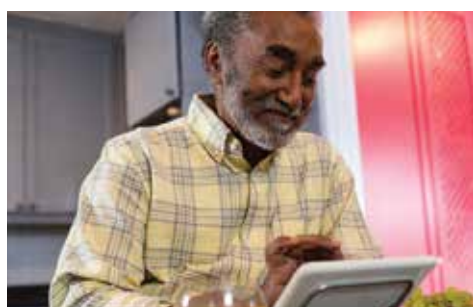
Il tuo feedback è importante

Sei incoraggiato a fare commenti, complimenti o suggerimenti sui servizi che ricevi.

Ti preghiamo di restituire questo modulo al tuo addetto al sostegno domiciliare o all'autista che fa le consegne, oppure di spedirlo all'indirizzo con risposta prepagata qui sotto. Non c'è bisogno di aggiungere francobolli.

Grazie.

Merri-bek City Council
Aged and Community Support Branch
Reply Paid 70474, Coburg, 3058



Ricevi online le newsletter

Quest'anno la nostra newsletter sarà disponibile in forma digitale, in aggiunta alla versione normale stampata.

Per abbonarsi alla nostra e-newsletter, visita bit.ly/32YwG2e

Merri-bek Language Link

Italiano	Italian	9280 1911
Ελληνικά	Greek	9280 1912
عربي	Arabic	9280 1913

Türkçe	Turkish	9280 1914
Tiếng Việt	Vietnamese	9280 1915
ཕྱི་སྐད་	Nepali	9280 0751

普通话	Chinese (Simplified)	9280 0750
-----	----------------------	-----------

National Relay Service:
 13 36 77 or relayservice.com.au