



5 Resurrection Rd., Toronto, ON M9A 5G1

LABDAROS gyventojų žinios
spausdinamos keturis kartus
per metus

PASIKALBĖKIME

Velykos
2025



Nuoširdžiai linkime Jums ir Jūsų artimiesiems Linksmų Velykų. Tegul Jūsų dienos būna pripildytos Pavasario saulutės šilumos, o širdis tebūna pilna vilties, džiaugsmo ir ramybės!

LABDAROS FONDO DIREKTORIŲ VALDYBA:



Iš kairės į dešinę: Dalia Rocca – sekretorė, Ramunė Čygienė ir Algimantas Nakrošius – nariai, Zita Bersėnas-Cers – pirmininkė, Daina Kalendra – pirmininkės pavaduotoja, Audronė Butrimas – išdininkė. Trūksta – Gabrielės Žitkytės.

PRISIJUNGKITE - TAPKITE SAVANORIU



Šių metų balandžio 27-gegužės 3 d. vyksiančios Nacionalinės savanorystės savaitės tema - „Savanoriai kuria bangas“. Ši savaitė atkreipia dėmesį į individualių ir kolektyvinių savanorių pastangų poveikį ir svarbą visoje Kanadoje. Labdaros lietuvių slaugos namuose mes turime grupę atsidavusių savanorių, kurie įvairiais būdais padeda praturtinti mūsų gyventojų gyvenimą. Esame jiems labai dėkingi už dosniai aukojamą laiką.

Savanoriškos veiklos nauda yra neišmatuojama. Leiskite man pasidalinti su jumis savo patirtimi. Jau beveik septynerius metus esu Labdaros fondo valdybos narė ir trečius metus einu valdybos pirmininkės pareigas. Be pareigų valdyboje, maždaug prieš du metus pradėjau vadovauti maisto gaminimo ir rankdarbių būreliui Labdaroje. Kas dvi savaites susitinkame maždaug dviem valandom. Grupėje dalyvauja įvairūs gyventojai, tačiau yra keli, kurie ją lanko pastoviai. Kartu kepėme, virėme ir užsiėmėme rankdarbiais, bet dar svarbiau - leidome laiką kartu. Dalijomės patirtimi, prisiminimais, mintimis ir jausmais. Kartais sėdėdavome tyliai, bet šalia kitų. Darydami rankdarbius kartais užtraukiame dainą arba garsiai nusijuokiamė. Mėgstamiausia mano grupės veikla tapo maisto gaminimas arba kepimas, o rankdarbiai kol kas atidėti. Nors manau, kad laikas, kurį praleidžiame kartu yra naudingas gyventojams, aš taip pat pastebiu didelę asmeninę naudą man. Sutikau nuostabių žmonių, kurių kitaip nebūčiau sutikusi, ir gailiuosi, kad nesusipažinau su jais anksčiau. Visada ko nors išmokstu ir nekantriai laukiu sekancio mūsų susitikimo. Norėčiau, kad ir jūs patirtumėte šį jausmą. Tapkite „Labdaros“ savanoriu ir skirkite šiek tiek savo laiko mūsų gyventojams. Kažkas pasakė: „Rūpintis tais, kurie kadaise rūpinosi mumis, yra viena didžiausių gyvenimo garbių.“

Informaciją apie tai, kaip tapti savanoriu, galite rasti mūsų interneto svetainės skirtuke „Community“: labdara.ca. Taip pat galite susisiekti su mūsų programų vadove Ljiljana Gavrilovic. Su Ljiljana galima susisiekti telefonu: 416-232-2112 ext. 403 arba el. paštu: lifteenrichment@labdara.ca.

Labdaros Fondo valdybos vardu jums ir jūsų artimiesiems linksmų Velykų!

Zita Bersėnaitė-Cers



Gerbiami Labdaros gyventojai, šeimos, darbuotojai, draugai ir savanoriai

Atsisveikiname su žiema ir pasitinkame pavasarį! Su pavasariu ateina nauja pradžia ir pavasarinis valymas. Labdaroje pradėjome tvarkytis su kaupu, todėl norėčiau papasakoti apie kai kuriuos naujausius darbus.

Įsigijome keletą naujų lovų ir čiužinių. Seniausios lovos buvo pašalintos ir pakeistos naujomis platesnėmis lovomis. Atlikę šiuos pokyčius taip pat galėjome nuo visų lovų nuimti šoninius turėklus, nes naujos valdiškos taisyklės draudžia jais naudotis. Vietoj jų dabar turime pagalbinius strypus, skirtus gyventojams, kuriems reikia turėklo kuris padėtų jiems persikelti ir judėti. Per ateinančius porą metų likusios lovos taip pat bus pamažu keičiamos.

Atsisveikinome su senomis gyventojų kėdėmis ir įsitaisėme naujas, gražias ir patogias gyventojų kėdes. Gyventojams, kurie prašė naujų kėdžių, ir direktorių valdybai pritarus, praėjusiais metais buvo užsakytos naujos kėdės, kurios buvo pagamintos pagal užsakymą specialiai Labdarai. Džiaugiamės, kad jos pagamintos Kanadoje (GTA). Galbūt matėte senų kėdžių krūvą automobilių aikštelėje. Mūsų komanda jas taip gražiai sudėjo, kad jos net priminė meno skulptūrą. Skelbėme apie veltui atiduodamas kėdes, bet, deja, niekas neatėjo jų pasiimti. Būrys Toronto patyrusių lietuvių skautų/skaučių ir patyrusių jūrų skautų/skaučių pasisiūlė padėti jas išvežti. Didelis ačiū, skautams!

Per pastaruosius kelerius metus pastebėjome, kad sulaukiame vis daugiau gyventojų, turinčių atminties problemų arba sergančių demencija. Kad jiems būtų lengviau prisiminti savo kambarius, 2-ajame ir 3-iajame aukštuose įrengėme naujus lipdukus ant durų. Jei turite galimybę, ateikite ir pažiūrėkite - durys atrodo nuostabiai! Kiekvienas 2-ojo ir 3-iojo aukšto gyventojas turi skirtingas duris - pagal spalvą arba stilių. Be to, koridorių gale pamatysite interaktyvų ekraną, skirtą gyventojams, kurie klaidžioja. Naudodamiesi šiuo ekranu, gyventojai gali virtualiai vairuoti automobilį, paglostyti katę, klausytis muzikos ar pažiūrėti televizorių. Tai smagus ir švelnus būdas sumažinti gyventojų, kurie gali ieškoti išėjimo, skaičių, o klaidžiojantiems gyventojams suteikia tikslą, prie kurio gali saugiai eiti koridoriaus gale.

Atsižvelgdami į gyventojų poreikių pokyčius, planuojame trečiame aukšte esantį atminties kambarį pertvarkyti į sensorinį kambarį. Gyventojai, kuriems reikia daugiau veiklos, galės žaisti ir mėgautis interaktyviais žaidimais. Ši erdvė nuramins ar išblaškys gyventojus, kuriems reikia atsipalaiduoti ir pailsėti. Sekite naujienas apie šį įdomų projektą.

Atnaujinimai vyksta ir užkulisiuose. Atnaujinome kai kuriuos kompiuterius, nešiojamuosius ir planšetinius kompiuterius. Šią vasarą įrengsime kompiuterių stotelę, kuria galės naudotis gyventojai norintys turėti prieigą prie jų ir interneto. Ir galiausiai, įrengsime du naujus karšto vandens katilus. Šiuo metu baigiame rengti sutartis, kad galėtume užbaigti darbus. Tai labai reikalingas atnaujinimas, nes pastatui jau beveik 23 metai, todėl kai kuriuos svarbius įrengimus jau reikia remontuoti arba pakeisti.

Dėkojame visiems savanoriams, darbuotojams ir gyventojams už sunkų darbą ir atsidavimą, kuris padeda įgyvendinti šiuos projektus. Didelė padėka visiems rėmėjams, kurie savo įnašu užtikrina, kad Labdara išsaugotų savo grožį ir lietuvišką žavesį. Labai vertiname, kai šeimos paskiria Labdarai atminimo „in memoriam“ aukas. Jei kas nors svarsto tokią galimybę, prašome susisiekti su manimi el. paštu: execdirector@labdara.ca.

Laura Puteris

Šv. Agota, Duonos diena: tradicijos ir papročiai



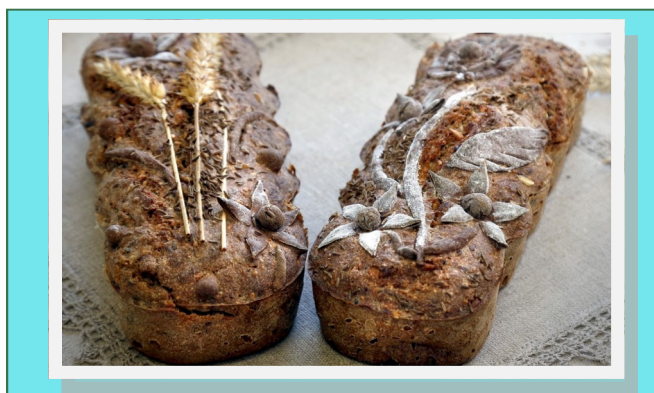
Vasario 5 d. lietuviai švenčia Šv. Agotos, Duonos dieną. Tai seniausia ir viena svarbiausių lietuvių tradicinių švenčių, turinti dvi dalis: pagoniškąją ir krikščioniškąją.

Duonos diena – Pagoniškoji šventė

Pagoniškoji šventės dalis siejama su ugnies deive Gabija. Šią dieną buvo kepama duona, kuri buvo aukojama Gabijai. Tikėta, kad ši duona apsaugo nuo gaisrų, ligų ir kitų nelaimių.

Duona buvo kepama iš visų šeimos turimų produktų, dažniausiai iš rugių miltų. Ji būdavo formuojama įvairiomis gyvūnų, žmonių, augalų formomis.

Pagoniškojoje šventėje buvo atliekamos aukojimo apeigos. Duona buvo dedama ant ugnies, kad ją Gabija priimtų.



Duonos diena – Krikščioniškoji šventė

Krikščioniškoji šventės dalis siejama su Šv. Agotos varduvėmis. Šv. Agota buvo III a. krikščionė, kankinta ugnimi. Ji laikoma ugnies globėja, gelbėtoja nuo gaisro.

Šv. Agotos dieną bažnyčiose šventinama duona, kuri taip pat laikoma apsaugine nuo gaisrų.



Duonos diena – šiandieninė šventė

Šiandien šv. Agota, Duonos diena, yra svarbi lietuvių tradicinė šventė. Šią dieną žmonės kepa duoną, kurią vėliau naudoja įvairiems tikslams:

- Duona dedama ant krosnies, kad ugnis iš namų neišeitų ir neišplistų.
- Duona įkišama į namo pamatus, kad apsaugotų nuo gaisrų.
- Duona metama į gaisrą, kad ugnis užgestų.
- Duona nešiojama piniginėje, kad apsaugotų nuo vagysčių.
- Duona vežiojama mašinoje, kad apsaugotų nuo avarijų.

Šv. Agota, Duonos diena, yra šventė, kuri primena mums apie duoną, kaip pagrindinį maistą, ir apie ugnį, kaip svarbų žmogaus gyvenimo elementą.

(WE LOVE LITHUANIA tinklapis internete)

IŠ MŪSŲ SLAUGYTOJOS ASHLEY



Turime puikių naujienų! Labdara siekia tapti geriausios praktikos organizacija (BPSO)! Tai reiškia, kad mes stengiamės toliau teikti rezultatų įrodymais pagrįstą priežiūrą, gerinti mūsų gyventojų patirtį ir sveikatos rezultatus, sumažinti priežiūros išlaidas užkertant kelią komplikacijoms ir praturtinti darbuotojų pasitenkinimą savo darbu.

Rugpjūtį pradėjome šią veiklą įdomiu Havajų tematikos renginiu, kuriame dalyvavo gyventojai, šeimos, darbuotojai ir mūsų valdymo įmonė UCCI.

Kad būtų užtikrinta mūsų sėkmė kaip geriausios praktikos čempionai, yra svarbu, kad mūsų darbuotojai dalyvautų informaciniuose renginiuose, švietimo programose, simpoziumuose ir žinių mainų renginiuose. Programose gali dalyvauti ir mūsų gyventojai bei jų šeimos. Jei norėtumėte tapti aktyviais šios programos dalyviais, leiskite mums žinoti. Mielai tarpininkausime ir padėsime Jums įsijungti.

Džiaugiamės galėdami pranešti apie šias programas:

1. "Kritimo prevencija ir sužalojimų dėl kritimo mažinimas" vadovėlio įgyvendinimas.
2. Informacija apie tai, kaip įgyvendiname:
 - Kritimo rizikos patikrinimą, vertinimą ir valdymą
 - Įvertinimą po kritimo
 - Skausmo lygio patikrinimą, vertinimą ir valdymą
 - Opioidų terapiją valdant skausmą.

Nors yra sunkumų kai stojame prieš pokyčius, esame pasirengę didinti savo kompetenciją tarnaujant jums ir džiaugiamės galėdami pakviesti jus keliauti kartu su mumis šioje nuolatinio tobulėjimo kelionėje.

Ashley

MŪSŲ ŠIMTAMEČIAI



Elena Bukšaitienė yra mūsų vyriausia gyventoja. Jai gegužės 6 dieną sukaks 104 metai.

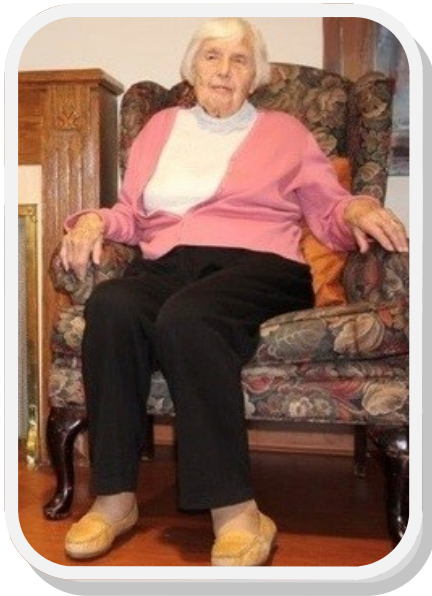


Genei Birutei Kasperavičienei balandžio 30 dieną sukaks 100



Gerdai Tarvydienei sukako 100 metų kovo 17 dieną.

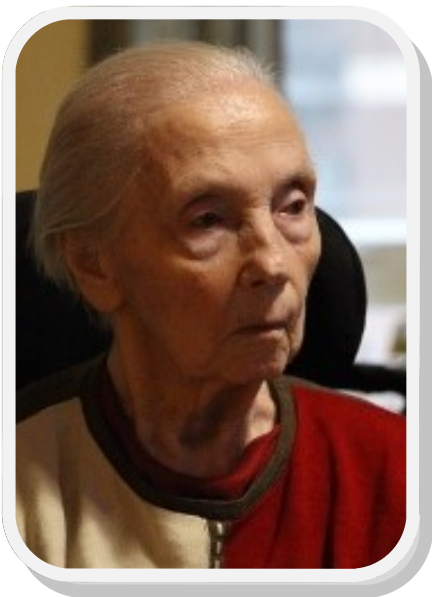
MŪSŲ ŠIMTAMEČIAI



Onai Rimkuvienėi balandžio 2d. sukako 100 metų.



Mūsų šimtametei Onai Yčienei sukanka 102 balandžio 17d.



Mūsų šimtametė Irena Paulauskienė sulaukia 100 gegužės 5d.



Mūsų šimtametė Herta Povilaitis atšventė 101-tąjį gimtadienį kovo 29d.

ARBATOS POPIETĖ: malonu pasėdėti prie arbatos puodelio su sausainiais ir pasišnekučiuoti visiems kartu.



AČIŪ!

Norėtume padėkoti RCU kredito kooperatyvui už dosnią 1,500 dolerių auką Labdaros fondui, kuri bus skirta įrengti užuolaidas nuo saulės antrojo aukšto balkone.

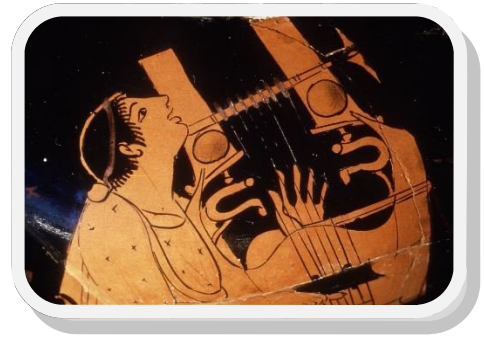
IEŠKOMI SODININKAI!

Ieškome žmonių, norinčių padėti mums aptvarkyti kiemą ir darželius. Norėtume, kad balandžio pabaigoje padėtumėte atlikti lengvus kiemo darbus. Norėdami savanoriškai prisidėti prie kiemo darbų, rašykite Zitai Bersenas-Cers el. paštu: labdarabod@gmail.com.





Lazar B. su muzikos teurapiste Laura.



Žmonės visame pasaulyje ilgą laiką groja instrumentais panašiais į gitaras. Tiksliai gitaros kilmė yra paslaptis. Tačiau kai kurie mano, kad gitara kilusi iš graikų kalbos žodžio "kithara". Graikų mitologijoje teigiama, kad kitharą sukūrė dievybė Hermis, Olimpo kalno dievų heraldas.



Kairėje mūsų darbuotojas Manjut Singh dirba LABDAROS priimamajame, prie kavutės su Aktyvinimo skyriaus darbuotoju ir savanorių koordinatoriumi Nerijum Augučiu (dešinėje).

SAVANORIŲ KALĖDINIS POBŪVIS

2025m. sausio 8d. Labdaroje įvyko mūsų savanorių Kalėdinis pobūvis. Nepalankių žiemos oro sąlygų nepaisant, dalyvavo 15 savanorių. Mus linksmino savanoris John Fertado su gitara ir lūpine armonikėle. Pianinu skambino mūsų mylimas Douglas Peck. Douglas yra ilgaamžis 98 metų pianistas savanoris kuris Labdaroje koncertus rengia jau 10 metų, nuo 2015 metų. Balandžio 26d. bus jo paskutinis koncertas pas mus, nes Douglas išeina į pensiją. Su gilia padėka už džiaugsmą kurį jis eilę metų padovanojo Labdarai, nuoširdžiai linkime jam: Ilgiausių metų!!!

GYVENIMAS LABDAROJE

KONCERTAS LABDAROS GYVENTOJAMS: Šeštadienį kovo pirmą dieną, p. David ir p. Douglas atliko koncertą mūsų gyventojams. Ponas Douglas Peck akomponavo pianinu ir su daina prisijungė jo duktė Natalie, sūnus Neil, ir Labdaros savanorės Ona Jurėnas ir Marija Dos Santos. Pirmo aukšto gyventojai negalėjo dalyvauti dėl karantino, bet virš dvidešimts antrojo ir trečiojo aukšto gyventojų su malonumu klausėsi koncerto. Net ir mūsų darbuotojas Nerijus prisidėjo sudainuodamas solo „You raise me up“ ir „Santa Lucia“ karaoke pagalba.



Šv.Velykos (Konstanty prisiminimai)



Taip neseniai atšventėm šv.Kalėdas, net nepastebėjom, kad su pavasariu artinasi ir Kristaus Prisikėlimo šventė-Velykos, kuriai visi krikščionys skiria daug dėmesio. Pagrindinis pasiruošimas Velykoms yra dalyvavimas Gavėnios laikotarpio religiniuose parengimuose ir paskaitose, organizuojamiems specialiai ta proga.

Prisimenu - dažnai, į mūsų bažnyčią, atvykdavo kunigai iš kitų parapijų, pravesti pamaldas per Didžiąją Savaitę, kulminuojant Didžiojo Penktadienio-Kristaus mirties dienos- pamaldomis.

Gavėnia, tai dvasinis krikščionio atsinaujinimas 6 savaitių laikotarpyje, skirtas vėlei pergyventi Kristaus gyvenimą, kančią, mirtį ir prisikėlimą. Kaip ir minėjau, tam yra organizuojamos rekolekcijos ir įvairūs religiniai suėjimai. Taip atnaujiname savo katalikišką tikėjimą, laukiant iškilmingų dienų – pradedant Didžiuoju Penktadieniu ir baigiant pamaldomis antrąją Velykų dieną. Taip pat, viena iš progų įsileisti Kristų į savo širdį yra - priėti pas kunigą Velykinės išpažinties ir priimti švenčiausiąjį Sakramentą - Komuniją.

Kalbant apie savo šeimos Velykines tradicijas, tai mano tėveliai, kaip ir dauguma Dzūkijos kaimų gyventojų, iškilmingai švėsdavo šią religinę šventę. Jie irgi laikėsi iš savo tėvų paveldėtų tradicijų. Viena iš jų - tai prieš šventes, per Didįjį Penktadienį sutvarkyti namus, sodą ir kiemą. Tėvelis priruošdavo gyvuliams didesnę kiekį "aksalo". Tai yra toks pašaras iš sumaišytų susmulkintų ir trumpai pjaustytų šiaudų.

Namų ir kiemo tvarkymas mums, dar vaikams, neleisdavo nuobodžiauti. Gražiai sutvarkytas kiemas ir sodelis su vaismedžiais, gaminamo Velykinio maisto kvapai, leisdavo suprasti, kad Velykos jau čia pat ir bus iškilmingos. Realus gyvumo mūsų kiemui pridudavo ir parskridę špokai iš šiltų kraštų. Nenaudodami nei G.P.S. navigacinio žemėlapiu, nei sustodami kur pailsėti, be jokių vizų ar kelionės bilietų ir be pagyrų, jie skelbdavo ankstų pavasario rytą, kad jau sugryžo ir yra "back to business".

Ir kokios gi Velykos, be kiaušinių marginimo tradicijų! Nuspalvinti įvairiomis spalvomis jie vadinasi margučiais. Pats paprasčiausias būdas nuspalvinti kiaušinį yra apvynioti jį gelsvais svogūnų lukštais, surišti ir pavirti verdančiame vandenyje keletą minučių, įpylus šiek tiek acto – tada jis gaunasi margai rudas, o kai paverdame kiaušinį atskirai su svogūnų lukštais vandenyje, tai jis nusidažo šviesiai arba tamsiai rudas.

Prieš Velykinius pusryčius žaisdavome linksmą žaidimą – ridendavome margučius nuo pakylos žemyn – kurio margutis nusiridenęs palies daugiau kitų margučių-tas juos ir laimėdavo.

Pusryčių nebuvo galima pradėti iki kolei gryždavo iš bažnyčios tėvas su kunigo pašventintomis maisto pintinėmis. Čia būdavo panašiai kaip ir prieš Kūčių vakarienę, kai mes, vaikai, laukdavome danguje sužibėsiančios pirmosios žvaigždės, tai taip ir prieš Velykinius pusryčius – iš bažnyčios sugryžtančio tėvo. Jis buvo mūsų Velykinė 'žvaigždė'

Velykinius pusryčius pradėdavome nuo bendros maldos ir padėkos Dievuliui už vaišes ant stalo. Pusryčiai būdavo gana riebūs ir po daugelio dienų pasninko, kartais apsivalgydavome ir turėdavome bėdų su viduriais.

Kaip ir minėjau, šv.Velykų rytą, tėveliai nešdavosi į bažnyčią dvi pintinės namuose pagaminto maisto. Viena pintinė būdavo skirta prie bažnyčios vartų maldaujantiems ubagams sušelpiti. Jų prie bažnyčios susirinkdavo kažkur desėtkas. Turiu pasakyti, kad ne visada maisto šalpa visus ubagus tenkindavo – jau ir 'tais laikais' dauguma iš jų norėjo geriau gauti pinigų nei maisto.

Kita šventinto maisto pintinė būdavo skirta Velykų stalui.

Prieš šventes būdavo papuošiamas bažnyčios vidus ir uždangstomi šventieji paveikslai ant sienų, iki jų atidengimo Velykų rytą. Bažnyčios kieme buvo paruoštas Kristaus kančios kelias, kuriuo tą rytą keliaudavo maldininkų procesija.

Įvairiais būdais yra pagerbiamas Jėzaus Kristaus prisikėlimas po mirties. Vienas gražus pavyzdys yra ramios ir gražios mūsų gatvės, kurioje dabar gyvenu, pavadinimas – Resurrection road – Prisikėlimo kelias. Didžiuojuosi gyvendamas šioje gatvėje!

Taigi – sveikinu visus kaimynus ir skaitytojus su atbundančia gamta, su artėjančiu pavasariu ir su šv. Velykomis ir linkiu, per šią Gavėnią, atnaujinus savo dvasią, prisidėti prie senos lietuviškos tradicijos – prie mūsų 'asmeninės' pintinės stokojančiams.

Kaip Kristus liepė: "Mylėkime savo artimą, kaip patį save".

Su šv.Velykomis, mielieji!



Kostas



1. Koks laiks, kai dramblys sēdi ant tvoros?
2. Kas sudrēksta džiovinant?
3. Kas gali pakilti kaminu, bet negali nusileisti kaminu?
4. Kā galite laikyti dešinėje rankoje, bet niekada kairėje rankoje?
5. Kā galite pagauti, bet ne numesti?
6. Kokiam klausimui niekada negalite atsakyti "taip"?
7. Kas turi daug akių, bet nemato?
8. Kas turi vieną akį, bet nemato?
9. Kas gali keliauti po visą pasauli nepalikdamas savo kampo?

Pašto ženklas	9
Adata	8
Bulvė	7
Ar tu miegi!	6
Persūlimā	5
Jūsų kairē rankā	4
Skētis	3
Rankšluostis	2
Iaikas sutvarkyti tvorā	1



VILTIS



Keturios žvakės ramiai degė ir pamažu tirpo. Buvo taip tylu, kad girdėjosi, kaip jos kalbasi.

Pirmoji sakė: „Aš esu RAMYBĖ, deja žmonės nemoka manęs išsaugoti. Manau, man nelieka nieko kita, tik užgesti.“ Ir šios žvakės liepsnelė užgeso.

Antroji sakė: „Aš esu TIKĖJIMAS, deja, esu niekam nereikalinga. Žmonės nenori nieko apie mane žinoti, todėl nėra prasmės man toliau degti“. Vos tai ištarė, padvelkė lengvas vėjelis ir ją užpūtė.

Labai nuliūdusi trečioji žvakė kalbėjo: „Aš esu MEILĖ. Nebeturiu jėgų ilgiau degti. Žmonės manęs nevertina ir nesupranta. Jie neapkenčia tų kurie juos myli labiausiai -savo artimųjų.“ Ilgai nelaukdama ir ši žvakė užgeso.

Staiga...į kambarį įėjo vaikas ir pamatė tris užgesusias žvakes. Išsigandęs jis sušuko: „Ką darote...Jūs turite degti – aš bijau tamsos.“ Tai ištaręs pravirko.

Susijaudinusi ketvirtoji žvakė tarė: „Nebijok ir neverk. Kol aš degu, visuomet galime uždegti ir kitas tris žvakes: aš esu VILTIS. Spindinčiomis ir ašarų pilnomis akimis vaikas paėmė VILTIES -žvakę ir uždegė kitas.

Mūsų širdyse tegul niekada neužgęsta VILTIS...ir kiekvienas mūsų, kaip tas vaikas, tebūna įrankis savo Viltimi visada galintis vėl uždegti TIKĖJIMĄ, RAMYBĘ ir MEILĘ!

(iš Interneto)

LINKSMŲ VELYKŲ

