

Θετική γήρανση

Τι σημαίνει να γερνάς καλά για τους ηλικιωμένους από πολυπολιτισμικές κοινότητες στη Βικτώρια; Τρεις εμπνευσμένοι ηλικιωμένοι μοιράζονται τις ιστορίες τους.

Η ιστορία της Theresa Sengaaga Ssali

Στα 77 της χρόνια, η Theresa Sengaaga Ssali συνεχίζει να δημιουργεί μια διαφορά στη ζωή των άλλων. Είναι συν-ιδρύτρια και πρώην πρόεδρος του African Women's and Families Network - AWAFFN, που στηρίζει μετανάστες και πολυπολιτισμικές κοινότητες σε όλη τη Βικτώρια.

Γεννημένη στην Ουγκάντα, η Theresa μεγάλωσε σε ένα αγροτικό χωριό και ήταν ένα από τα 11 παιδιά που ενθαρρύνθηκαν να μορφωθούν. Ήρθε στην Αυστραλία με υποτροφία το 1977. Αργότερα, η πολιτική αναταραχή στην Ουγκάντα την ανάγκασε να εγκαταλείψει την πατρίδα της και να επιστρέψει στην Αυστραλία. Παρά τον ρατσισμό, τις διακρίσεις στο χώρο εργασίας και τα χρόνια αποχωρισμού από τον σύζυγό της, η Theresa παρέμεινε αποφασισμένη να χτίσει ένα καλύτερο μέλλον.



Σπούδασε ως κοινωνικός λειτουργός και αφιέρωσε την καριέρα της στη βοήθεια των άλλων. Για περισσότερα από 25 χρόνια, εργάστηκε σε προγράμματα για άτομα με αναπηρία, νέους, γυναίκες και ηλικιωμένους. Μέσω του AWAFFN, βοήθησε πολλές ηλικιωμένες γυναίκες μετανάστριες να ξεπεράσουν την απομόνωση μέσα από δραστηριότητες όπως κολύμβηση, γιόγκα και ομάδες ραπτικής. Η Theresa πιστεύει ότι το να γερνάς καλά σημαίνει αξιοπρέπεια, αίσθημα του ανήκειν και σύνδεση. Ο στόχος της είναι απλός: να διασφαλίσει ότι όλοι νιώθουν ότι αξίζουν, ότι συμπεριλαμβάνονται και ότι υποστηρίζονται.



Ας δημιουργήσουμε έναν κόσμο όπου η ισότητα ανθίζει. Μαζί μπορούμε.

Theresa Sengaaga Ssali, Κοινωνική Λειτουργός, Ακτιβίστρια και Κοινοτική Ηγέτιδα