



dolara na hipotekarni kredit od 800.000 dolara.

8. septembar - Umire kraljica Elizabeta II. Nasledio ju je njen sin, kralj Čarls III.

11. septembar - Generalni guverner Dejvid Hurli u Parlametu je proglašio Čarlsa III za kralja Australije.

19. septembar - Predstavnici Australije prisustvuju sahrani kraljice Elizabete II u Londonu.

22. septembar - U Australiji se obeležava Nacionalni dan žalosti za pokojnom kraljicom Elizabetom II sa državnim praznikom i nacionalnom memorijalnom službom u zgradji parlamenta u Kanberi.

29. septembar - Australijska vlada je ponovo uvela punu akciju na gorivo, posle šestomesečnog snižavanja akciza koje je uvela Morisonova vlada kako bi smanjila cenu goriva u vreme rastuće inflacije.

OKTOBAR

4. oktobar - Banka državnih rezervi (RBA) je šesti put podigla kamatnu stopu gotovine za 25 baznih poena na 2,6 odsto.

14. oktobar - Australija uklanja obavezni period izolacije od korona virusa.

15. oktobar - Zatvoren karantinski objekat za kovid, na severu Melburna, vredan pola milijarde dolara, nakon samo osam meseci rada, zbog pada potražnje za karantinom.

25. oktobar - Predstavljen federalni budžet 2022/23, prvi za novu laburističku vladu.

NOVEMBAR

1. novembar - Sedmo po redu povećanje gotovinske stope RBA iznosi 2,85 odsto, u odnosu na 0,1 odsto u maju, što je ujedno i najviša stopa gotovine od maja 2013.

7. novembar - Državni tuži-

lac i sekretar kabineta Mark Drajfus pisao bivšem premjeru Skotu Morisonu, upozoravajući ga da prestane da odaje osetljive informacije o nacionalnoj bezbednosti novinari.

26. novembar - Održani izbori u državi Viktorija 2022. Danijel Endrjuž, lider laburista, po treći put izabran za premijera. Nakon lošeg rezultata na izborima, lider liberala Metju Gaj odlučio da se povuče sa čela partije.

DECEMBAR

6. decembar - RBA je na svom poslednjem zasedanju za 2022. godinu podigla gotovinsku stopu za 25 baznih poena, i ona sada iznosi 3,1 odsto, što je najviši nivo od kraja 2012.

Guverner Filip Lou je to objasnio izuzetno visokom inflacijom u Australiji od 6,9 odsto od početka godine do oktobra.

8. decembar - Australijski biro za statistiku (ABS) objavio da je ekonomski rast Australije ispod očekivanja, sa rastom BDP-a od 0,6 odsto u septembarskom kvartalu i 5,9 odsto tokom godine.

15. decembar - Parlament usvojio odluku vlade o ograničenju cena gasa i uglja. Novim merama se очekuje smanjenje računa za utrošenu energiju prosečnog domaćinstva sa 2.406 na 2.176 dolara.

16. decembar - Laburistička vlada Albaneze objavila da će ukinuti Upravno žalbeni sud AAT i zameniti ga novim

Australijan open u centru pažnje

6. januar - Teniseru Novaku Đokoviću je ukinuta viza, jer nije podneo dokaze o vakcinaciji protiv kovida po dolasku u Melburn kako bi se takmičio na Australijan openu 2022. Đoković je stavljén u imigracioni pritvor do deportacije, ali je najavio da će pokrenuti sudski postupak protiv te odluke.

14. januar - Pošto je 10. januara sudija Federalnog okrugnog suda vratio vizu Novaku Đokoviću, ministar za imigraciju Aleks Houk koristi odredbe ministarskog diskrecionog prava iz Zakona o migracijama iz 1958. da ponovo ukinje Đokovićevu vizu, navodeći kao razlog "zdravlje i red".



17-30. januar - Održava se Australijan open 2022. Ešli Berti osvaja titulu u ženskom singlu, i ona je prva Australijanka kojoj je to uspelo od 1978. godine. Španski igrač, Rafael Nadal osvaja titulu u muškoj pojedinačnoj konkurenциji.

telom.

18. decembar - Odloženo povećanje plata od 15 odsto za negovatelje starih lica.

21. decembar - Ministarka spoljnih poslova Peni Vong otputovala, povodom 50 godina bilateralnih odnosa, u prvu zvaničnu posetu Australije Kini za poslednje tri godine.

25. decembar - Očekivana potrošnja Ozija za Božić i nakon praznika rekordnih 23,5 milijardi dolara.

E. V.

milan

PIŠE: Milan VLAŠIĆ

KAKO POBOLJŠATI RASPOLOŽENJE

Smiraj duha i tela

Jeste li ikada razmišljali o tome da kada se razbolimo, ne ma veze o čemu se radi, da li je to neka prehlada, iznenadna glavobolja ili nešto drugo, da je bolest uglavnom posledica neke stresne situacije?

Ako vam se to čini nemogućim, napravite mali eksperiment.

Svaki put kada niste dobro, kada se razbolite, razmislite šta se to dešavalo poslednjih nekoliko dana ili sedmica da vas je nerviralo, da vam je smetalo, da ste o nečemu razmišljali na negativan način.

E tu je pravi uzrok i na njegovom otklanjanju treba da se radi.

Obratite pažnju na to kako se osećate i ukoliko uspete da kontrolišete misli i emocije, da ih usmeravate u pozitivnom pravcu, za bolest neće biti mesta kod vas, bilo kakvu bolest.

Takođe, ako vas na primer nešto boli, jeste li primetili da je sve u redu kada spavate?

Više boli na javi nego u snu, u stvari kada zaspite ne boli uopšte. To je pre svega zbog toga što kada spavamo ne razmišljamo ni o čemu.

Telo reaguje na naše misli i emocije, zato je neobično važno da se trudimo da ostanemo pozitivni u svojim mislima, postupcima i svom okruženju.

■ Organizam reaguje na naše misli i emocije, pa je važno da se trudimo da ostanemo pozitivni

Indijski orah
Namirnice bogate omega-3 masnim kiselinama i triptofanom, poput indijskih orašića, deluju umirujuće na organizam.

To je zato što omega-3 masne kiseline i triptofan pokreću proizvodnju neurotransmitera serotonina (hormona sreće) koji smiruju nervni sistem. Pored toga, sama aktivnost žvakanja značajno doprinosi smirenju.

Tuširanje topлом vodom

Teško je imati napad panike pod tušem. To je zato što se vaši mišići opuštaju i disanje usporava sa toplotom i vlažnošću koju stvara topla voda. Pored toga, voda ima posebnu smirujuću frekvenciju.

Za sam kraj poruka i poklon za najvernije čitaocе mojih kolumni. U saradnji i uz pomoć Beo Media, izdavača "Vesti" za Australiju, izdao sam knjigu mojih 100 kolumni.

Ako želite da sve moje kolumne imate na jednom mestu ili ako ste neku propustili dodite do Beo-exportovih prostorija u Liverpool plazza, svakog radnog dana od 9.00 do 17.00 i preuzmite knjigu.

Potrebljeno je da se javite ljubaznom osoblju Beo grupe i da tražite "Prvih 100". Ostavite vaše ime i broj telefona da vas mogu pozvati i da vas propitam da li ste ih čitali sve.

Šalim se, naravno, ali javite se vi meni slobodno ako vam se nešto dopadne ili imate nekih ideja za buduće teme.

Srećna Nova godina!