

# 聯絡我們

我們將很樂意協助您



姓名	職位	手電	電郵
趙金良 太平紳士	行政主任	0430 788 182	eo@chinesewelfareservices.org.au
麥美儀 女士	聯邦家居支援服務統籌	0449 990 945	chsp@chinesewelfareservices.org.au
黃翊勤 先生	長者服務協調主任	0406 527 318	hcp@chinesewelfareservices.org.au
方齊博 先生	長者服務協調主任	0426 684 491	adm2@chinesewelfareservices.org.au
鄭芷惠 女士	項目統籌	0433 815 443	cvs@chinesewelfareservices.org.au
周韻芮 女士	長者服務協調主任	0451 228 182	adm@chinesewelfareservices.org.au
時玥 女士	長者服務協調主任	0430 788 183	cso@chinesewelfareservices.org.au
覃俐縈 女士	行政助理	08 8212 2988	hazel.qin@chinesewelfareservices.org.au

## 福利會活動人數匯報

聯邦家居支援服務使用人數：

219人

家居配套服務接受人數：150人

社區探訪計劃：

受惠長者人數：31人

社區探訪義工人數：32人

Data as of 01/05/2023

5月份會員通訊，已經在15/5/2023前寄出。下一期會員通訊將於8月份出刊，敬請留意。感謝義工們勤勤懇懇，不辭勞苦地為南澳華人社區作出支持和奉獻。南澳華人福利會向各位義工們表達欽佩和真摯的感激!

**Chinese Welfare Services of SA Inc.**

224 Grote St, Adelaide, SA 5000

Phone: (08) 8212 2988

Email: [Info@chinesewelfareservices.org.au](mailto:Info@chinesewelfareservices.org.au)

Web: [chinesewelfareservices.org.au](http://chinesewelfareservices.org.au)

## 南澳華人福利會第十六屆 2021 - 2023 理事會

<b>President 會長</b>	Cathy Chong AM JP
<b>Vice President 副會長</b>	K See
<b>Vice President 副會長</b>	Susan Collins
<b>Secretary 書記</b>	Linda Wu
<b>Treasurer 財務</b>	Vivien Shae
<b>Public Officer 幹事</b>	Lancy Ip
<b>Member 會員</b>	Nora Chow
<b>Member 會員</b>	Roger Hou
<b>Member 會員</b>	Patrizia Kadis
<b>Member 會員</b>	Yingshi Shen
<b>Member 會員</b>	Daozhen Ruan
<b>Executive officer 行政主任</b>	Kam Chiu JP
<b>Legal Advisor 法律顧問</b>	Yapp Haou Pehn

Chinese Welfare Services of SA Inc.

南澳華人福利會

# 會員通訊

ISSUE 12

May 2023



INSIDE THIS ISSUE:

Message from President  
會長致辭

Nightingale Program  
癡呆症臨終關懷  
治療支援

照顧者門戶  
(Carer Gateway)  
福利會員工簡介

家居配套服務  
收費更新

南澳粵曲雅集  
母親節頌親恩演  
唱會

2023 秋季旅行

中文學校

照顧者門戶

2023 活動時間表

聯絡我們

## Message from President

Winter is really on our doorstep! Yesterday, we saw the temperatures down to 4 degrees in Adelaide. Could I remind you all to keep warm and if you need a flu shot- do go to a pharmacy near you.

WHO on 5<sup>th</sup> May declared that Covid-19 is no longer a global emergency, a major symbolic step towards the end of the pandemic. It has killed more than 6.9 million people, disrupted the global economy and ravaged communities. However, that does not mean covid-19 is over as a global health threat. SA last week ending 5 May saw that 120 people were hospitalised for covid-19, 8 in ICU, 2 ventilated and 17 deaths attributed to covid-19! So, we still need to take care- observe personal hygiene and wear a face mask if you have a cough. Do a RAT test if you have fever and cough to be on the safe side.

Many of our members receive HCP and CHSP services from CWS. From 1 July, we will see more changes:

# the Australian Government is investing \$11.3 billion in the next 4 years to fund the wage increase of - RN, EN, Assistants in nursing, personal care workers and home care workers, head chefs and cooks, and lifestyle workers.

As service recipients, CWS members will be receiving information.

Next week will be Mother's Day - I wish all the mums, grandmas and great grandmas a Very Happy Mother's Day!!

Take care everyone! Stay safe.

Cathy CY Chong AM  
President

## 會長致辭

冬天真的來到了！昨天，我們看到阿德萊德的氣溫降至 4 度。我可以提醒大家注意保暖嗎？如果需要注射流感疫苗，請前往附近的藥房。

世衛組織於 5 月 5 日宣布，Covid-19 不再是全球性出現，這是朝著結束大流行邁出的重要象徵性一步。它已造成超過 690 萬人死亡，擾亂了全球經濟並破壞了社區。然而，這並不意味著 Covid-19 作為全球健康威脅已經結束。截至 5 月 5 日的上週，SA 有 120 人因 Covid-19 住院，8 人在 ICU，2 人需要呼吸機，17 人死於 Covid-19！所以，還是要注意個人衛生，咳嗽要戴口罩。如果您發燒和咳嗽，請進行 RAT 測試以確保安全。

我們許多會員都從 CWS 獲得 HCP 和 CHSP 服務。從 7 月 1 日起，我們將看到更多變化：

# 澳大利亞政府將在未來 4 年內投資一百一十三億澳元，以資助以下人員的工資增長 - RN、EN、護理助理、個人護理人員和家庭護理人員、主廚和廚師以及生活方式工作者。作為服務接受者，CWS 成員將會收到相關信息。

下週將是母親節——祝所有的媽媽、外婆和曾外婆母親節快樂！！

大家保重！注意安全。

歐彩霞 AM

會長

## Nightingale Program 認知障礙症臨終關懷治療支援

Nightingale Program 認知障礙症臨終關懷治療支援，是由南澳大利亞的專科護士和職業治療師提供的高級癡呆症護理。它免費提供，並提供策略和建議來支持晚期癡呆症患者、他們的家人和護理人員，重點是促進選擇權利、福祉和前瞻性規劃。該計劃支持居住在家中、養老院和社區環境中的人們。

提供專科護士作為單一聯繫點，我們可以製定護理策略，使癡呆症患者能夠：

- 待在家裡的時間更長，最大限度地提高他們的獨立性。
- 促進生活質量和人際關係。
- 在他們未來的護理選擇和決策中有發言權。
- 避免在急症醫院環境中進行不必要的介紹。
- 獲得臨床建議，包括合併症管理、疼痛管理、妄想和臨終治療。

查詢The Nightingale Program 撥打國家癡呆幫助熱線 1800 100 500

## Nightingale Program - Dementia-specific palliative care support

The Nightingale Program is a palliative model of care, provided by specialist nurses and an Occupational Therapist throughout South Australia for advanced dementia care. It's available free of charge and provides strategies and advice to support people living with advanced dementia, their families and care providers, with a focus on promoting choice, well-being and forward planning. The program supports people living at home, in residential aged care and community settings.

Offering a specialist nurse as the single point of contact, we can develop care strategies to enable people living with dementia to:

- Stay at home longer and maximise their independence.
- Promote quality of life and positive relationships.
- Have a voice in their future care options and decision making.
- Avoid unnecessary presentations to acute hospital settings.
- Have clinical advice including co-morbidity management, pain management, delirium and palliation.

To access the Nightingale Program, call the National Dementia Helpline on 1800 100 500

## 南澳華人福利會2022年活動時間表

星期	活動名稱	內容	費用	地點	時間
一	悠閒星期一	悠閒星期一 廣場舞 Square Dancing	\$3.00 /次 (會員Member) \$5.00 /次 (非會員Non-member)	St. Luke's Church 35 Whitmore Square Adelaide	10:00 am – 12:00 pm
二	休閒坊 (廣東話)	休閒坊(廣東話) Centre-Based Day Care (Cantonese)	\$4.00 (午膳費用)	St. Luke's Church 35 Whitmore Square Adelaide	10:00 am – 12:00 pm
	齊唱粵曲 在雅城	齊唱粵曲在雅城 Cantonese Opera	\$15.00/ 4堂 (4 Courses)	224 Grote Street Adelaide 福利會	2:00 pm – 4:00 pm 聯繫人:易月荷女士 0402 536 070
四	休閒坊 (普通話)	休閒坊(普通話) Centre-Based Day Care (Mandarin)	\$4.00 (午膳費用)	St. Luke Church 35 Whitmore Square Adelaide	10:00 am – 12:00 pm
五	健康星期五	健康星期五 Fitness Friday	\$3.00 /次 (會員Member) \$5.00 /次 (非會員Non-member)	St. Luke's Church 35 Whitmore Square Adelaide	10:00 am – 12:00 pm
六	中文學校	中文學校 Chinese School	每學期 \$50 (含書簿)	Adelaide High School West Terrace	1.30pm – 3.30pm 聯絡人:余芬豐 Vivien Shae 0430 988 184



# 由於疫情關係，活動可能會作更改或取消，詳情請參照當時福利會的公告。



## 南澳華人福利會中文學校 (5月6日開學)

南澳華人福利會中文學校，致力於推廣中文教育和傳播中國傳統文化 15 年。

本校班級從幼兒直至 11 年級。對於低年級學生我們採用拼音結合漢字教學，輔以兒歌、遊戲，從而使小朋友對中文產生興趣，循序漸進地提高。對於高年級同學，我們幫助學生全面提高聽、說、讀、寫。

在每學期末的聚會上，學校邀請不同的文化老師對學生講授有趣的中國傳統文化，在過去的幾年中，學生分別學習了中華書法，剪紙，中國音樂及樂器認識，中國舞蹈，武術，舞獅及捏面人等。

歡迎大家 2023 年加入我們南澳華人福利會中文學校學習中文。加入我們的班級，你可以在中文寫作、閱讀、口語等方面獲得全面提高；你還可以學習到中國傳統文化並參加學校組織的豐富多彩的文化活動。祝願同學 2023 年第二學期能有一個很好的開端！

上課地點: Adelaide High School West Terrace SA 5000

學費: 每一學期 \$50 (含書本)

上課時間: 5 月 6 日開始每星期六 1.30 pm – 3.30 pm

聯絡電話: 0430988184 余芬豐 Vivien Shae

網上申請鏈接: <http://enrolments.esasa.asn.au/?schoolid=e162>



## 社區探訪計劃 Aged Care Volunteer Visitors Scheme

### 招募義工

南澳華人福利會一直都有參與社區探訪，探訪對象包括護老院及部份有需要的長者。如果你希望成為義工，有愛心關懷孤獨長者，可駕車或自行搭乘交通工具，並願意堅持每兩週抽出最少 1 個小時探訪長者，請聯繫我們。

報名或相關諮詢  
請聯繫項目統籌  
電話：  
0433 815 443  
鄭芷惠 (NIKITA)



郵箱: [cvs@chinesewelfareservices.org.au](mailto:cvs@chinesewelfareservices.org.au)

## 照顧者門戶 (Carer Gateway)

您是否為身有殘障、疾病、精神疾病或年老體弱的家人或朋友提供照顧和支援？如果提供支援服務，以便您能夠繼續照顧您關心的人，是否會有幫助？如果您對以上任何問題回答「是」，則 Carer Gateway 能夠幫助您。Carer Gateway 為照顧和支援家人或朋友（可能因為他們身有殘障、疾病、精神疾病或年老體弱）的人士提供免費支援服務和資訊。不管您是否領取政府補助金，仍然可以使用 Carer Gateway 的服務。Carer Gateway 提供以下服務：

指導服務: 學習管理壓力和改善個人身心健康的新方法。包括自助指導 (按照您自己的進度學習網上課程) 及面對面指導 (與您所在地區的導師一對一會面)。輔導服務: 如果您感到壓力、悲傷或憤怒，輔導員可以與您深入討論您的處境並幫助您。

包括面對面輔導 (單獨或以小組形式與您當地的輔導員交談) 及電話輔導 (透過電話與輔導員交談)。

緊急暫顧服務: 如果您意外生病或受傷，並且無法繼續照顧您所照顧的人，緊急暫顧服務能夠幫助您在康復期間照顧他們。請隨時致電 1800 422 737 尋求緊急暫顧服務。

與其他處境相若的照顧者聯繫: 與跟您一樣照顧家人或朋友的人會面。分享故事、知識和經驗，互相學習和支援。面對面聚會 (加入您當地同樣照顧家人或朋友的照顧者群組) 及網上社區 (加入網上聊天群組，並與同樣照顧家人或朋友的其他照顧者交談)。

網上技能課程: 學習新技能來照顧別人和自己。找出新方法處理壓力和法律事務，以及增進健康和 safety。每門課程涵蓋不同主題，您可以按自己的進度在網上完成這些課程。

因應需求設計的支援配套服務: 您也許可以免費獲得: 幫助您持續接受教育的服務或設備 - 例如指導、教育用品或培訓課程。規劃好的暫顧服務，在您休息時由服務提供機構介入，照顧您的家人或朋友。烹飪和清潔服務。購物協助。交通接送服務，幫助您處理諸如前往就診或購物之類事宜。

## 福利會員工簡介

大家好，我是南澳華人福利會的社會工作者方齊博 Brian Fang，作為負責家居配套服務 (Home Care Package) 的社工，以及阿德萊德華人社區的一員，我的工作內容和職責包括以下方面：

評估老年人的需求: 社會工作者需要與老年人及其家人交流並了解老年人的個人情況、需求和目標，包括身體健康、心理狀況、社交活動、生活方式和家庭支持等。基於這些信息，社工可以評估老年人需要哪些服務和支持。

協調家居配套服務 Home Care Package: 協助老年人申請和管理家居護理計劃，包括與相關機構協調和溝通，幫助老年人選擇適合他們需求的服務供應商，制定計劃和預算，跟進和監控服務質量和效果。

提供諮詢和支持: 社工需要向老年人和他們的家人提供關於家居配套服務和其他相關服務的諮詢和支持，解答疑問，提供建議和意見，協助解決問題和難題。

監督和評估: 社工需要監督和評估老年人家居護理計劃的運作和效果，跟進老年人的需求和進展，及時調整服務和支持，確保服務質量和效果達到預期。

協調其他服務: 社工需要協調其他服務和資源，如醫療、營養、交通、家庭援助和社交活動等，以幫助老年人更好地融入社區，提高生活質量，減少社會孤立感。

總之，作為一名社工，我的主要職責是協助阿德萊德華人社區的老年人獲得適當的服務和支持，以幫助他們在家中獨立生活和提高生活質量，同時也需要協調和整合其他服務和資源，確保老年人得到全面的照顧和支持。





### 家居配套服務收費更新

致各位客戶，根據政府的政策改變，我們的家居配套收費亦隨之作出相應更改。  
 家政服務從 2023 年 6 月開始收費如下：

工作日 早上 6 点到下午 6 点		工作日 下午 6 点到早上 6 点		周六		周日		公众假期	
<1 小时	每小时	<1 小时	每小时	<1 小时	每小时	<1 小时	每小时	<1 小时	每小时
\$50	\$64	\$70	\$74	\$74	\$84	\$84	\$94	\$94	\$124

### 南澳粵曲雅集母親節頌親恩演唱會



### 2023 秋季旅行



秋季是一個非常好的旅行季節，因為天氣比較涼爽，適合參加戶外活動，也有很多美麗的秋景可以欣賞。福利會2023年秋季旅行是一個令人期待的活動。對於許多人來說，這是一個放鬆身心、認識新朋友和享受美好時光的機會。福利會2023年秋季旅行於5月2日及3日參觀了Monarto Safari Park 野生動物園。參加者早上於福利會集合後，一起乘坐了大約一個小時的車程就到了Monarto Safari Park。動物園養了很多不同種類及大小的動物。下午於園內餐廳用膳，休息一會後再到Murray Bridge 景點參觀，大約下午4點就回到福利會，當天旅遊正式完滿結束。

