



澳華養老 45週年回顧與前瞻

黃震遐醫生 澳華療養院基金創辦人之一



華人一般喜歡祝福人長壽。但實際上，健康愉快生活更為重要。四十五年前，澳華療養院基金剛成立時，一般華裔長者對進入療養院視如半入鬼門關，極為抗拒。當時，白澳政策方剛落幕，種族歧視仍未絕跡，療養院都只用英語，飲食亦只得西餐。服務也只能說是有瓦遮頭，三餐可有，其餘就不可奢望。

雖然抗拒，但究竟不少人到了晚年，有需要但無人照顧，或難以在家中照顧，始終都需要進入療養院。

我們當年毫無經營療養院經驗。就只是因為深信，有需要提供更貼近文化及生活習慣的優質服務給長者，令他們可以盼望安樂及健康的晚年，而不是進入一個冷冰冰，單調無情的環境，等待日子的終結，才會在四十五年前同大家一齊開始摸索。

所幸的是，沿途遇到種種困難及阻礙都一一得到克服，工作得到社群讚許。澳華養老由一間小療養院發展至今已擁有5間療養院、13間活動中心、3間高齡宿舍及不同形式的居家養老服務。

目錄

澳華養老45週年回顧與前瞻	1-2
見證澳華養老成長與壯大	3
歡慶澳華養老45週年超卓服務	4
我在澳華養老16年的歷程	4
見證澳華養老45載——我與長者同行的點滴	5
澳華養老45週年舉辦「得寵先生」電影慈善籌款放映會	6
澳華養老45週年品牌更新呼籲社區人士參與「銀菊留芳」冠名計劃	7
洋溢溫情與歡樂的澳華養老員工年度聯歡晚宴	8
任重道遠——作為芳寧療養院(暫名)院長	9
鳴謝——季度捐款	10
澳華養老最新動態	11-12

編輯:

鄭賜霞 梁艷
李芷樺 關靜雯
馮嘉碧 黃慧恩

顧問:

澳華療養院基金董事會



能夠有這樣成績，其實絕不容易。董事會要大公無私，社群要大力支持，無數熱心義工，以及一群抱著服務心態，微笑待人的盡責工作人員，都是缺一不可。一代代人要將火炬傳下去，才能保證澳華養老將來不只是保持今天的水平，更是會再進一步。

療養院從某一個角度看，是長者服務的最後一環。住自己的家始終都會有更多私隱及自由度。理想的話，我們應該為長者提供足夠服務，使他們居家及自行活動時間延長，然後進入較多看顧，但仍然可以有相當大自由度的住宿服務，最後才去到療養院。

健康愉快的生活，就不可以當長者為病人或者依賴者。要做到健康的身體，需要營養及運動健身。健康的腦需要不斷的腦部運動、學習、思維鍛煉。健康的精神需要社交活動及接觸、音訊視訊的安撫。換言之是需要全面的配套。去到肌少症、認知障礙、抑鬱，才挽救才協助，是太遲。服務應該從身心仍然相當健康愉快的階段就開始。

華裔社群的結構近年來亦有變化，粵語之外，出現了只懂普通話為基礎語言的長者。南北生活習慣及文化也有不同。而當然還有在澳洲或東南亞長大，以英語溝通的朋友。創會時，我們也考慮過，如果其他族裔的人希望得到服務，應該如何回應。我們當時的立場非常清楚。我們成立於歧視的灰燼中，我們不可以歧視任何其他族裔。

每一代人都會遇到新的挑戰。廿一世紀下半葉的世界面對更高的氣溫，更多難以預測的環境，更多突然而來的流行疾病及社會動盪。長者適應能力會受到挑戰。長者可能有更長壽命。但隨之而來，如何維持他們的健康及愉悅都會是不斷的挑戰。澳華養老的同仁及我們的社群都必須繼續警惕，準備迎接這些變化。



見證澳華養老成長與壯大

周玉燕 助理康體活動主任



「非以役人，乃役於人」是我在香港唸中小學時的校訓。出來社會做事，一直以服務「人」為己任。移民澳洲後，轉了跑道，服務的對象由年輕人轉為長者。德蘭修女「憑著愛」這一本書啟迪了我，我願意陪伴長者走一程。更重要的是，長者的人生歷練，是活的歷史，是難得的寶藏。他們讓我認識生命，豐富了我的人生。



我

投身高齡服務時，澳洲政府剛通過「1997高齡護理法例」(The Aged Care Act 1997)。2000年我加入周藻泮療養院，旋即有份參與認證工作(accreditation)。2025年政府推出「新高齡護理法例」(The New Aged Care Act)，認證標準有所改變。我有幸經歷澳洲護老服務的演進，有很多學習的機會，堅信「老有所終」的「大同」世界能實現。

我更有幸在澳華養老工作二十五年，見證機構的成長與壯大。初創信託人的無私精神，筆路藍縷，在雪梨建立了第一所華人療養院；現今澳華養老服務多元化，惠及華人社區，屢獲殊榮。

從事護老行業二十多年，做過行政、社區、日間中心，最後還是情歸院舍。

院舍工作毫不容易，院友在各方面的需要都較大。但正因為這個緣故，院舍服務對他們特別重要。在院舍生活的長者，院方提供的，不是他們生活的全部分，也絕對是他們的大大部分。

我的工作是康體生活安排，透過工作讓長者舒減老病的羈絆，提供心靈、情緒的支援，為院友添生趣，提高他們的生活質素，期望他們快樂度日。

時代演變，生活方式亦隨之改變；不過，快樂過日子絕對是大家都期盼的，這也就是我們康體生活團隊工作的目標。

歡慶澳華養老 45週年超卓服務

亢利 服務質素監控團隊培訓及發展主任

大家好！我是亢利，很榮幸在澳華養老任職十年註冊護士。能夠在這裡歡慶45週年令我感到非常驕傲和雀躍。這里程碑充分反映機構提供超卓院舍護理及社區服務的鍥而不捨精神。多年來澳華養老貫徹卓越服務，對個人及家庭影響深遠。很高興我能成為這個出色團隊的成員之一，期望我們繼續一起在服務及護理上實踐機構的宗旨。

衷心恭賀澳華養老這輝煌成就，並感激機構在我任職期間給予各個機會、提供支援的工作環境、以人為本的護理和一個又一個增進專業知識的機會，讓我受益良多。

令我樂意在這裡貢獻一己之力超過十年的原因非常簡單：家的感覺。提供支援的工作環境、同儕精神和協力提供關愛護理的共同理想將機構締造成為吸引我們樂於投身工作的地方。工作夥伴的韌力和工作熱忱，以及我們對社區的影響，每天都啟發我的思考。

對我來說，有機會和熱心服務的專業團隊一起為機構效力，是一份榮幸。作為澳華養老大家庭一份子，我與有榮焉，盼望未來仍可在機構內積極貢獻。當一起歡慶這特別的里程碑時，我希望機構在將來繼續成長、同儕合作無間並邁向成功。謝謝您澳華養老，因您是一間表現出色的機構；也謝謝您讓我在這不凡之旅中有份同行。



我在澳華養老16年的歷程

林婉廉 新客戶聯絡主任

回顧自己在澳華養老16年的歷程，內心充滿感激與自豪。這不僅是我個人成長的見證，也是公司發展的縮影。每一步的歷程都讓我深刻感受到這份工作的意義。

最初，我被澳華養老致力於為長者提供高質量照護的使命所吸引，幫助他們在家中獨立生活並保持尊嚴。從一線護理員到家居服務顧問，再到新客戶聯絡主任，我親眼見證了我們的服務如何深刻影響長者的生活。每位長者都有獨特的故事和需求，無論是協助日常活動、提供陪伴，還是進行專業照護，我們始終是他們的支撐。

這些真誠的互動讓我深刻感受到同理心和聯繫的力量，激勵我不斷堅持從事這份工作。

16年的堅守，源於我對澳華養老使命的認同與對長者們的關懷。公司始終營造支持性的工作文化，激勵我不斷前行。我與一群充滿同情心、敬業的同事們並肩工作，我們有著共同的價值觀與熱情。公司注重員工的培訓與發展，提供了不斷提升技能的機會，使我能夠為客戶提供更好的照護。這份工作不僅提升了我的專業能力，也讓我學到了許多寶貴的人生智慧。

展望未來，我希望澳華養老繼續在養老服務領域保持領先地位，



持續創新和提升服務質量。我期待公司能拓展業務，提供更多樣化、個性化的服務，滿足不同老年人群體的需求。同時，希望公司繼續關注員工的成長與發展，打造一個更加溫暖、專業的團隊，讓每位員工都能在這裡找到屬於自己的價值。

見證澳華養老45載－ 我與長者同行的點滴

鍾愛玲 - 西南悉尼長者活動中心主任

自從在二零零七年入職澳華養老，不論兼職或全職，已差不多二十年。起初兩年參與家居護理服務的工作，其後在機構取得撥款於西南悉尼開設長者活動中心，為說中文或越南語的長者提供服務後，我便任職中心活動主任至今。

我的工作主要是為六十五歲或以上的長者在一個關愛和安全的環境下安排長者活動中心的活動。過去的日子讓我更了解他們需要甚麼、關心甚麼和渴望甚麼。護理長者有其挑戰。我看到一些八十多歲的長者在我們的中心學會打麻將，自己也曾教曉一位長者編織圍巾，她隨後更編織圍巾送給家人。我也看到長者自從參與中心活動後的改變：他們的自信加強了，能夠做一些以前從沒有嘗試過的事情，例如製作燈籠、塗顏色、玩選字遊戲和勇於在人前唱歌。長者們很喜歡戶外活動。雖然每當長者永遠離開或健康衰退時，我們都感到難過，但能陪伴他們走最後一段旅程，內心感激不已。澳華養老服務華人社區已踏入第四十五年，衷心盼望我們仍秉持一向以來的卓越服務，在未來提供更佳護理；也在此感謝澳華養老給我服務西南悉尼華裔/越裔長者的機會。



歡迎成為澳華養老義工

您是否希望發揮您的技能和熱情，並獲得有價值的回饋和滿足感？澳華養老義工服務讓您參與社交互動，找到成就感，並且是回饋社會的絕佳途徑。

我們有很多義工角色適合不同的人士參與：您可以選擇在長者活動中心或療養院，陪伴長者聊天或喝茶，透過探訪長者，協助團體活動，如烹飪、藝術、唱歌或玩遊戲，分享您的專業技能，如行政、IT/電腦技能和活動管理。



澳華養老慶祝機構成立45週年，於2025年2月23日在卓士活 (Chatswood, The Concourse) 劇場隆重舉辦「得寵先生」電影慈善籌款放映會，男主角鄭丹瑞先生更親臨現場，與來賓互動且拍照留念。是次活動獲澳洲華人社團、傳媒及善長仁翁鼎力支持，劇場內五百座位座無虛席，笑聲與掌聲不斷，充滿歡樂與感動氣氛。

當日大會司儀Dion and Lindsay闡釋是次電影慈善籌款放映會是為澳華養老Thornleigh新療養院籌款。澳華養老主席雷文潔致辭，感謝社會各界人士45年來一直相伴同行，澳華養老自1980年成立以來，秉持「以人為本，待長者如家人」的理念為長者提供服務。其後，澳華養老董事局成員及管理層上台頒發感謝狀給予是次活動的贊助商：包括黃金贊助 (Goods of Culture世茂文化用品) 及白金贊助 (Newsound Fire Services Pty Ltd & ManTech Industries Pty Ltd)，以及合作伴夥包括澳洲華人公益金、澳華賽馬會、澳洲佛山聯誼總會、更生會、Galaxy Funerals、梨園雅集、澳洲太平洋華人獅子會、萊福珠寶金行、思源堂、慧賢會、同樂集團、2CR澳洲中文廣播電台、2ac澳洲華人電台、澳洲新報、澳華娛樂、看中國等 (排名不分先後)。

電影播放後，獲全場哄動掌聲，兩位司儀邀請男主角鄭丹瑞先生上台，分享拍攝心得。他提到當日早上曾到訪澳

華養老轄下的黃應榮療養院，令他印象深刻難忘。一位94歲院友瑩姨親手刺繡一幅畫作送贈給他，他形容收到這份無價禮物十分感動；更呼籲大家關心身邊的長者，看完電影後，拿起電話致電問候身邊的一位長輩，一個微小問候令世界變得不同，讓大家共同創造一個更和諧的社會。



鄭丹瑞先生到訪黃應榮療養院，甚受歡迎

澳華養老45週年品牌更新 呼籲社區人士參與「銀菊留芳」冠名計劃

為慶祝成立45週年，澳華養老隆重宣布全面進行品牌更新，並推出全新的標誌設計。這一新形象喻意澳華養老從一粒小種子，經過多年努力耕耘開花結果，發展成為燦爛的太陽花，更象徵機構未來業務蒸蒸日上。太陽花同時代表著希望、力量與活力，正如澳華養老一直秉持著關愛長者、創新服務、持續發展的核心理念，為每一位長者創造更愜意的養老護理服務。

除了品牌更新，澳華養老還推出「銀菊留芳」冠名計劃，目的是為位於Thornleigh新療養院進行籌款。素有「澳洲牡丹王」之稱的畫家梁仕釗先生得悉Thornleigh新療養院投入服務，慷慨捐贈88幅以菊花為題的名畫給澳華養老以支持「銀菊留芳」冠名計劃，善長仁翁只要參與是次「銀菊留芳」冠名計劃，不僅可以支持澳華養老的服務，更可以將捐贈者的芳名或所愛親友的名字，永遠刻縷在院舍的牌匾上，代代相傳，流芳百世，留下永恆的紀念。

梁仕釗先生說這88幅畫是他的心血結晶，每幅畫作都配有古代詠菊的詩詞，他表示將畫作捐贈給澳華養老比開畫展更具意義，因為讓更多人可以欣賞，「菊花名種繁多，色彩斑斕，透過觀察大自然的一草一木，以及不同雀鳥、昆蟲，繪形繪影地畫進畫中，令畫作更有層次感。」凡有興趣參與「銀菊留芳」冠名計劃的善長仁翁，可瀏覽澳華養老



網站www.anhf.org.au，選擇你喜愛的名畫，並按照網站指示下載及填寫捐贈表格，員工收到電郵後，會盡快與您聯絡。

歡迎社區人士慷慨解囊，支持這樣有意義的「銀菊留芳」冠名計劃，成為我們的贊助人，監察我們的工作。讓我們同心協力優化華人社區的高齡服務，讓更多有需要的華人長者可安心地在澳洲安享晚年。



洋溢溫情與歡樂的 澳華養老員工年度聯歡晚宴

共創新里程

LET'S REACH FOR THE STARS

2025 Anniversary Dinner



為感謝員工一年的辛勞與付出，澳華養老每年都會舉辦員工聯歡晚宴。今年聯歡晚宴於1月19日（週日）在卓士活同樂軒盛大舉行。當晚，筵開30多席，超過400位嘉賓、董事局成員、管理層及員工歡聚一堂，氣氛熱鬧。澳華養老董事局主席雷文潔及行政總裁鄭賜霞致辭，對員工的辛勤付出表示感謝，並勉勵大家繼續同心協力為長者提供優質服務。



晚宴星光熠熠，除了有「澳洲徐小鳳」之稱的鄭馬美玲演唱經典名曲，帶動全場氣氛外，更有「小調歌后」謝楓晶、謝五哥，以及「情歌王子」Ken的精彩演出。隨後是員工分組表演，平日嚴謹專業的院長、護士及員工都粉墨登場，換上彩色繽紛的舞衣，出盡渾身解數又唱又跳，令台下觀眾捧腹大笑，掌聲雷動，連酒樓侍應也大為側目，笑說沒想到我們的員工和管理層可以如此打成一片，歡樂共融。

當晚最感人的環節，是頒發員工長期服務獎項，服務年資從5年到35年的員工受邀上台領取獎項。獲得管理層的肯定，不僅讓員工深感榮幸，也激勵大家繼續為長者提供無微不至的護理與支援，確保社區華人長者獲得最優質的照顧。



任重道遠 - 作為芳寧療養院(暫名)院長

陳瑤 芳寧療養院(暫名)院長



作為芳寧療養院(暫名)院長，我每天都以關愛和責任貫注院長一職。我主要的職責包括管理員工、為院友安排有意義的活動，確保能貼心地切合個別院友不同的需要。在體會院友們生命色彩的微妙差異時、在欣賞他們個人獨特的心思意念時，也在尊重和關愛中和他們建立關係，心中充滿喜樂。藉著身體力行，我致力啟發員工，鼓勵他們以院友應得的關顧和尊嚴為經緯，服務院友。

在院舍中，院友互相支持的好人好事和員工的服務熱忱時不時深深觸動我。我們協力同心，一起建立一個儼如大家庭的社區。每一個人都是一個不可或缺的角色，同心締造一個溫馨、生趣盎然的環境。

對我來說，作為院長並不止於完成大大小小的職責。院長一職承擔着使命——提升年長院友的生活質素是我向來貫徹實行的信念。

加入澳華養老大家庭之前，我在其他高齡護理院舍曾任職副院長，也曾當過註冊護士。不用工作時，我喜歡和子女一起閱讀。對中國遠古歷史的喜好反映我的信念：前人的睿智能引導我們邁向更光明、更周詳的將來。



澳華養老一對一養老諮詢服務

- 協助您認識「我的養老服務」(My Aged Care) 並申請養老服務
- 解釋申請養老服務的程序及輪候時間
- 幫助您理解「我的養老服務」寄來的英文信件
- 一對一解答您的養老疑難

BURWOOD LIBRARY & COMMUNITY HUB (寶活圖書館)

每月第二個星期二 早上10時至1時

THE CONNECTION, RHODES

隔月第四個星期三 早上10時至1時



(02) 9784 0839

Your Support Takes Us Further

你的支持，讓我們的服务更進一步

PERSONAL DETAILS (個人資料)

Please support ANHF to deliver quality and culturally competent aged care to our community.
請支持澳華療養院基金為社區提供高質素及合符文化的高齡護理服務。

Mr 先生

Mrs 太太

Ms 女士

Miss 小姐

Family Name

First Name

Chinese Name

中文名字

Address

地址

Suburb

地區

Post Code

郵區號碼

Phone

電話號碼

姓氏

名字

DONATION DETAILS (捐款資料)

Donation of \$2 or over is tax deductible. 凡捐款\$2或以上可扣稅。
I would like to make a donation of \$_____.

Payment Type

☐ Electronic Funds Transfer

☐ Please debit this card

TO: Australian Nursing Home Foundation (BSB 082-201, Account No: 580-328-001)

☐ Mastercard

☐ Visa

☐ Other:

Name on Card

Card No.

Expiry Date

Signature

BEQUEST - Leave a Gift in your Will

By leaving a Gift to the ANHF in your Will, you are creating a lasting legacy that will help us continue a thriving and vibrant environment that will enable our elders to age with dignity and grace. If you wish to leave a Gift in your Will, you should seek appropriate legal advice. For more information, you may wish to request further information by tickling the box below.

☐ Please send me details on making a gift to the Foundation in my will. 我希望在遺囑中對基金作出饋贈，請將詳情寄給我。

Please fill in the form and post it to: Australian Nursing Home Foundation (60 Weldon St, Burwood, NSW 2134)
You can also donate securely via our website: <http://anhf.org.au/contact-us/donations>

Thank you for your support. Below are the donations received from **October 2024 to February 2025**
謝謝各位的支持。以下為**2024年10月至2025年2月**期間之捐助人士芳名。

\$100以下	\$500-\$999	\$5000以上
Mrs L Chung Xian Hui Chen Anonymous	Beatrice Wong Ben Chau	Chan Yuen Ping Lina Wong Invocare Australia Siyuan Memorial Hall Yu Wing Leung Stephen & Evelyn KL Tjeuw
\$100-\$499	\$1000-\$4999	EWH Food Services Changdong Zhang Lily Yan Norma Leong Issac Leung Way In Network Ada Cheng Johnny Teong Ettason Pty Ltd Eugenia Lieu
Fay Ma Yan Chen Armando Wong Saarika Kashi Nang Phan Sau Kuen Lee Siew Khim Leow Anonymous	2CR China Radio Network Ai Lin Han Annett Yu Judy Cheung Lee Chu Family Federation Of Australian Shenzhen Community Anthony T Chan Amen Lee Ken So Diana Yee	

澳華養老最新動態

THNH 芳寧療養院 (暫名)



CCPNH 周藻泮療養院



LCACC 錢梁秀容療養院



HYJNH 黃應榮療養院



SWSWC 蘇懷長者活動中心



CSWH 金匙長者康怡天地



SHSWC 沛德長者活動中心

