

Stanley Hunt Seniors Wellness Centre – Friendly Hub for the Elderly

Australian Chinese Daily Weekender 23/3/2019

《1591期》長者資訊

Design : Shirley

像家一般溫暖的活動中心

可能每次到訪沛德活動中心都是午飯時間，才踏進去，都感覺菜香四溢，令人食欲大動，禁不住會走到報告板前查看菜單，看那天煮甚麼好菜，每次都會有驚喜。比如南乳吊燒雞配花生眉頭湯；蕃茄洋葱斑塊配蓮藕鯪魚湯；糖水還有蕃薯糖水或是紫米露等，總是層出不窮，就是自己家裡都煮不出這樣款色繁多的菜色。沛德活動中心主任龔姑娘說：「中心有兩位很好的廚師，她們用心設計不同菜色，煮出來的菜都是色香味俱全，長者都讚不絕口！試過有位長者身體有病，甚麼都不想吃，家人很擔心，後來帶她來到中心，婆婆第一天走進來，聞到飯香，說很有家的感覺，她喜歡吃我們煮的菜，慢慢胃口得以改善，家人都如釋重負！」

位於歐田磨 (Ultimo) 的沛德中心，是專為照顧者而設的活動中心。許多住在悉尼市的華人，工作忙碌，但因要照顧家裡的長者，時常要兩邊奔跑，實在心力交瘁；要是把長者留在家裡，又擔心他們沒有好好吃飯，在家跌倒怎辦？而沛德活動中心的開設，正好切合他們的需要。長者來到中心，既可以認識一班同齡的老友記，有愉快的社交生活；又可以吃到款色多樣的營養午餐，此外，中心還會為他們設計不同活動，讓他們每天都在歡樂的氣氛裡渡過。這樣，照顧者也可以放心地專心上班，發展自己的事業。

從事十多年高齡服務的沛德活動中心主任龔姑娘，曾經歷過很多不同個案，幫助過很多有需要的華人家庭。「曾經有位女兒，因為發現母親患有腦退化症，想好好照顧她，把母親接到家裡住，想不到長者情況反而更差，那位女兒因為照顧母親，太過勞累，自己也患上抑鬱症。後來，她帶母親來到我們活動中心，她母親很喜歡我們這裡，腦退化症狀也有所改善，她自己也鬆了一口氣。她母親最後入住澳華療養院基金屬下的療養院，女兒本來也很擔心母親是否可以適應，但因她母親

在中心習慣也和一班老友記有傾有講，一起吃飯，一起活動，所以很快也適應療養院的生活！」

「我們也曾照顧過一位伯伯，他因為妻子過世後，情緒抑鬱。他九十多歲，以前是個生意人，所以每次來到中心都很友善和朋友打招呼，慢慢建立了友誼，心情也開朗起來，甚至和中心的老友記以兄弟姐妹相稱。可惜，後來他患了肺癌，住進醫院，不能再到我們中心。但他最後的心願就是想我們一起過生日，那天他家人帶他回來，我們為他辦了一個生日派對，和他愉快地渡過九十八歲生日。那一天，我們都很感動！」

沛德活動中心就像一個充滿溫馨幸福的家，正如龔姑娘說：「家最重要是家庭成員，我們每一位同事，每一位義工，都很專業和很有愛心，真心關懷每位長者，陪他們玩，聆聽他們的心事，讓他們晚年，因為有我們的陪伴，更充實，更開心！」



ANHF
澳華療養院基金
Culturally Appropriate Aged Care Since 1980

高齡服務熱線電話: (02) 9784 0838 電郵: cmu@anhf.org.au
網址: www.anhf.org.au