

Stanley Hunt Seniors Wellness Centre – a Home-like Centre

Australian Chinese Daily Weekend Edition 28/3/2020

像家一樣的沛德活動中心

澳洲高齡服務新準則首要強調長者的尊嚴和選擇。因應不同的性格，不同的背景及生活方式，每個人都可以作出不同的抉擇。許多傳統華人長者喜歡與家人同住，三代同堂，樂也融融。但亦有長者享受孤獨，喜歡有更多的私人空間，好像澳華療養院基金屬下的社區房屋住客賢賢，雖然有子有女，但年屆 95 歲高齡的她，卻選擇獨居，也享受獨居。

學習平板電腦看新聞

一頭白髮，溫文爾雅，氣質不凡的賢賢，年青時是教書老師，她說自少因為出身於大家庭，很怕那些複雜的婆媳妯娌關係。早在七十年代，她跟隨兒子移民來澳洲時，兒子知道她的性格，已為她預備了一個自住的單位，但因左鄰右里都是澳洲人，很難溝通，同時她也不想成為兒子經濟上的負擔，於是獨自申請歐田磨的鍾氏街社區房屋。「可以來這裡住，真的像中了獎一樣。這樣環境優美，交通方便，一廳一房，是我自己的小天地。最重要是左鄰右里都是華人，可以有傾有講，家居方面有甚麼需要維修，職員也可以幫助我們。」她說獨居生活很自在，閒時喜歡看報紙，聽收音機。近年她電腦工程師的兒子教她玩電腦，她就更加忙碌。她最愛用平板電腦看新聞：「看報紙都是隔夜新聞，但用平板電腦可以看到即時新聞。只要手上有部電腦，就能知天下事！」

以前生活過得太孤獨

沛德活動中心的主任龔姑娘在社區房屋時常遇到賢賢，誠邀她下來參加活動。「起初我只是抱著嘗試心態去試試，才發覺這裡很多活動很適合長者。我最喜歡來這裡和老友記一起運動，好像坐著耍大極，對我們長者特別好！來到這裡，才發覺自己以前過得太孤獨！這裡可以和一班老友記談天說地，就算是你塞我，我塞你，也是另一番樂趣！」

賢賢說近年身體比較差，因為胃出血幾次進出醫院，

但卻很感謝龔姑娘和沛德活動中心職員對她無微不至的照顧。龔姑娘謙稱大家只是各盡其職，發揮團隊精神：「我們請了一位營養師到賢賢家，教她應該吃甚麼和怎樣吃，而中心同事亦按照營養師的指示，為她預備午餐，因為她要吃流質食物，所以為她特別煮了雞粥，還有加一些營養粉，以及蛋黃和芝士，再放進攪拌機打爛，讓她吃得合適也有足夠的營養！」

賢賢說：「沛德活動中心真像一個大家庭！自從我來到這裡，家人也放心很多，因為若是我有甚麼事情，龔姑娘會立即通知我的子女，我的家人也想藉此機會，讓我特別感謝龔姑娘和她的團隊對我的照顧！」龔姑娘說曾經請來一位藝術治療師來中心教長者做一塊陶瓷，然後合力完成一幅壁畫，那時賢賢做了一間屋，上面寫著沛德活動中心，問賢賢為甚麼會做這樣一間屋，她說：「因為沛德活動中心就像一個大家庭！」而我們就像是他們的家人，陪伴著長者，安渡晚年。今日這幅壁畫仍然掛在歐田磨哈里斯社區中心外，大家路過，不妨欣賞一下這位 95 歲的長者的心意和傑作！



ANHF

AUSTRALIAN NURSING HOME FOUNDATION

澳華療養院基金

Culturally Appropriate Aged Care Since 1980