

# How Do Our Seniors Wellness Centres Operate during the COVID-19 Pandemic

Australian Chinese Daily Weekend Edition 9/5/2020

## 疫情下活動中心 為長者提供甚麼服務？

最近新冠病毒疫情肆虐，為免人群聚集引起社交傳播，澳洲政府亦下令停止所有非必要的活動，澳華療養院基金屬下所有的活動中心亦因此要暫停。但奇怪的是位於歐田磨的沛德活動中心，仍然炊煙四起，中心內工作人員繼續忙碌地工作，他們的服務不是已經停止了嗎？沛德活動中心總主任龔姑娘卻幽默地回答：「現在我們中心正在不正常情況下正常地運作！」

### 因應長者需要增設送餐服務

龔姑娘說疫情開始的時候，許多長者都擔心外出活動，會有感染病毒的風險。他們反而覺得來到中心很安全，因為中心做足防禦措施，如所有進出中心的人都要量體溫，勤洗手等。所以很多原本來中心兩天的長者反而要求多來幾天。長者來到中心可以見到老朋友，可以一起做運動，一起吹水談天，本來是十分開心的。「3月23日那天當收到政府最新消息說活動中心要暫停時，長者們都很不捨，我從來沒有見過他們那麼失望的表情！」後來龔姑娘與長者家人溝通，他們最擔心在疫情下不能為獨居的父母買東西和預備餐飲，希望我們能為長者提供午餐。我們與管理層商討後，決定重開廚房，增設送餐服務，為住在鍾氏街高齡宿舍及附近的長者解決午餐問題。

### 每天視象電話問候長者

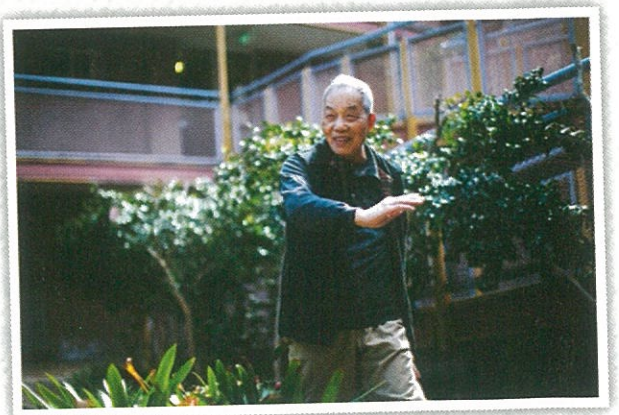
活動中心是暫停了，但服務從沒有停止。工作人員每天回來活動中心，續一打電話給每位長者，問候他們身體的狀況，提醒他們做運動，以及將政府最新的防疫資訊傳遞給他們。龔姑娘說：「現在許多家人都在家工作，所以當我們打電話給長者時，家人亦可以幫忙協助

長者與我們用視象通話，能見到中心姑娘的樣子，他們更加開心！一個電話，能讓長者開心一整天，我們都覺得很值得！」

最近疫情嚴峻，各地確診和死亡數字不斷上升，有時難免影響心情。龔姑娘關心長者精神健康，提醒長者多看多聽一些正面的訊息，好像澳華療養院基金每星期在2cr電台主持的「開心老友記」節目，為長者發放正確資訊和正能量。播出時間逢星期一下午12點半，重播時間逢星期日午下午5點。此外，澳華療養院基金的資訊講座亦會使用微信平台 and 長者見面，時間是5月27日早上10時正，主題是「聯邦家居支援服務及平安錶」，有興趣人士可致電(02)9784 0838報名。

### 防疫小貼士

問龔姑娘有甚麼防疫小貼士可以給我們的長者？龔姑娘說最重要是保持好心情，不要被疫情影響情緒；維持正常生活模式，例如早睡早起，不要因為不能外出就看電視看到半夜三更，影響睡眠質素；每天給家人或朋友通電話，抒發心情，維持正常社交生活；多做運動，增加免疫能力，可以參考沛德活動中心每早11時及下午3時的運動時間。龔姑娘最後提醒長者記緊接種流感疫苗；保足所有防禦措施，自然能在疫情下平安過渡。



· 疫情下鍾氏街的長者仍然天天做運動



ANHF

AUSTRALIAN NURSING HOME FOUNDATION

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](mailto:cmu@anhf.org.au)

網址: [www.anhf.org.au](http://www.anhf.org.au)