

糉香飄送，活動中心為長者送上豐盛午餐

端午節是中國傳統的節日，今年澳洲端午節剛好是英女皇壽辰，多了一天假期可以和家人共聚。身處悉尼的華人長者，雖然看不到龍舟競渡，但一家人吃糉子的傳統習俗仍是不可或缺的。過往端午節前夕，家家戶戶都在浸糯米、洗糉葉和包糉子，除自家吃外，還會互相饋贈送給親友，藉此彼此問候。但年紀大了，要長者去預備包糉子的食材，也會感到十分吃力，要吃糉子，只能到華人超市買回來，味道當然不及自家製的那麼有風味。

長者與職員一起包糉

位於歐田磨的沛德活動中心，為了和長者一起開心熱鬧地過節，一大班職員和義工早已忙碌地洗糉葉和預備包糉子的食材，包括糯米、綠豆、五花腩、冬菇、瑤柱、栗子、蝦米和臘腸等。長者來到中心，清潔雙手後已立即興高彩烈地戴上手套和口罩，手法純熟地包起糉來，證明他們年紀雖然大，但仍然寶刀未老！職員和義工將長者包好的糉拿去焗煮，整個中心即時飄送糉香，剛好趕得及下午茶時間，給長者享用自己親手製騰騰騰的糉子，或是帶回家與親人共享！簡簡單單一隻糉子，讓每個來到沛德活動中心的長者，即使身處海外，仍然可以感受到濃濃的節日氣氛。

為長者預備豐盛午餐過節

為了和長者一起慶祝端午節，沛德活動中心的大廚更特別為長者預備豐盛的午餐，每人都有一個獨立的盤菜，菜式包括有鮑魚、大蝦、冬菇、炸魚和燒味等。看見長者們用筷子夾起大蝦和鮑魚時，臉上都掛著燦爛的笑容，可見他們都很滿意這個節日午餐。沛德活動中心主任龔姑娘說：「沒有疫情前，每年過端午節我們都會聯同幾間活動中心一起到酒

樓吃飯，熱熱鬧鬧地慶祝。這兩年因為疫情關係，為了長者的安全都不能上酒樓，只好在各自的活動中心慶祝。為了讓長者過一個難忘的節日，我們只有在菜色方面下些功夫，預備特別豐盛一些，看見長者們那麼欣賞這個鮑魚小盤菜，我們的廚師和職員都很開心！」

悉尼北區增設活動中心

除了位於歐田磨區的沛德活動中心外，澳華療養院基金還有不同的活動中心，遍佈悉尼各區。為了滿足住在悉尼北區長者的需要，最近更在卓士活 (Chatswood) 和康士比 (Hornsby) 新增長者活動中心，連同之前在伊士活 (Eastwood) 開設的長者康怡天地，讓住在悉尼北區的長者有更多機會相聚。服務對象是居於悉尼北區 65 歲或以上的長者，康士比長者康怡天地是星期一聚會，卓士活長者康怡中心聚會時間是星期二，服務時間由早上 10 時至下午 3 時半。

凡對澳華療養院基金高齡服務有興趣或欲查詢更多有關詳情，請於辦公時間致電：(02) 9784 0838。



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

網址：www.anhf.org.au