

### 我的晚晴心願工作坊 My Farewell Wishes Workshop

本工作坊旨在讓我們在自己仍有能力時，把握機會與至親交流自己對臨終照顧的心願，一一項有意義的討論和意見交流活動。

日期: 6/6/2015，星期六

時間: 廣東話Cantonese 上午 9:00 至 下午12:45

普通話Mandarin 下午1:00至 4:30

地點: Salvation Army Youth Hall

17, Nelson Road Box Hill (有泊車位)

截止報名日期: 1/6/2015 名額: 每場各80名

報名及查詢電話: 維省新生會98989575

### 頌親日 Parents Day

與會員及親友一起歡度母親節, 頌親恩

節目包括遊戲, 表演, 抽獎 及 下午茶點供應

日期: 5月 2日(星期六) 時間: 下午 2:00 至 4:00pm

地點: 67 Mahoneys Rd Forest Hill (沿金寶酒家上行, Forest Hill 商場對面)

費用: 會員 - \$5.00 請在4月28日前致電新生會報名

### 郭林氣功 四週課程 Guolin Qigong 4-week course

老師: 劉彩媚(上海市癌症康復學校郭林氣功課程證書)

五月每星期天10:00am - 12:30pm (4 Sundays in May)

地址: Newport 火車站附近公園(Market Street Reserve, Newport)

費用: \$100(四課) 請在4月28日前致電新生會報名

### 美容治療 Facial treatment :

每月的第一個星期三 為會員做美容治療

地點: 維省新生會會所

請先預約時間 \$25.00



## 60 期目錄

姚太專欄:

參加維省新生會成立十九周年有感

十九歲

別開生面的聖誕節聯歡

有意義的試食 ..... 第二次牛肉試食籌款

新生會義工逐個捉

<維省新生會廿載情>徵文

四月至六月份活動通告

姚沈宛

新生會會員

藍奇

蘭子

Barry

Jennifer

編輯: 黃秀蘭 校對: 張秀志

編審: 姚沈宛

All articles in this issue of Hope do not necessarily represent the views of Chinese Cancer Society of Victoria  
本刊物的文章不代表維省新生會的意見

## 姚太專欄

### Jet So 着數

由廣東話“着數”一詞，衍生出港式英語（或稱中式英語 Chinglish）

“Jetso”，是貪便宜，追求個人利益和好處的意思。

近日與朋友閒談，分享了一個似乎是風趣而實在是令人覺得醜陋的故事。我朋友的顧客對她嚷道：“來澳二十年，你才購置一幢樓房，你失敗啦！時下趨勢是三年置一，六年買兩；房子出租給學生，累積租金，又可繼續供房……”另一位傳媒朋友亦告訴我，“社會大眾只懂得找門路賺錢；至於公義嘛，他們可沒有興趣！”在我們的身邊，出入數款名車或身擁多幢物業收租仍照領失業救濟金的大有人在；有目的的婚姻，「是真是假」無人知道；佛堂「香油」奉獻箱，恐怕變成小擺設；老、中、青每一階層，幾乎各有種種奇謀妙策去爭取 Jetso，甚至自以為好“醒目”、識計算；這些所謂「自我增值」、「出位」的故事遍佈我們身邊。其實，澳洲是一個有社會福利保障的國家：失業有政府資助、退休有養老金、生病有免費醫療、特別困難的人仕有適當的支

援；為何大家要這麼“狠”呢？

嚴格遵守古人「四維八德」的中華傳統美德或許做不周全，但基本的良知、禮貌和社會規範還是要有的。在澳差不多四十年，我目睹華人社區變遷很大；說句老實話，走向時間的後頭可能活得更舒心和清閒。老外一句“Fair Dinkum”（公道）多好，為何我們不好好學習？

話說回來，社會上仍有不少有心人，沒有想過要找 Jetso 卻樂意捐獻金錢或志願投身義務工作、出謀獻策熱心支援各類公益事工，這些都是值得我們推崇和嘉許。維省新生會得到你們的支持，明顯就是一個活生生的好例子。

不期然想起年少時，香港有一首交通安全歌：「慢慢走，勿亂跑，馬路如虎口。交通規則要遵守，安全第一，命長久。」或許有某些人會這樣唱：「快快走，勿慢跑，馬路如財口。社會規則莫遵守，着數(Jetso)第一，利長久。」發達、搵着數是人生的目標嗎？希望聽聽新生會朋友們的心聲，甚麼才是您人生追求的目標？

註：感謝 Kam Lau 給我一點有關廣東話的資料。

## 四月至六月活動通告



圖片來源：<http://www.rbg.vic.gov.au>

### 郊遊Outing 活動

日期 Date : Saturday 11/April/2015(星期六)

時間 Time : 上午 8:45 - 下午 5:00pm 在新生會會所集合及解散

地點 Venue : Cranbourne Botanic Garden /Lysterfield Park

(Corner of Ballarto Road & Botanic Drive, Cranbourne VIC 3977)

請自備午餐，飲品和，公園裡只有小咖啡店。

Lunch in Botanical Garden, please bring your own drinks and lunch. There is only a small café in the Garden.

費用Cost : \$15

名額 No of persons: 只限50人

報名RSVP: CCSV維省新生會 (最遲4月1日回覆, latest reply on 1/4)

報名電話 Tel: 98989575 電郵Email: [enquiry@ccsv.org.au](mailto:enquiry@ccsv.org.au)

是次郊遊由華人慢性病基金贊助This outing is subsidized by Chinese Chronic Illness Foundation

## 維省新生會二十週年紀念特刊徵文

### Articles for CCSV 20th anniversary publication

為紀念成立二十週年，維省新生會將出版全彩色印刷特刊，並於明年二十週年紀念大會(日期未定)上正式發佈  
特公開徵求各類原創文章辭句，以求充實特刊篇幅

#### 圍繞“維省新生會廿載情”，題目內容不限，兼附照片更佳

維省新生會活動的回顧、前瞻、建議、批評、心聲、  
對義工們全心投入和積極委身的肯定、評價、感謝……  
抒情、寫意、憶友、懷舊、勵志、勸勉、關懷、……  
個人或親友抗癌經歷、心路歷程……

#### 體裁方面

長短文章、記敘論述、小品、散文、傳記……  
(橫排正體全彩色印刷，來稿用中文英文、手寫影印、電子文書、  
正體簡體均歡迎)

#### 截稿日期

請在 2015 年 6 月 30 日前將大作寄送維省新生會

如用電子郵件，請用電郵送至：

[enquiry@ccsv.org.au](mailto:enquiry@ccsv.org.au)

(請在信封、電郵或稿件上註明“維省新生會二十週年紀念特刊文稿”)

為什麼不寫出您的親身經歷和心聲……去關懷那些備受癌病困擾、身心疲累的朋友，  
一起陪行、伴走、共樂、分憂……

去鼓勵和振奮那些因關顧患癌親友而心勞體倦的人，  
去撫慰那些正默默忍受着因至愛親友離開而帶來悲痛的同路人。

同時，這也是對自己的鞭策、激勵、自勉和挑戰。

心動不如行動！積極行動，支持回應。

我會會友、義工、職員，若力所能及，懇請儘心竭智，回饋文辭。  
更期盼各位關心維省新生會的朋友不吝賜教，踴躍投稿，惠錫箴言，以資借鏡。

薄備紀念品致送每一位投稿參與者

## 參加維省新生會成立

### 十九周年有感

#### A letter from a member

親愛的姚太，新生會所有的社工、  
義工們、朋友們，您們好！

今天很高興地參加了新生會十九周年的慶祝活動，使我又一次深深感受到新生會給我的關愛。我是一個到澳大利亞定居不到兩年的新移民，在移民到墨爾本生活了八個月後，發現了我的肺癌復發了，因為之前幾年做過兩次手術，這一次不能再做手術治療了，只能吃化療藥。

當時的我很悲觀、失望、很無奈、無助，幸好當時有一位於癌症中心醫院的翻譯員介紹我認識了姚太，認識了新生會。

記得第一次打電話給新生會，熱心的您 - 姚太親自接聽了我的電話，向我介紹了新生會的活動情況；及耐心地安慰我，還根據我居住地區附近，安排了加入南區馮安枝這個組照顧我。

一年多來，我在馮安枝這位同樣熱心腸的女士的關心下，在南區馮安

枝這個組的”同路人”義工的關愛中，幫助我逐步地放開了心情，勇敢地面對疾病。

現病情較穩定，身體和精神都好，每次參加大型新生會活動，同組的馮安枝和朋友們都關心我的交通路途的情況，為我提供方便。每次見到姚太的親力親為，以及為一些大型活動很熱心忙碌的義工和朋友們，每一次都被您們的熱誠關愛所感動。我有病是不幸的，但有幸地得到了新生會的姚太、馮安枝、南區的朋友們關愛，我衷心地感謝您們，感謝關心愛護我的所有新生會的朋友們”同路人”。並祝你們健康、快樂、家庭幸福、開心每一天。希望新生會發揚光大，造福人類，永遠地辦下去。年年有今日！

新生會會員 3/2/2015

## 十九歲 19th Years old

去年歲末，我收到59期『生命之光』，其中姚太專欄就對會員發出參加2015年2月舉辦的新生會19歲生日聚會的邀請。

是日，我懷著一顆感恩的心情，參加這一活動，看見姚太繫著圍裙，親自上陣指揮，與一班義工為節日盛宴，忙的不亦樂乎，又聽到廚房間，鍋、碗、瓢、盆，叮叮咚咚一片作響。其實在我到來之前，已經奏起今日主題曲的第一樂章——迎賓曲。

不少會員提著大包、小包禮物，陸陸續續步入會場，一掃昔日疼痛的陰雲，新朋舊雨互祝生日快樂，問暖問安！是誰人想出的好主意，分別為生、日、快、樂四個字造句，每人說出一句成語，其中必須包含以上四個字中的其中一字。如生生不息、生財有道、生龍活虎.....等等。你一言，我一語，聲浪此起彼落，整個大廳的空氣，都要沸騰了。

到了開飯時候，餐桌上擺滿了各式

清脆甜美的冷盆、香氣撲鼻的雙色燒烤、熱氣騰騰出自葉笑娟之手的葉氏煮鍋、還有外焦裡嫩的法式麵包.....，人人吃得津津有味。席間一個插曲是會所的滑動門改建竣工，正在舉行揭幕儀式呢！這是繼廚房改建後，鄭太的又一善舉。在讚美和鼓掌聲之餘，願人人有生之年，都獻出一點愛，祝好心人，一生平平安安。

當姚太問大家入會時間有多久，五年？八年？十年？十五年？我低頭屈指一算，原來自己已歷十四個年頭，那時是2001年，當年正值丈夫癌病晚期，我的人生跌入低谷，是新生會在困難的條件下，向我伸出援手，陪我渡過難關，帶我由不堪回首、痛失親人的歲月，走出來！

今天坐在這裡，回憶往事，那時新生會連一間相對穩定的辦公室都沒有，從剛剛放映的珍貴歷史照片中，可以見到聚會是在姚太自己家中舉行的。在我記憶中，辦公室多次搬遷，用打一槍，換一地方的游擊戰來形容，一點也不為過。Box Hill新商場 Cole樓上；65 Carrington Road ,Box Hill;175 Springvale Road ,Nunawading；960 Whitehorse Road,Box Hill,都留下新生會的足跡

## 新生會義工逐個捉 Volunteer profile: Jennifer

今期「義工逐個捉」這個專欄介紹一位新進義工 - Jennifer，以下是她的小故事，讓大家認識。

### Jennifer Yip

#### 個人簡歷:

四年前，我從香港來到澳洲。我在澳洲最初的兩年，都不太習慣。兩年來我的手提電腦設定時間仍是香港時間。每當我買東西時，就會很自然地計算兌換成港幣。這時我還沒有駕駛執照，每天返工都要轉乘三架巴士，如此使我更加想念香港，它無論交通，購物，飲食真是很方便！

不過如果是兒童的話，一定很快適應和喜歡澳洲，因為我曾在這裡讀了一個幼兒教育課程，覺得澳洲兒童很幸福，我發覺他們除了有很多空間走動及時常與大自然接觸，還讓兒童透過遊戲中學習，不斷給予支持及鼓勵、從小培養他們積極思考及如何解決問題，他們沒有壓力的成長，擁抱快樂的童年。想像到如果是孩提時來澳洲生活，是多麼

幸福、快樂呀！

**人生目的：**沒有定下人生的目標，希望做好自己的本份。如果有能力幫人，就去幫。

**最喜愛的事：**參與家人和朋的活動。在晴朗的天氣下及清新的空氣中慢步。

**最遺憾的事：**沒有

**為何做義工：**在香港工作時都很想做義工，但當時工作很忙，很難配合時間。數月前參加新生會的一個健康講座，知道帕金森支緩小組招收新義工，因此就加入新生會義工團了

**新生會的工作：**帕金森支緩小組及新生會簿記工作。



施文遠博士講座

## 有意義的試食 Tastepoint Tasting

眾所周知,澳洲人吃牛肉可不少,而最近有一個機構,進行了一個牛肉種類的調查,參予者需要試食八個牛肉樣本,就鬆軟、汁液、味道等評分。其實在墨爾本這類調查,為數相信不少,而今次負責的調查機構,除了整個過程非常有程序外,最重要是有一個很好的意義,就是參予的團體,只要安排 60 人參予,便會獲得 1000 元贊助。

筆者一向支持維省新生會,今次會長姚太振臂一呼,自然挺身而出,首先在去年中,參予了第一次試食,與其他 59 名支持者,順利完成調查,讓新生會可以獲得這一千元贊助。正所謂「好事成雙」,主辦機構滿意維省新生會參予者的積極態度,於是在今年二月第二次參予調查。今次筆者再度應邀(可能因為筆者不時撰寫一些飲食文章),其他大多為新面孔。

總結而言,筆者認為既能為維省新生會籌款,亦有口福外(註:雖然試食的所有牛肉樣本,並非件件高品質,



但其中一個,肉質鬆化而多汁,是上品,只可惜一人一小塊,不能添食),可樂而不為呢!

新生會得了此款項,馬上翻新了大堂的窗戶。據我所知,辦公室的另一對新窗戶是通過在 Bunnings 賣腸仔所籌得的款項款支付的。

眾所周知,維省新生會是一個非牟利組織,目的是支援華裔癌病患者或其家人,一同戰勝癌魔,同時讓公眾更能認識癌病,從而達到預防目的。這樣有意義的試食,筆者樂意支持呢!

張秀志

。直到2005年,經太平洋商貿發展總裁 Alice Wong小姐的牽線,由賴傑雄先生買下現時新生會這個地址的物業,再以每年一澳元像徵式的租金,租予新生會作會址,並取名《拿督賴,福金舍》。(請參看生命之光第24期)



看到她一步一個腳印地走到今天,我為她的成長與壯大,感到無比的高興與自豪。一個19歲,亭亭玉立的少女,站在世人面前,該是多麼令人羨慕與驕傲。



當我還在沉思在蒙太奇一般的新生會時,為19周年簽名與吹臘燭的儀式開始了,姚太和12名與新生會同月生的會員,把蛋糕分給與會者同分享。

大會在Happy Birthday to you的歡樂聲中,圓滿結束。

祝新生會天長地久!  
歲歲平安!  
2015年2月15日

藍奇



## 別開生面 的聖誕節聯歡

去年新生會聖誕節聯歡慶祝活動，在2014年12月13日舉行，一如以往，依舊在Mont Albert Holy Redeemer Hall舉行，到場歡度這個活動的會員及家屬朋友十分踴躍，在偌大的會場內人山人海，歡樂氣氛揚溢。除此之外，姚太推出新遊戲 - ”BingGo” 令新生會這次聖誕聯歡，顯得別開生面。

聖誕節聯歡會是維省新生會每年一度大型慶祝活動，旨意齊集眾多會員能聚首一堂，互相關懷問候，齊來歡天喜地聖誕節。

這日聖誕節聯歡節目多樣化，唱歌及跳舞是常見節目，但每年姚太花點心思，攪攪新玩意，慶祝活動開始，除了互動遊戲，便將“BingGo”賭局化成遊戲，只是一種猜數字遊戲，即帶給大家有煥然一新感覺，在聖誕節聯歡會上人人可以參與，由大會開始可以玩到完結，看誰獲得最終大獎，真是不到最後，是絕對不知結果？有小朋友以為得到高分大獎，但最後竟差些微分而落空。因年紀小，控制力不住情緒，便即時哭

起來，令眾人不知所措，引起小型哄笑。亦是歡樂中一點點綴。

繼續聖誕節聯歡節目還有小提琴演奏，唱頌讚聖誕等，歌聲悠揚悅耳，陪伴著聖誕大餐出爐，令各人開懷大嚼，兼營造濃烈聖誕氣氛。

今年聖誕大餐由 Yvonne 主帥率領青少年義工團及義工們合作辦妥，聖誕大餐豐富，有頭盤：生蔬包和炸雲吞，主餐是雜菜雞腿飯或意粉，甜品：聖誕蛋糕和各式各樣精緻甜品。是由我們的甜姐兒 Kim 的製作，其中我最愛的是聖誕曲奇餅，有小聖誕花和樹，很是可愛，因為食物太豐富，當時已吃不消了，我便帶了兩三塊回家，竟然欣賞了幾天才把它吃掉。

除了聖誕大餐豐富，各界送給新生會的聖誕禮物亦豐富，其中有中達食品滿載的大禮包籃等。都如數送給到來的會員。使新生會會員都獲得豐富聖誕禮物，皆大歡喜。

大家在狂歡熱舞後，至午後三時才曲終人散。

蘭子

## 聖誕節聯歡 圖片剪輯

\*\*\*\*\*



\*\*\*\*\*

会所豐收，大家購買 organic 蔬菜，協助支付水費，數百多元呢。

