

生命之光

HOPE

一份匯集了
癌症患者、其家人及義工們故事的
刊物

A collection of
personal stories and poems of
cancer patients, their carers
and volunteers

歡迎投稿

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

6—9 月 · 目錄

- ◆ 姚太專欄
- ◆ 新生會花絮
- ◆ 園藝義賣籌款
- ◆ 園藝組隊員 feedback
- ◆ 福飯義工團需要你幫手
- ◆ 義工訓練日終於聚會了
- ◆ 通告



Chinese Cancer & Chronic Illness Society of Victoria

維省新生會

A053 T275J A8N 88500558142

Winter has arrived and flu season is in full swing already. I guess all of you feel the chills when you get up in the morning.

We have resumed most of our programs. I'd like to extend my appreciation to those who have complied with COVID-safe regulations to attend our activities. For members who unfortunately were infected with COVID-19, I hope you have recovered from soar throat, nasty cough, and loss of taste.

On another note, I would like to draw your attention to one of our new activities that cater especially for the carers. What we do is we take the carers out somewhere while their family members will stay in our office being looked after by our staff. We have scheduled this activity on the 4th Friday of each month. If any carer is interest-

ed to join us, please let Debbie know.

On a sad note, we have lost a few members in the last few months. I would like to extend my condolences to the bereaved family. Life is futile. So enjoy and make full use of your day.

If you have been to the office lately, you would have met Melody and Kiu, our new social work interns from Chinese University of Hong Kong. They will stay with us until mid August.

Please read on to find out more about "life in CCCIS" in recent months. It will only take you 15 to 20 minutes.

Until we next meet, take care and don't forget to catch up with your vaccinations.

冬天來了，流感季節正如火如荼。我想大家早上起床時都會感到特別冷吧。

新生會現已恢復了大部分的活動。我要向在新冠疫情和流感期間遵守 COVID 安全規定參加我們活動的會員表示深切的謝意。對於不幸被 COVID 感染的會員，我希望您已經從喉嚨發炎、劇烈咳嗽和味覺喪失的症狀中恢復過來。

在此我想提醒大家關於我們特別為照顧者提供的一項新的暫休活動。我們會有工作人員帶照顧者外出，而他們的家人們將會在辦公室內休息，並由我們的員工照顧。這活動安排在每月第四周的星期五，若有任何照顧者有興趣加入我們，請致電辦公室與 Debbie 聯絡。

令人遺憾的是，我們在過去幾個月中失去了幾位會友。我在此向逝者家屬表示哀悼。我們的生命是脆弱的，因此我們更應享受並充分利用人生中的每一天。

如果大家最近去過辦公室，應該會遇到 Melody 和 Kiu，他們是來自香港中文大學的社會工作實習生。他們將和我們一起工作到八月中旬。

希望大家能夠繼續閱讀完本次季刊、了解新生會的近況，這只需您 15 到 20 分鐘。

在我們下次見面之前，望大家保重。請不要忘記接種疫苗哦！

* 新生會花絮

Box Hill 會所入口設新聞

姚太說：有聞啦！想吓可以 driveway 旁邊的地方除去雜草用來種花，例如百合，菊花，芍藥，tulip 等，我們有少少經費可以買多些 potting mix 甚至買一些好看的花盆，使會所更加美觀，兩旁都種植花卉，萬紫千紅，多好看啊！



雲登市多元文化節

週日(5月29日)，新生會參與 Wyndham Multicultural Festival 雲登市多元文化節，在 Stockland Point Cook 舉行，並設攤位宣傳腫瘤篩查、寧養療護等

社區健康資訊及義賣籌款。
Frieda 在多元文化節主力坐鎮，姚太幫手。



Outing Marysville 睇紅葉

今年五月首次出外旅遊行，真是難能可貴。



園藝組員參觀 Garden Show



停車場鐵閘網裝飾了一果 樹，好似蘋果樹嗎？



原來是將舊襪子結束成蘋果形狀，逐一掛上鐵絲網，像似蘋果樹了。

據姚太說：其實這蘋果樹叫做 tribute tree，是用來紀念已逝去的會友。新生會在以往 26 年來，離開了我們的會友，遠超過現在掛上的蘋果襪子數目，如果你有至愛已在天家，你可以做一個蘋果襪子掛上去紀念他/她。

臨別在即 依依不捨 祝君 鵬程萬里

Jennifer 離職，姚太太代表新生會贈送小禮物給她，感謝多年來為會所做 bookkeeping 工作，忠誠服務。



正埋頭苦幹？

Annie 努力在 25 周年的 collage 上寫上新生會的名字，如繡花的樣子，費盡心思，做了整日工作。

園藝團隊在萬年興廣場 參與同路人舉辦春節嘉年華

活動當日，義工們齊集為新生會義賣，園藝團隊整裝出席齊集萬年興廣場，把盆栽、花卉、瓜果等陳列。大獲好評。各式各樣的品種由不同



義工負責，專門推銷。李生是當日導師，向客人講解種植竅門，Candy 擔當盆栽銷售員，其他就分工合作，推銷小盆景及零食



等等....是日收入總額有近\$800，好收穫！

園藝項目由 Bandigo Bank Blackburn South 贊助。

園藝義賣籌款

這日 5 月 14 日園藝隊,在會所停車場舉行義賣籌款,大家把握時機.將種植的盆栽,和蔬菜拿出來義賣.例如有佛手瓜、山藥、牛蒡、馬蹄、甘蔗、香茅、蒜頭等等.....可惜天氣很差,不停下雨.客人不多,但是他們都好有興趣認識種植技巧.



而且一眾園藝隊員都好積極參與,沒有受下雨影響,氣氛好奇的熱鬧哩!



園藝組隊員 Feedback

通過這個活動,不但樣我們認識更多園藝“橋妙”對我來說是“開心藥”!從不喜歡種植到喜愛是不簡單,在過程中獲得不少心得,我們的新手中得大家互相分享交換經驗真幸福。特別多謝李生,“達人”提供多方面指導.Kim姐的細心提醒.好暖心.在這活動中團隊精神亦好重要.眼見大家齊心合力,真是無得彈.如安排淋水照顧每棵小生命,在太陽猛烈又怎樣處理等等.

第一次義買中也獲得到好多經驗如怎麼搬運,怎樣定價,怎麼包裝,如跟客人又怎樣溝通種植等等,當然統籌主腦“多腦菲”是最大推動力!多謝大家指導獲益良多!

Candy Law

園藝組使我增加很多種植的知識和看着瓜菜由慢慢成長至收成這過程中給我很多樂趣非常感謝!

Tang Yau Fong

Kin Szeto

我本身很喜歡種花，由其是玫瑰花是我最愛。自從參加了園藝組，我學會了很多種植知識和見到平時難得見的菜和瓜、我很感謝園藝團隊的隊友。教識我很多不同的種植的方法。

Mandy

在新生會當義工多年,每每看見栽種在會所前後園的瓜果都非常茂盛,並結出纍纍的果實,實在令我非常羨慕呢!我自己一向很喜歡種植花草,但就是不太懂方法!今次加入了園藝組,每次開會我都會拿來一大堆在種植上遇上的問題向組員請教,很多謝各組員願意分享各自的種植心得,聽他們的實踐經驗實在令我茅塞頓開呢!現在我在選購新植物時,第一時間就是查看它是否容易繁殖,將來可否分株給新生會的會友!現在天天看見用心栽種的植物茁壯成長,開花結果,那開心的心情實在不能言喻啊!多謝各組員無私地把自己的各種植物寶寶分享給我們,為我們帶來了更多生活的樂趣。

Mackie

关于园艺心得我都像 Angie 一样是以前種过蔬菜,很勤力的每天早上没吃早飧就去后园巡視我的大小植物,看瓜瓜果果有没有虫害呀,除了杂草给些肥料,做

See Wong

我们从前生活在都市的人没有种植机会,感谢新生会给予学习机会,丰富人生,谢

Angie

新冠疫情期間,生活好像与世格絕,人都变得懶惰。自從加入园艺組後,把种植的興趣重新发展,現在真的生活精彩。每日检查植物的生長進度,淋水,加肥,捉虫,除杂草,一邊研究,一邊學習,其樂无窮!

“多腦菲”

我都有你的同感以前我雖然種一些蔬菜，但從沒有這麼勤力、用心。現在每天早上起來第一件事就是去巡視我的小植物，包括發了的菜苗、分了的小盆栽，菜地的瓜瓜，真是樂融融，其他新生会的工作可以等待，我現在想只做園丁，不做會長，可以有多些時間陶醉於泥土裏。

.Angela Fung

谢谢姚太加我入园艺组，在这里，需然没有其他组员作出，那么多贡献，可自己却获益良多……人生学无止境，活到老学到老，一点都没有错。谢谢李先生，送来淮山及教导种植方法。上星期六在园艺义卖场所，更认识到雪莲果，再次感谢李先生李太太！工作慢慢摸摸的我，需然还没有及时把雪莲果的种下种子，但雪莲果，已经被俩老夫妻吃去一半了，非常好吃。希望大家不断努力，增加生產，下次的義賣會必定更加成功。祝各位好朋友身体健康。

Lai Lin

I also benefit a lot of knowledge of plants and herbs from this group. I have added a few new plants to my vege patch and achieve a good harvest. Thanks to all members who are willing to share their knowledge and skill.



薪生会的淮山

福飯義工團需要你幫手

新生會新增「福飯送溫暖」服務後，好評不少，提供給需要福飯人數逐漸有增多無減少，廚房幫工人力需求就更大。呼籲大家參加福飯義工，服務社群。

新生會的義工團隊將烹飪好的家常飯菜，送到有需要人士的家。近期不斷接到要求者電話，提供送飯服務。所以姚太急召呼籲煮飯義工回會所煮飯菜。

一般都是姚太做買辦工作，先購買肉類和蔬菜回到會所，大廚是李太、張太及垂開等人分工做洗切菜工作；大家合作愉快，由早上十時起至下午三時便完成，煮成福飯菜一般有多款菜色，色香味俱全：例如有紅燒牛腩配菜、土豆炒強配菜、蔬菜炒米粉、紅燒肉腐竹配菜、烤雞配雜菜和齋素菜等，有炆排骨及炆雞配雜菜、豬肉并菜底、紫菜抄蛋菜底、炒素菜，和蒸魚菜底等等.....分配裝成每個飯盒。每次一共做好

70-100 盒，大家合作愉快完成。煮好飯菜均陸續送給有需要人士，或是放入冰箱待命送出。

其他廚師如 Kim、Steven、Feby 則在家中自己動手。我們一併將愛心送上。

很歡迎你加入福飯團隊！



義工訓練日終於聚會了

25/6(六) 下午 12.30-3.00 舉行義工訓練日,包括午餐和「一人一盆栽」活動,

2022 年度第一次義工訓練日受流感和 Covid 大流行影響被迫改期. 由 5 月 28 日延伸至 6 月 25 日終於成功舉行,簽名出席者有 20 人,但是真實出現者有 18 人,已經是大多數可以出席了。這一個月內,不少義工陸續感染流感或 Covid. 他們需要隔離及充分休息下,是阻礙訂立開會日期的主因。

召開義工訓練日目的

姚太有感慨嘆說: “那疫情及感冒把我們攪到氹氹轉了,不過我們還是要聯繫着,有一部份義工我定期見到他們(例如福飯團隊、園藝團隊)但有一部份我很少見到的。所以我覺得我們 6 月一定要 meeting 及共聚午餐,了解各義工的工作興趣及 commitment。畢竟新生會是一個靠義工力量的團體,我們的服務都倚賴你們的貢獻和幫忙,所以我很想知道大家來年度的去向,好讓我計劃新生會的服務項目,需要義工人數。新生會每年主要在 6 月和 12 月舉行兩次義工訓練與聚會,故希望大家參與。”





Moon party

3/9/2022

詳情另行公佈

Chinese Cancer & Chronic Illness Society of Victoria
維省新生會
A Volunteer Based Community

履·解



對象：經歷哀傷的同路人
日期：7月14日（週四）
時間：下午2:00 - 4:00
集合地點：維省新生會
費用：全免
查詢/報名：0481 535 784
阿橋（實習社工）
截止報名日期：7月11日（週一）

活動簡介：
「履」是步履、走路的意思。
「履·解」希望能夠連繫經歷哀傷的同路人，透過隨意的步履活動
真摯地彼此認識、傾談、聆聽、理解和支持。

活動內容：
1. 到博士山公園散步
2. 回到中心享用茶點
3. 制作紀念小手工（請帶備一對舊襪作為素材）

Chinese Cancer & Chronic Illness Society of Victoria
維省新生會
A Volunteer Based Community

蔬菜交換活動



鑑於近日蔬菜價格飆升，是次活動希望街坊互助互利，既環保又更省錢地獲取種類豐富的蔬菜；街坊之間也可以互相認識，交流種菜心得。

活動詳情：
日期：9 Jul 2022 星期六
時間：9:30am-1pm
地點：維省新生會
784 Station Street, Box Hill North
查詢：(03) 9898 9575
交換單位：蔬菜種類不限
每一捆菜價值約\$5 舉例如有兩捆約\$5菜，可換兩次



**** 另有低價盆栽出售 ****



Wellbeing day 快樂時光
6/8/2022
Nunawading Community Hub
詳情另行公佈