

启思季讯

第6期 | 2025年2月14日



CASS三大里程碑庆祝午宴 第4页

【老有所伴】社区探访计划庆祝十周年纪念 第6页

2024年度社员大会圆满结束 第4页

颁赠家乡食谱大奖 第13页

2024年CASS的卓越成就

蛇年快乐！在2025年的开首，我们满怀喜悦地回顾2024年的辉煌成就。这些成就的取得，离不开每一位成员的共同努力和辛勤付出。点击下方链接，一同重温那些令我们倍感欣慰的难忘时刻与精彩亮点吧！



2月，我社甘纳早教中心（垦思）和高龄颐养院荣获2024年AIIP代际计划（幼儿）奖，我们对此感到无比自豪。

2月，我社获州长「卓越非牟利企业奖」，这也是我们继2021年后再次获此殊荣。在同一活动中，我社常务副主席兼秘书彭广明先生获颁「终身社区服务奖」。这也是他在2024年获得的第二个荣誉奖项，此前他在澳大利亚国庆节获得了澳洲勋位勋章。



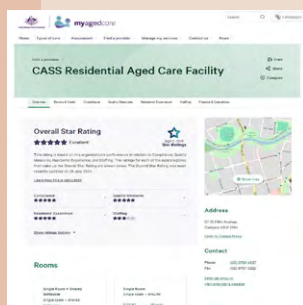
5月，我们自豪地宣布我社第二所颐养院（CASS爱斯贵高龄颐养院）及名为Quartz House的退休公寓落成，其设有97间有独立卫浴的单人套房及11套独立退休公寓及社区活动会堂，为长者们提供安全温馨的居住环境，使他们能够安享晚年并获得高质量的护理。



6月，很荣幸我社的家庭日托服务在新州澳大利亚儿童保育联盟举办的新州幼教行业颁奖典礼上荣获「对家庭在儿童早期教育和保育福利上做出重大贡献」的奖项。



8月，我社位于垦思的高龄颐养院在政府的星级评级计划中成绩突出，被评为五星级服务院舍。在联邦政府重新制定了行业的服务质量标准的背景下，这一认可尤为重要。



9月，我们很荣幸在「2024非牟利机构卓越奖」（2024 Third Sector Awards）中获得了「可持续发展领导奖」和「多元文化及包容奖」这两个类别的奖项。在同一活动中，我社创社主席暨义务执行董事潘南弘先生荣获了「年度执行官」大奖。



展望未来，我们将继续努力，为社区中有需要的人提供服务。

我的义工工作与社区服务之旅

— 来自副主席兼财政章钊先生的寄语

很荣幸能向本期《启思季讯》的读者致以热情的问候，并分享我的义工工作与社区服务之旅的一些经历。我出生于中国浙江省绍兴市，2008年来到澳洲留学，这点燃了我对义工工作与社区服务的热情。我定居于南澳的阿德莱德，与我的叔叔一起生活。他是一名敬业的社工，他坚定帮助他人的承诺成为了我的灯塔。在他的指导下，我开始参与一些虽微小却富有影响力的服务行动，这也塑造了我终身回馈社会的信念。

在阿德莱德的弗林德斯大学完成商业学士学位后，我于2012年搬到悉尼继续深造，并在麦考瑞大学获得了金融硕士学位。2013年，我开始了我的房地产职业生涯。目前，我担任一家大型房地产公司的董事总经理/首席执行官。尽管该行业充满挑战，但我发现自己对义工服务曾带给我的目标感和满足感充满渴望。这种渴望引领我加入了CASS，在这里，我重新发现了社区服务的乐趣。

我在CASS的早期工作包括开车接送长者到活动中心，并与他们一起参与各种活动，如打麻将、唱歌和跳舞。这些看似简单的互动时刻带来了无尽的欢乐，不仅仅是对他们，也对我自己。这也



让我从日常生活的压力中得到了美好的释放。随着深入的参与，我很荣幸于2014年被选为CASS董事局的候补董事。2016年，我担任副主席兼财政一职，肩负着巨大的责任和自豪感。从那时起，我始终致力于提升CASS对社区的影响力和贡献。

澳大利亚的信任、平等和对多样性的尊重，深刻地影响了我的人生观。通过在CASS的工作，我努力保护文化遗产，促进社会和谐，并为所有人创造一个包容的环境。义工工作也让我学会了处事不惊，保持沉着与冷静，并认识到了集体协作所蕴含的变革力量。我希望我的经历能够激励他人，尤其是年轻一代，去发现从回馈社会中获得深刻的快乐与意义。



1 我社庆祝社区服务的三大里程碑

2024年12月5日，我社在Orion Function Centre举办庆祝午宴，回顾了我在社区服务发展历程中的三大里程碑：定居服务30周年、家居高龄服务25周年，以及开创《垦丁》专栏15周年。

这些成就彰显了我们持续致力于提升社区支持与福祉的承诺。本次活动一共有超过110位嘉宾参与，其中包括：联邦内政及移民部长Tony Burke议员，以及联邦影子通讯部长David Coleman议员等。我们邀请了文化视角集团常务董事Pino Migliorino AM为主题演讲嘉宾与大家分享了他对于我社积极参与奉献社区工作的独特见解。

点击后文连结观看视频，了解[CASS定居服务30周年详情](#)，以及[家居高龄服务](#)的工作成果。



2 我社成功举办2024年度社员大会

2024年11月24日，我社在垦思总部礼堂及在线成功举办了第43届年度社员大会。会议由主席李超浩教授主持，重点回顾了我社在2023/2024财年取得的主要成就，包括社会服务与幼儿教育奖项、爱斯贵高龄颐养院投入运营，以及为多元文化社区提供定居服务。会议圆满结束，成功选出了新一届董事局及监事局成员。我们衷心祝愿董事局在新的一年里带领我社取得成功，迈向光明未来。点击[这里](#)了解更多关于我社年度社员大会的信息。



3 Stephanie Di Pasqua 议员 参观我社总部

2024年11月1日，新州Drummoyne选区州议员Stephanie Di Pasqua女士参观我社。她受到了我社董事局成员和高级管理团队的热情接待，并参观了总部设施，包括毗邻的垦思高龄颐养院和甘纳早教中心（垦思）。

在会面中，Stephanie Di Pasqua议员向我社赠送了一份新州议会议事录的摘录，其中记录了她于2024年10月18日在新州议会的发言，称赞我社是一家享有盛誉的社区组织，为各年龄段群体提供高质量服务。同时，她还高度认可我社董事局、员工和义工在促进社区福祉方面作出的宝贵贡献。



4 我社健康信息博览会与 越南裔长者服务博览会

2024年10月16日，我社联合多家机构在好市围娱乐中心举办了"健康信息博览会"，吸引了约200名参与者。活动由佐治河市议会（Georges River Council）场地租赁资助计划和Club Rivers-ClubGRANTS资助，内容包括防跌讲座、健康检查，以及由多家机构（如悉尼东南部区域卫生服务处、圣佐治医院和更生会）提供的信息展位活动。

2024年10月30日，由2024 年肯特伯利宾士镇 ClubGRANTS 计划资助，我社在Canterbury League Club举办了大型的越裔社区高龄服务博览会，越南裔背景的长者欢聚一堂，逾250名社区人士出席，增进了多元文化社区的联系。这天的活动，旨在汇聚说越南语的长者，帮助他们了解可用的支持服务，庆祝他们的传统文化，并让他们与当天各摊位组织互动。活动成功促进了社区归属感和文化融合，帮助大家寻找适合自己的相关服务，获得了积极的回馈。



5 我社代表与新州工业安全厅长 Sophie Cotsis议员会面

2024年10月9日，新州工业安全厅长兼肯特伯利选区州议员Sophie Cotsis携其团队，与我社董事局成员及高级管理团队会面，讨论了关键的社区问题，并分享了我社近期工作的进展。Sophie Cotsis议员对我社发展心理健康服务的努力表达了重要支持，并承诺将继续协助我社争取更多州政府的资金支持。

在会面中，Sophie Cotsis议员向我社赠送了一份特别礼物——新州议会议事录的摘录，内容记录了她在2024年9月的议会发言。发言中，她高度赞扬了我社义工杨桂珍女士31年来的非凡服务贡献。此外，杨女士还在我社印尼活动组举办的中秋庆祝活动中，获Sophie Cotsis议员颁发了新州政府社区服务奖（NSW Government Community Service Award），以表彰她无私的付出与卓越的奉献。



6 2024年年终员工派对

2024年11月29日和12月13日，我社在柔姿喜凤台中餐厅举办了两场盛大的年终派对。这两次活动吸引了众多员工、董事局成员及其家人参与，大家欢聚一堂，沉浸在浓厚的节日氛围中，共同创造了难忘的回忆。

点击[这里](#)查看活动亮点。



7 黄汉昌先生荣休晚宴

2024年11月22日，我社举办了一场温馨的晚宴，祝贺策略支持总经理黄汉昌（Ivan Wong）荣休之喜，并预祝他荣休之后以董事局成员的新身份开启人生新篇章。

当晚充满了深情的感激、欢声笑语和珍贵的回忆，展现了黄汉昌近30年来对我社的奉献精神。超过70位嘉宾，包括董事局成员和来自不同部门的同事齐聚一堂，共同庆祝他非凡的成就。

我社对黄汉昌先生的远见卓识和坚定承诺致以最深切的感谢，并期待他在董事局的新角色中继续作出贡献。



8 与「老有所伴」社区探访计划（ACVVS）义工共同庆祝十周年纪念

「老有所伴」社区探访计划（ACVVS）的前身为社区探访者计划（CVS），由澳大利亚政府于30多年前设立，旨在支持社交隔离的长者。该社区项目将义工与面对着语言障碍、地理隔离或身体残疾等挑战的长者联系起来，并通过定期的探访以提供陪伴和关怀。

作为该计划的优秀合作伙伴，我社义工十年来一直为来自多元文化背景的长者传递温暖与友谊。

点击[这里](#)观看记录我社义工服务温馨时刻的视频。



9 祝贺「老有所伴」社区探访计划义工获得2024年Banks 地区年度义工奖

2024年10月29日，我们敬业的义工赵健萍（Sasa）荣获2024年Banks地区年度义工奖。颁奖典礼在Olds Park Sports Club举行，联邦议员David Coleman及联邦参议员Jane Hume亲自向她颁发奖状，表彰她多年来奉献时间和爱心陪伴社区长者，带给他们快乐和温暖。

赵健萍经常走访探望当地颐养院的华裔长者，为他们提供急需的帮助和真挚的陪伴，展现了她的奉献精神。她无私的努力产生了深远的影响，赢得了社区长者们的敬佩与感激。



10 我社四名义工荣获2024年圣佐治社区奖

我社四位杰出的义工因其卓越的服务在2024年圣佐治社区奖颁奖典礼上获得表彰，颁奖典礼于2024年11月29日在Mortdale RSL举行，奖项由新州Oatley选区州议员Mark Coure颁发。

获奖者包括：

- 华康高龄组（星期五）副组长赖景良（Richard Kin Leung Lai）；
- 华康高龄组（星期四）的82岁义工吕文藻（Antony Wenzao Lu）；
- 圣佐治活动组组长张舜娴（Melody Shun Han Cheung）；
- 我社「诉心事」心理健康热线的义工陈林凯霞（Taris Chan）。

我们为他们的宝贵贡献喝彩，他们的努力体现了真正的义工精神，强化了社区互助的连结。



11 我社高层拜访联邦议员陈莎莉（Sally Sitou）和联邦总理助理部长Patrick Gorman议员

2024年10月29日，由我社主席李超浩教授领导的代表团在联邦议员陈莎莉（Sally Sitou）的选区办公室与她及联邦总理助理部长 Patrick Gorman 议员进行会面。我社团队向 Patrick Gorman 议员介绍了我们广泛的服务及成绩，助理部长对我社基于社区的重大影响给予了高度评价。会谈还重点探讨了澳洲在多元社区中服务中所存在的一些问题和差距，Patrick Gorman 议员和陈莎莉议员也表示，将在今后的政策中加以改善，造福社会。



1. 家居高龄服务部 (HAS)

保持稳健，保持健康——防止跌倒讲座

2024年11月25日，防止跌倒讲座在墨尔本的Mount Waverley青年社区中心成功举办，共有60多位长者参加了研讨会。我社代表和合作伙伴向参与者介绍了我社的服务和墨尔本的家居高龄服务。一位职业治疗师分享了关于家庭改造和防止跌倒的策略。一位物理治疗师演示了如何利用弹力带进行平衡训练以降低跌倒风险，并鼓励参与者一起练习。一位教练还介绍了有助于增强平衡能力的太极动作，参与者积极跟随学习。讲座收获了广泛而热烈的好评。



2. 残障服务部 (DS)



为多元文化残疾人士举办健康与福祉讲座



2024年11月28日，我社残障服务团队在Burwood RSL俱乐部举办了“多元文化残疾人士健康与福祉讲座”。共有60多位与会者参加，包括来自多元文化背景的残疾人士及其家属、照护者、健康专业人士以及我社员工。健康与福祉专家提供了有关国家残疾保险计划（NDIS）的资讯，还教导了急救包的使用和预防窒息的方法。「好朋友合唱团」和我社残障服务日间活动中心的参与者带来了舞蹈表演。抽奖活动中，两位幸运者赢得了电动轮椅。本次活动成功汇聚了来自不同文化背景的残疾人士、照护者和家庭成员，并收获了参与者的积极回馈。

3. 人力资源管理部 (HRM)



2024年11月，人力资源管理团队为具有管理职能的高层员工提供了“工作场所心理健康培训”，重点是支援团队福祉并开发心理健康策略和技能，以创建心理健康的工作环境。

此前，人力资源管理部团队还组织了一系列培训以促进积极的工作环境，包括为全体员工提供的职场性骚扰培训以及为高层员工和招聘主管举办的面试技巧培训，以提升招聘技术。这些努力体现了我社对持续改进和维护包容性工作环境的积极推进。

4. 定居及健康服务部 (SAHS)



儿童祖父母/照顾者支持讲座

2024年10月29日，我部门与Burwood图书馆合作，在图书馆举办了儿童祖父母/照顾者支持讲座，共有18名讲中文的移民家庭参与了资讯分享会，学习育儿技巧和儿童发展知识。活动由定居及健康服务的社工和来自我社的认证顾问曲韵女士主持。所有参与者都积极参与了互动活动，提升了育儿技能，并加深了与当地社区的联系。



反家庭暴力 (DFV) 步行活动

2024年11月27日，通过与Hornsby市议会合作，我社定居及健康服务部的社工参与了由Hornsby & Ku-ring-gai议会组织的反家庭暴力步行活动，以宣导解决针对女性的暴力问题，并向当地居民推广我社的定居服务。



新移民福利与服务及圣诞庆祝活动

2024年12月13日，在Parramatta市社区基金的支援下，我部门与基督教圣公会圣约翰堂、澳大利亚服务机构及我社家居高龄服务部合作，为新移民举办了福利与服务资讯会及圣诞庆祝活动。共有70多位移民参加，了解社区支援服务并提前庆祝圣诞节。参与者认为这些资讯对自身很有帮助，并给予了积极支持。



5. 就业及培训服务部 (EATS)

2025年2月初，我社与Breakthru学院合作，在Hornsby和Campsie提供“三级护理证书课程”。该课程旨在培养学生为长者和残疾人提供支援的基本技能。完成课程后，毕业生将获得国家认可的资格，从而开启护理职业生涯。



Breakthru COLLEGE

CHC33021 Certificate III in Individual Support

Start Date: Thursday 8 February 2025
Delivery Method: Face-to-face
Duration: 6 Months

Breakthru College has partnered with CASS to deliver this accredited course, specifically designed for adult migrants. CASS is a not-for-profit community service provider that supports students with enrolment, work placement, and potential employment opportunities.

Improve your chances for long-term employment in a supportive learning environment, and learn how to support ageing people and people with a disability by completing this nationally recognised qualification.

Limited fee-free places are now available for eligible students, so make sure you get in touch today before you miss out.

Interested? Contact CASS today!
P (02) 9789 4587

Key benefits:

Course details

Date and time: Every Thursday and Friday 9:00am - 3:00pm

Location: Level 3, Suite 3.05, 20 George Street Hornsby, NSW, 2077

Job prospects

This course will provide you with the skills needed to work as a:

- Support worker
- Community services worker
- Individual support worker

Course fee

Fees for this course may vary, depending on your eligibility for the NSW 'Smart and Silver' funding.

Work placement

Work placement is an element of this qualification. Eligible students may have the opportunity to complete their placement with CASS.

Learn from industry experts

Join us and learn from industry experts with decades of experience in the disability and aged care sectors.

Interested?

Contact CASS for enquiries and enrolment.

P (02) 9789 4587

6. 多元文化社区服务发展部 (MCSD)

长者数码派对

2024年11月11日，在Ryde市议会的资助下，我社多元文化社区服务发展部的韩语团队在Ryde社区服务中心成功举办了长者数码派对。活动分两场，共有60名韩裔和华裔长者参加。活动提供了多语言教育材料、趣味活动以及精心策划的内容，包括ChatGPT体验、智慧手机功能介绍和数位游戏。参与者回馈积极，对未来类似有意义和有趣的活动表现出浓厚兴趣。



Marrickville烛光工作坊

2024年12月19日，我社多元文化社区服务发展部的越南团队在Marrickville的Herb Greedy Hall成功举办了烛光工作坊，吸引了23位参与者。这次节日活动包括蜡烛制作和节日主题手工艺等互动环节，激发了参与者的创意并增强了社区归属感。活动还设有轻松的茶点、节日装饰以及欢快的卡拉OK环节。参与者带着自己手工制作的蜡烛结束了工作坊，收获了成就感和美好的回忆。



CASS-IWINA老年护理与机构提供者讲座

2024年12月1日，我社多元文化社区服务发展部的印尼团队与澳大利亚伊斯兰妇女网络组织（IWINA）合作，圆满完成了为期三场的老年护理与机构提供者讲座，共有144名参与者参加。讲座活动收获颇丰，重点介绍了Care Finder服务和长者护理服务并提供了宝贵见解，大家纷纷展现了参与我社服务与培训的强烈兴趣，同时为未来合作带来了令人期待的可能性。



7. 中文学校

我社中文学校致力于激发学生对汉语言与文化的热情。课程内容涵盖拼音、简体中文和普通话，并与新南威尔士州教育部的课程标准保持一致。学校提供沉浸式学习体验，校区分布在Campsie、Hurstville、Kogarah、Connells Point以及Sydney Technical High School。新学期将于2025年2月开始，现已开放招生。员工子女可享受学费半价优惠！

报名详情请联系郑先生（0414 896 701或bosco_chang@cass.org.au）。



8. 活动推广

CASS 喜迎新春参与农历新年庆典

2025年2月1日及2日，CASS团队亮相悉尼三大精彩纷呈的农历新年庆典，参与了佐治河市政府在好市围（Hurstville）举办的“农历新年嘉年华”、Willoughby市政府在车士活（Chatswood）举办的“新春庆典日”，以及宝活（Burwood）“蛇年嘉年华”，与广大社区居民共迎新春佳节。

在每个活动现场，团队精心布置的资讯摊位吸引了众多来宾驻足咨询，展示了CASS提供的多种服务，与社区建立了更紧密的联系。我们向当地居民派发丰富的宣传资料、精美的小礼品以及寓意吉祥的红包。许多民众对我们的家居高龄和高龄护理院舍服务表现出浓厚兴趣，同时也有多位热心人士希望加入CASS义工队伍，共同为当地社区贡献力量。



CASS全揭秘，你可能不知道的那些事

专访创社主席暨现任义务执行董事潘南弘先生
CASS 标志设计背后的故事

撰写者：推广部推广协调员 Circle Leong



Circle: Henry您好，非常感谢您接受我的采访。您是CASS的创社主席，并在1981年至2006年间担任主席长达25年，对CASS非常熟悉。我很想知道CASS的标志是何时诞生的，您能和我详细讲讲这个故事吗？

Henry: 当然可以。1980年1月，我们成立了一个筹备委员会，目的是为华人社区建立一家托儿中心，因为主流社会的托管名额非常有限。1981年3月8日，这个机构正式成立，名为「雪梨华人民众暨儿童服务社」。当时，服务社董事局努力争取政府的资助。然而，由于机构成立时间较短，政府对它没有信心，因此资金申请的进展并不乐观。

尽管没有得到政府的财政资助，董事局决定仍要履行向社区提供服务的立社宗旨。因此，自发成立转介中心，并向华人社区提供简单的、类似于组织「日间家庭托儿服务」（日托）。日托服务持续了几个月，取得了良好的效果和口碑。

相关政府部门对这一举措非常赞赏，因此鼓励我们再次申请资助。那时，我作为主席，意识到需要一封正式的信函，而该类信函需带有标志的信头。那时，我已有对标志的构思，于是我向董事局提出了这个标志的想法。他们一致同意采用这个方案。最终，我们提交了政府的资助申请表，并收到了积极的回应。

Circle: Henry，是什么启发您设计了CASS的标志？

Henry: 刚才我提过，CASS 的前身名称是「雪梨华人民众暨儿童服务社」，英文是「Sydney Chinese Child Care and Community Co-operative Society Ltd」。你知道哪两个字母出现得最频繁吗？

Circle: 「S」和「C」，我说的对吗？

Henry (笑): 说得对！我将字母「C」和「S」都放进了我们设计的标志，你看到了吗？

Circle: 是的，我看见了。「C」字母位于标志的周边，而「S」字母则位于「C」字母内部。

Henry: 正确！「C」代表社区，意味着我们致力于服务社区。而「C」内部是带有民族风格图案的粗体字母「S」。「S」代表社会。我使用粗体字母是为了突出 CASS 的坚实基础。

Circle: 这非常的有意思！

Henry: 那你还在标志中看到了什么？

Circle: 我看到两个成人和两个孩子，看起来像是一个家庭。

Henry: 你说得对。它象征着一个家庭，因为 CASS 是为了提供儿童托管服务而成立的。当然，现在 CASS 提供了各种社区服务，服务于多元文化社区。

Circle: Henry，感谢您抽出时间与我们分享 CASS 标志背后的设计故事。



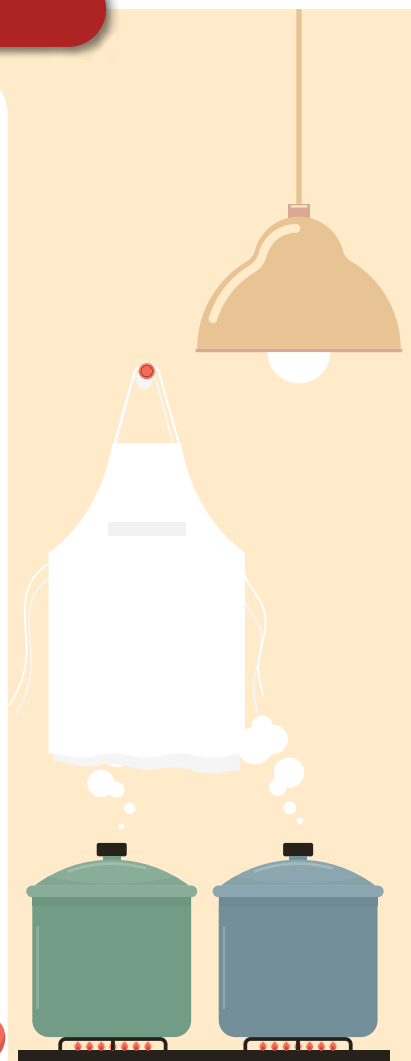
庆祝宋宏敏的烹饪创意！

我们欣喜地宣布，我社才华横溢的伙伴——来自推广部的宋宏敏女士，因在过去的启思季讯中的杰出贡献荣获一张30澳币的礼品卡！她用心烹制的家常美味备受读者喜爱，迅速赢得了大家的青睐。

宏敏以创意与热情，慷慨分享烹饪秘诀，深深激励了我们每一个人。她的贡献让我们再次感受到美食的魅力。它不仅能将人们紧密相连，还能带来满满的幸福与喜悦。

尽管我们分享家常食谱的系列即将结束，但这并不是终点，而是展示新创意与激情的全新起点！

祝贺你，宏敏！感谢你与我们分享你的烹饪魔法，你的食谱为我们的社区增添了特别的风味！



来自在职员工的心得分享

大家好，我是陈晓翠，目前在我社位于墨思区的高龄颐养院担任护士助理。我于2015年2月9日，颐养院开业当天就加入了CASS，从那时起便致力于通过休闲活动和物理治疗支持来改善长者们的生活。

我对高龄护理服务的热情源于我在另一家高龄颐养院的义工服务经历。当时我注意到许多住户没有得到足够的关注。为了改变这种状况，我在新南威尔士州技术与继续教育学院获得了个人护理三级证书，并加入了CASS，为这些住户提供了他们应得的关爱。

这些年来，我与长者们建立了深厚的感情。一位长者把我当作女儿看待，当他的女儿称呼我为“姐妹”时，我也感受到自己成为了他们家庭的一部分。后来，他的妻子也搬进了我社的高龄颐养院。另一位长者因身体原因长期卧床，无法与远在他乡的儿子见面，通过我协助安排的定期视频通话，她找到了极大的快乐。

掌握上海话等方言在弥合文化差异方面发挥了重要作用。与长者们一同分享欢笑、讲述故事，甚至相互学习语言，不仅拉近了彼此的距离，也为我们带来了无尽的欢乐。对我而言，照顾长者不仅是一份工作，更是一种用心去尊重他们的人生、为他们带来温暖与安慰的使命。



与陈晓翠一样有令人兴奋的心得分享吗？我们期待听到你的故事！
请联系郭先生投稿，邮箱地址：brian_guo@cass.org.au