



# Newsletter (2024)

壹月  
月刊



## 蔚凱 官方認證 權威養老機構

關愛 / 相望 / 守護  
最專業的華人居家養老



### CONTENTS

### 本期要聞

- A1** 卷首寄語  
CEO Molly致辭：蔚凱2024  
歡迎新老朋友，展望美好未來
- A2** 蔚凱新鮮事  
貳月活動概覽
- A3** 蔚凱本月回顧  
壹月大事件&活動回顧
- A4** 蔚凱風采  
壹月員工風采
- A5** 蔚凱健康指南  
趕緊收藏！警惕細菌性食物中毒



蔚凱 WeCare Wellness



Happy New Year



## 蔚凱CEO Molly 新春致辭

皓月當空暉，龍躍萬象飛。蔚凱2024全新起航！為了讓更多人深入了解蔚凱並親身體驗我們的服務，我很榮幸地宣布，2024年蔚凱首期月報（Newsletter）正式推出！從此，每月我們都將發布月報，不僅回顧當月的重點活動和大事件，介紹即將到來的活動，還將展示員工風采並分享健康科普知識。

對於我們的老朋友而言，蔚凱月報是一座橋梁，幫助您回顧我們共同度過的美好時光，並了解未來活動的安排，以便提前預約參與。對於新朋友，這份月刊將成為全面了解蔚凱的窗口。通過它，您可以獲得蔚凱當月的所有最新信息，深入了解我們的企業文化，並希望您了解我們之後，能加入這個溫暖的大家庭。

作為澳洲政府認證的持牌居家養老機構，蔚凱在悉尼擁有超過300名專業團隊成員，包括澳洲註冊護士、護理員、個案經理、理療師、營養師、職業治療師、中醫師、足療師等，提供全年齡段、全領域、全方位、全周期的健康照護服務。

我們的服務範圍涵蓋居家養老套餐、NDIS殘障服務、護理人才培訓及中介服務等，致力於為客戶提供一站式、全程、高定製化的專業照護。

2024年，蔚凱將與更多社會組織合作，開展豐富多彩的活動。我們將與澳大利亞書協合作，讓更多長者領略中華文化的魅力；組織新的出遊活動，讓長者欣賞澳洲的自然美景和文化風情；同時，我們的長者活動中心也將全面升級，每周推出不同主題的活動，旨在科普健康知識，幫助長者結識同齡好友，豐富他們在澳洲的黃金歲月。

最後，我們衷心祝願每位朋友在新的一年龍騰虎躍，龍馬精神！



# WeCare (2024) Activity Center *February*

長者  
活動  
中心

貳  
月

周日	周一	周二	周三	周四	周五	周六
28	29	30	31	1 包春節 五彩餃子 	2 北小年 	3 南小年 
4  立春	5	6	7	8 健康消費者 諮詢會議 蔚凱春節 聯歡會 	9 蔚凱春節 賀禮派送 除夕 	10 春節 2024 
11	12	13	14 情人節 	15 看春晚回放 元宵節包元宵 	16	17
18	19 雨水 	20	21	22 照顧者福利 專家講座 猜燈謎 迎元宵節 	23	24 元宵節 
25	26	27	28	29 養生課 養生操 保健操 	1	2





## / 蔚凱新風向 / 2024長者活動中心全新起航

在2024甲辰龍年，蔚凱長者活動中心全新升級，帶來充滿活力的新篇章。去年，我們的活動中心成為了歡聲笑語的匯聚地，見證了無數美好瞬間。從手工藝到音樂分享，從節日慶祝到安全教育，每一項活動都充滿了長者們對生活的熱愛和創造力。

今年，蔚凱特別策劃了更多元化的活動，包括出遊、健康講座、文化課程和運動健身，旨在為長者帶來更豐富、更多彩的生活體驗。我們的每一項活動都經過精心設計，確保安全和樂趣並重，提升長者的生活品質。誠邀您加入我們的大家庭，共同享受這段美好時光。



## / 蔚凱大事件 / 蔚凱攜澳洲書協為蔚凱長者送新春祝福

蔚凱攜手澳大利亞書協送來新春喜訊！我們不僅榮獲第七屆中國書畫春晚澳大利亞會場的冠名贊助，還將為長者帶來豐富的書協合作文化活動。書畫春晚不僅展示中國書畫的古典魅力，還是海外華人共慶佳節的溫馨聚會。

自2017年以來，晚會已成為華人社區的年度盛事。2024年，蔚凱將推出一系列書畫與書法專項活動，讓長者深入體驗中華文化的獨特魅力。加入我們，共同探索中華美學的深度與廣度，感受文化交流的溫暖與精彩！

2024年1月18日，為了更好優化公司框架，便於開展行業相關的業務，我們成立了WeCare Wellness Group pty Ltd，成立集團更加方便中控公司對於不同子公司的管理，資源整合和優化以便於給客戶提供更優質和順暢的服務。

18 JAN  
2024

WeCare  
Wellness Group pty Ltd  
蔚凱居家服務集團成立



### 掃碼關注我們， 了解蔚凱更多資訊





### 運營總監 - Jason

運營部門總監 Jason 先生持有護理學士學位的註冊護士，他擁有澳大利亞知名私立醫院手術室的豐富工作經驗。在他的領導下，蔚凱的運營團隊精通將臨床專業知識與護理技能的融合，有效運用電子排班和管理系統。他們的工作流程包括員工的電子打卡、提交服務記錄以及客戶簽名確認，確保服務的及時性、準確性和高質量。

Jason 先生的專業背景和領導能力，為蔚凱提供了卓越的運營管理，保障了客戶服務的高標準。



### 首席執行官 - Molly

蔚凱首席執行官 Molly 女士憑借她在新南威爾士大學獲得的健康管理碩士學位和超過 20 年的國際註冊護士經驗，致力於領導蔚凱集團不斷學習和創新，確保為客戶提供最先進、安全且全面的護理服務。作為護理領域的佼佼者，她的職業生涯跨越多國，且專注於急癥和老年護理。

Molly 女士不僅在臨床護理領域擁有深厚的專業背景，還在管理方面有著豐富經驗。她曾擔任註冊護士、大學導師、臨床帶教老師，並是 NDIS 註冊殘障機構的聯合創始人。

### 培訓經理 - Sinjon

培訓部門總監 Sinjon 先生是一位精通醫院、老年護理和家庭護理等多個領域的註冊護士。他不僅擁有豐富的臨床經驗，還領導一個跨學科的培訓團隊，致力於為蔚凱的護理人員提供全面而精確的培訓。蔚凱的培訓團隊專注於為有志於加入護理行業的人士提供個性化的職業指導和證書考試培訓。

在蔚凱，每位學員將接受理論與實踐結合的專業教學，同時我們還提供豐富的實習和工作機會，為學員們的職業生涯開啟無限可能。





**【健康指南】****趕緊收藏！警惕  
細菌性食物中毒****高警惕 高關注 早預防****什麼是「細菌性食物中毒」**

細菌性食物中毒是一種常見的健康威脅，尤其在春季和夏季更為普遍。這種類型的食物中毒與季節密切相關，原因在於春夏季節氣溫升高，為微生物的生長和繁殖提供了理想的環境，從而增加了細菌性食物中毒的風險。讓我們一起了解細菌性食物中毒的一些重要信息，以提高對這一健康問題的認識。

細菌性食物中毒是一種普遍的健康問題，通常發生在人們食用了含有大量細菌或受細菌毒素污染的食物後。這種食物中毒是最常見的類型之一，其典型癥狀包括發燒、發熱、腹瀉、惡心和嘔吐。

這種食物中毒的原因通常是食物受到致病細菌的污染，這些細菌在適宜的條件下會迅速繁殖並產生毒素。如果在食用這些食物之前沒有進行充分的加熱處理，就可能無法有效殺死這些細菌或破壞它們產生的毒素，從而導致食物中毒。因此，為了預防細菌性食物中毒，建議避免食用生冷的食物，並確保食物烹飪得當。

**細菌性食物中毒的主要特點**

1. 明顯的季節性：這種食物中毒在特定季節更為常見，尤其是春季和夏季。在不同地區，發生的高峰期可能有所不同。例如，在澳洲，細菌性食物中毒的高發期通常是從9月持續到次年的2月。
2. 特定的食品類型：引起細菌性食物中毒的食品通常包括肉類、魚類、奶製品和蛋類等動物性食品。除此之外，一些發酵食品，如米飯、糯米和面食類，也可能成為細菌性食物中毒的來源。
3. 易感人群：抵抗力較低的人群，如病弱者、老人和兒童，更容易受到細菌性食物中毒的影響。此

外，那些腸胃功能較弱的人也更易感染。儘管這類食物中毒通常不會造成嚴重的傷害，但仍需引起足夠的重視和預防。

為了有效預防細菌性食物中毒，我們可以採取以下幾種防護措施：

1. 勤洗手：細菌在自然界中廣泛存在，並可通過多種途徑傳播。因此，飯前務必用肥皂仔細洗淨雙手，以減少食物中毒的風險。
2. 避免食用生食：不要食用生或半生的海鮮、肉類，也不要飲用未經淨化或煮沸的水。生肉、乳製品、蛋類和蔬菜等可能攜帶各種細菌，但通過充分的加熱烹飪，可以消滅大部分細菌。
3. 生熟食品分開處理：在食品加工過程中，要確保食物和工具得到適當的消毒處理，避免生熟食品混放或使用同一菜板和菜刀，以防生食品上的致病菌污染那些直接食用的食品。
4. 不吃變質的水果：即使將水果爛掉的部分削去，剩餘部分也可能已被細菌污染。為避免食物中毒，應避免食用任何爛掉或變質的水果。
5. 保持廚房衛生：廚房中的餐具、刀具和砧板在高溫環境下極易滋生細菌。建議每隔三至四天用開水煮沸這些用具，以消除潛在的細菌威脅，保障健康。

最後，重要的一點提醒：如果在日常生活中，用餐後出現任何不適癥狀，比如惡心、嘔吐、腹瀉或發燒等，一定要及時就醫。這些癥狀可能是食物中毒的跡象，及時的醫療幹預是非常關鍵的。保持警惕，註意身體變化，並在必要時尋求專業醫療幫助，是維護健康的重要步驟。

