



# Newsletter (2024)

叁月  
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 蔚凱叁月大事件

---

- A2 蔚凱新鮮事  
四月活動概覽

---

- A3 蔚凱本月回顧  
叁月出游記及活動回顧

---

- A4 蔚凱風采  
叁月員工風采

---

- A5 蔚凱健康科普  
口腔護理及預防



蔚凱 WeCare Wellness



## 蔚凱第貳辦公室 及長者活動中心 正式啟用

我們非常高興地宣布，蔚凱在好市圍區的第貳辦公室本月正式開始運營！這一新的裡程碑象征著蔚凱的持續成長和擴展，展現了我們對提供優質服務和增強社區參與的承諾。第貳辦公室的位置優越，與原辦公大樓僅有不超過1分鐘的步行路程，並且提供了更寬敞舒適的環境。這不僅意味著我們的工作團隊能在更好的環境中服務社區，更重要的是，第貳辦公室擁有足夠大的空間，可以容納更多的長者參與我們每周舉辦的活動中心活動。這為我們組織更多樣化、更復雜的活動提供了可能，從而豐富了長者們的社交生活和精神文化生活。

第貳辦公室的投入使用不僅標志著蔚凱業務的進一步發展，也反映了我們對未來服務質量提升的期待和承諾。我們期待在新的工作環境中，能夠為每一位長者提供更加周到、細致的服務，帶來更多的驚喜和滿足。我們也在在北區積極尋找合適的辦公樓和長者活動中心，以方便公司為北區的客戶提供更便捷的服務。蔚凱始終致力於成為長者和家庭信賴的伙伴，我們相信，第貳辦公室的啟用將使我們更接近這一目標。未來，蔚凱將繼續探索和創新，不斷提升服務質量，以實際行動回饋社區，讓每一位長者都能享受到高質量的養老服務和豐富多彩的生活。



WECARE WELLNESS

# ITAC 2024 CONFERENCE

蔚凱CEO Molly女士和培訓經理Sinjon參加了在昆士蘭州黃金海岸舉行的2024 ITAC Conference，這是一個專注於老年和社區護理領域的創新與技術的重要會議。本次會議的主題“提升老年和社區護理水平並激發創新”凸顯了ACIITC對提高護理質量和鼓勵該領域技術進步的承諾。

會議中，Molly女士整理了幾個關鍵的心得和觀察：

1. 基於價值的護理（VBC）：哥倫比亞大學的Gregory Alexandra教授介紹了全球健康老齡化生態系統，並提出了“基於價值的護理”這一新概念。這種模式強調的是按服務質量收費，即消費者根據服務的績效支付費用，這預示著未來老年護理中將更加注重服務質量和結果。

2. 數據共享和互操作性：會議中大多數發言者都強調了數據共享和互操作性的重要性。提出單一評估提案的目的是減少不同評估團隊重復提問的情況，但這對跨學科護理提出了挑戰。數據標準化被認為是一種可能的解決方案，通過使用通用語言和提高數據效率來支持培訓、分析、決策支持、信息交換等。然而，關於如何在共享數據的同時保護供應商利益的問題，會議並未給出明確的答案。

3. 數字化成熟度：數字化轉型在老年護理領域是一個共同面臨的挑戰，包括組織文化、員工教育和資金支持等方面。Baptistcare的首席IT官Daniel分享的數字化成熟度轉型之旅，為參會者提供了一線希望。儘管數字化成熟度的提升之路還很漫長，但期待未來能夠找到更多的解決方案。

蔚凱作為一個不斷學習和進步的團隊，致力於跟隨國家政策的步伐，為長者帶來更多的新資訊和新體驗。通過參加這樣的會議，蔚凱展現了其對提升服務質量和採納行業最新趨勢的堅定承諾，未來將繼續探索和實施創新解決方案，以更好地服務於長者社區。



# WeCare(2024) Activity Center

# April

长者  
活动中心

肆  
月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	1 <b>愚人节</b> 	2	3	4  <b>清明节</b>  手机摄影技巧分享会	5	6
7	8 岗前培训 工作健康安全和 实际操作培训 	9  护工工作职责范围及相关法律法规强化培训	10  急救培训	11 关爱长者讲座 之老年痴呆的 预防与护理 	12	13
14	15	16	17	18 出游啦~  花香伴午茶 Berowra山间轮渡 漫游至Saddles 古典咖啡园	19 <b>谷雨</b> 	20
21	22 <b>地球日</b> 	23	24 澳书协毛 笔字老年 学习班 	25  <b>ANZAC DAY</b>	26	27
28	29 蔚凯 CRM培训日 	30  蔚凯 员工月度 培训	1	2	3	4



/ 蔚凱有活動 /  
蔚凱新州長者節活動

作為澳大利亞政府認可的居家養老機構，我們在新州長者節這一年度盛事中通過策劃和參與多樣化的活動，如專題講座和照顧者福利研討會，展現了其對長者深切的關懷。特別是“長者節專題——積極心態的力量”活動，旨在通過心靈成長和積極社交的引導，顯著提升長者的生活質量。蔚凱的優勢不僅體現在為長者提供豐富的活動和教育資源上，還通過提供早茶、豐盛午餐和娛樂活動，確保每位參與的長者都能感受到家的溫暖和社區的關懷。活動結束後，我們為每一位長者都準備了用心獨特的禮物。這些細致入微的安排，讓蔚凱在眾多養老機構中脫穎而出，成為長者和他們家庭信賴的品牌。通過持續的努力和創新，蔚凱不斷提升服務質量，致力於讓更多的長者享受到高質量的生活，體現了其在長者福祉領域的領導地位和深遠影響。

/ 蔚凱有活動 /  
蔚凱與澳大利亞書法、書畫協會展開深入合作

蔚凱在三月為澳書協長者會員舉辦了專題講座，深入介紹澳洲養老制度及居家養老服務的優勢，特別強調對華人長者的重要性。講座內容包括澳洲養老服務體系解析、居家養老服務的申請要求和流程，以及如何享受相關福利。活動後，蔚凱提供一對一諮詢服務，確保長者能夠順利申請並享受服務。通過此次活動，蔚凱不僅傳遞了養老知識，還通過早茶和午餐增進了與長者的互動，展現了其對提升長者生活質量的承諾。蔚凱將繼續為長者提供更多有益且充滿樂趣的活動和服務，致力於讓他們的晚年生活更加充實和美好。



掃碼關注我們，  
了解蔚凱更多資訊

/ 蔚凱大事件 /  
蔚凱與Motio Health合作

為了讓更多的長者了解蔚凱，擴大我們的知名度，並充分利用我們作為一個政府許可且認證的居家養老公司的優勢，我們已經與Motio Health達成了合作關係。通過這樣的合作，雙方將共同宣布蔚凱的活動和新福利，以此來吸引更多長者的注意和興趣。蔚凱的廣告與宣傳冊將會在三家主要Medical Center循環播放，分別是：Healthpac Medical Center 康平醫療診所；Hurstville Medical Practice 柏寧診所；Qualitas Hurstville City Medical Center。這三家Medical Center都是在悉尼華人心中鼎鼎有名的代表，也是表現蔚凱影響力進一步受到大眾認可的表現。

/ 蔚凱出游記 /  
蔚凱出游正式起航-禪寺海岸行

本月，蔚凱首次出游活動拉開帷幕。我們帶領長者前往南天寺和Kiama小鎮，享受自然美景與人文氛圍。此次旅程由經驗豐富且持有急救證書和三級證書的領隊們帶領，確保了每位長者的安全與舒適。

活動一早開始，長者們興奮地集結，穿戴蔚凱定制旅行帽，登上旅游車。途中，領隊組織了多項活動，營造了歡樂的氛圍。首站南天寺，長者們享用了美味的齋飯，體驗了佛教文化的獨特魅力。接著，團隊前往Kiama小鎮，參觀了標誌性的Kiama燈塔和噴水洞，享受了小鎮的寧靜與美麗。返程中，蔚凱為長者們準備了茶點和飲料，緩解了一天的疲勞。此次出游不僅讓長者們深刻體驗了澳大利亞的自然與文化，還增進了彼此間的友誼，收獲了美好的回憶。



## 三月優秀員工 Belinda

蔚凱作為悉尼最專業的華人居家養老機構，深知優秀的護理人員是提供高質量養老服務的關鍵。我們非常自豪地擁有像Belinda女士這樣的護工，她不僅以熱情和認真的工作態度贏得了長者們的愛和尊敬，更以她的細致入微的照護，為每一位需要關愛的長者帶去了溫暖和陽光。Belinda女士的故事，是蔚凱護理團隊精神的生動體現，她的行為不僅提升了長者的生活質量，也為長者家庭帶來了極大的安心和支持。

我們收到的一封感謝信，來自一位長者的女兒，她深情表達了對Belinda女士的感激之情。因為女兒工作繁忙，她需要一位既體貼又專業的護工來照顧她的母親。Belinda女士不僅出色地完成了這一任務，還通過持續的溝通和關愛，讓這位長者的的心情大為改善，生活變得更加陽光和開朗。長者的女兒表示，Belinda就像家人一樣，讓她能夠安心工作，知道母親在Belinda的照顧下幸福快樂。

蔚凱致力於護工的高素質發展，我們的護工團隊不僅技能全面、認真負責，更在蔚凱的培訓和教育下積累了豐富的實踐經驗，能夠成熟地應對工作中的各種情況。我們不斷加強對護工的專業培訓，旨在豐富他們的職業技能，拓寬他們的職業道路，同時確保每一位接受蔚凱員工照護的長者都能享受到最佳的服務體驗。

蔚凱的使命是通過提供專業、貼心的服務，讓每一位長者都能感受到家的溫暖和社會的關懷。我們相信，通過我們團隊的共同努力和不懈追求，能夠為長者和他們的家庭創造更多的幸福和滿意。



## 【健康科普】口腔護理及預防

口臭，這個讓人尷尬的小問題，可能會影響到我們的社交生活，甚至自信心。早晨醒來的怪味、吃完飯後的異味，讓人不敢輕易開口。但別擔心，通過了解口臭的類型和相應的解決方法，我們可以有效地應對這個問題。

### >>> 口臭的兩種類型

生理性口臭：通常發生在醒來或飯後，是因為口干或食物殘渣造成的，屬於正常現象。

病理性口臭：如果口臭持續存在，即使刷牙後也無法消除，那就需要警惕是否與以下疾病相關：

肝火旺盛：伴有情緒波動、失眠等症狀。

胃火過盛：可能導致口干、口渴、牙齦出血等。

腸道問題：如便秘，影響腸道健康，導致口臭。

口腔疾病：如齲齒、牙周炎等，是口臭的常見原因。

### >>> 解決口臭的有效方法

調整飲食：減少辛辣、油膩食物的攝入，增加水果蔬菜，幫助清理腸道。

保持口腔衛生：每日刷牙2次，餐後漱口，定期使用牙線清理牙縫。

改善生活習慣：保持規律的作息時間，避免熬夜，減少肝臟負擔。

喝茶：茶葉中的成分可以幫助抑制口臭，茶香也能暫時遮掩口臭。

- 及時就醫：如果口臭問題持續，應及時尋求專業醫生的幫助，尤其是口腔健康問題。



### 特別提示

- 肝火旺盛：可以嘗試用菊花、蒲公英等泡水喝，幫助降低肝火。
- 胃火問題：蒲公英根茶是個不錯的選擇，既能清胃火，又不傷胃氣。
- 腸道堵塞：多攝取膳食纖維，如水果蔬菜，使用蜂蜜水幫助潤腸。
- 口臭雖然是個小問題，但正確對待和積極解決，可以讓我們的的生活更加自信和愉快。記住，保持良好的生活習慣和口腔衛生是預防和解決口臭問題的關鍵。

