

# living

## STRONGER

CHUNG WAH COMMUNITY & AGED CARE NEWSLETTER

ISSUE #40  
2021



**A YEAR OF  
THE BEAUTIFUL  
GOLDEN ERA**

ENG P.08 | 中文 P.26 | VIỆT P.44

**EVERGREEN  
COLLEGE - PATH TO  
REABLEMENT**

ENG P.12 | 中文 P.30 | VIỆT P.48

**ROLL CALL  
TO OUR NDIS  
PARTICIPANTS**

ENG P.16 | 中文 P.34 | VIỆT P.52



## Message from CEO

It's time we as a community started challenging the assumption that we get less beautiful and vibrant as we age. This year, we have embarked on our "Golden Era" theme, a bold vision to instil the concept of beauty through our centre-based activities, shred away old fashion notion of ageing, and empower our seniors to live a beautiful life. One could be mistaken by thinking this all sound a little cliché, so let's be clear here: our vision doesn't limit to the external beauty "ageing glamorously", but a special brand of beauty you can only earn by living a meaningful and fulfilling life.

At Chung Wah CAC, we have a shared sentiment that people are truly remarkable and beautiful! Each individual is filled with their unique characteristics, ancestry and cultural background, life experiences, aspirations... the list goes on. But as we age, many seniors tend to take these things for granted, neglecting the notion for self-care and often struggled to see themselves in a positive light.

To set our seniors on this beautiful journey, we want everyone to see what we see in our community, that they are beautiful and full of potential. A version of our seniors through our lens, literally. We all know the saying "a picture tells a thousand words", and in order to demonstrate their individual's beauty, our team and our talented volunteer photographer at Chung Wah CAC have organised to capture our seniors through a series of photographic portraiture.

It was no small feat where over 300 of our consumers have chosen to participate in the photography sessions across both community hubs. Our volunteer photographer shot over few thousand photos and carefully preparing each portrait to perfection. The result was truly breathtaking where each image froze a beautiful moment of our seniors, depicting their timeless beauty, love and generosity. Each photo was then printed and presented in a frame where I had the absolute pleasure in presenting them to the individuals over seven separate Christmas celebrations. These presentations were met with a heart-warming response, a collective sense of appreciation with many joyful tears as our seniors finally share our point of view and begin to see themselves in a more positive light.

While true beauty is much more than skin deep, my team and I are fuelled with excitement for the many upcoming "Golden Era" activities, a time to unlock the best possible version of yourself. We don't believe that you have to wear or not wear certain things just because you're at certain ages. Everyone has the right to design their lives according to their preferences, and you should have some fun along the way. So, let's kick off this Chinese New Year, the Year of the Ox your journey into the "Golden Era" and we wish you a lifetime of beauty – 終生美麗.

Theresa Kwok JP  
Chief Executive Officer (CEO)

# contents

— ISSUE NO.40 2021



Chung Wah Community & Aged Care  
**HEAD OFFICE**  
1/98 Lake St, Northbridge



Chung Wah Community & Aged Care  
**NORTHBRIDGE COMMUNITY HUB**  
2/98 Lake St, Northbridge



Chung Wah Community & Aged Care  
**BALCATT A HUB**  
18 Radalj Place, Balcatta



Chung Wah Community & Aged Care  
**WILLETTON HUB**  
58 Burrendah Boulevard, Willetton

**Message from CEO** **02**

**Our Community** **08**  
Journey into the beautiful "Golden Era"

**Evergreen College** **12**  
Path to Reablement

**Disability Care & Support** **16**  
Roll Out Services for NDIS Participants

**中文** **20**

**Tiếng Việt** **38**



**Living Stronger** is a quarterly newsletter published by Chung Wah Community & Aged Care (CAC). We're a not-for-profit organisation striving to provide the highest standard of services and enriching the quality of life for the aged and disabled community, particularly for people from culturally and linguistically diverse (CALD) backgrounds.

The Chung Wah Association

Community & Aged Care

中华社区与长者服务 | Hội Chung Wah Chăm sóc Cộng đồng & cao niên

Ph | 08 9328 3988  
Em | enquiry@chungwahcac.org.au



follow us:

**chungwahcac**

| [www.chungwahcac.org.au](http://www.chungwahcac.org.au)

# LATEST CHUNG WAH CAC ACHIEVEMENTS IN NUMBERS



## +25%

Increased to 100 CAC staff and support workers



## +12.5%

Grown to 900 consumers and NDIS participants

# 554,660 km

Travelled to deliver services to our consumers



# 6,600 hrs

Spent by CAC volunteers to help our community

# 21 Languages

Spoken by CAC staff, support workers and volunteers



# 2,000+ hrs

Professional training delivered to our staff and support workers in 2020













OUR COMMUNITY

# JOURNEY INTO THE BEAUTIFUL "GOLDEN ERA"

The 2021 Chung Wah CAC's theme entitled "The Golden Era" was announced during the 'Christmas Week' special celebrations held in our Balcatta and Willetton community hubs. Our CEO, Mrs Theresa Kwok, sent her best wishes to all consumers for a festive season and surprised them with secret gifts - consumers' portraits. Special thanks to William, our volunteer photographer, these portraits captured the consumers' precious moments and highlighted their timeless beauty.





It's time to take better care of yourselves and reward yourselves with nice clothes every season.

Mrs Theresa Kwok – CEO of Chung Wah CAC



While many people may consider physical beauty trivial, the striking portraits mirrored our consumers' inner beauties, including wisdom, kindness, personality, trustfulness, passion for life and so on. These qualities of beauty show that age is truly just a number. Topped the list is the gorgeous 'beauty of sacrifice'. In Asian culture, the elderly often takes responsibilities for looking after their families along their life course. These portraits touched the hearts of our consumers and soothed their souls in our events. We have received enormous positive feedback from our consumers, particularly those living with dementia. The power of images has rekindled their deep memories and gave them a sense of peace and joy.

The portraits have 'waken up' our consumers' passion for life and facilitated them to pursue their beauties. To set our feet on the "Golden Era" journey, Mrs Kwok appealed to our consumers to take better care of themselves, rewarding themselves with nice clothes every season, and aspiring their inner beauties to move forward.

Moreover, beauty often reflects one's self-confidence and self-respect, which are the key factors facilitating his or her dignity and a healthier lifestyle filled with free choices, positive communications, and social inclusion. At Chung Wah CAC, we instil these factors into our community hubs' daily activities, which act as a social platform to empower our consumers to build new friendships and





connectedness. Moreover, our staff and support workers are providing necessary assistance to assist them in maintaining their independence. Our consumers are subject to having full control over their lives and free to choose to participate in the hub activities based on their interests and abilities. We at CAC pledge to help our consumers rediscover their best self and celebrate their Golden Era in a supportive and mutually respectful environment. Together, let's build a 'better community for all.'



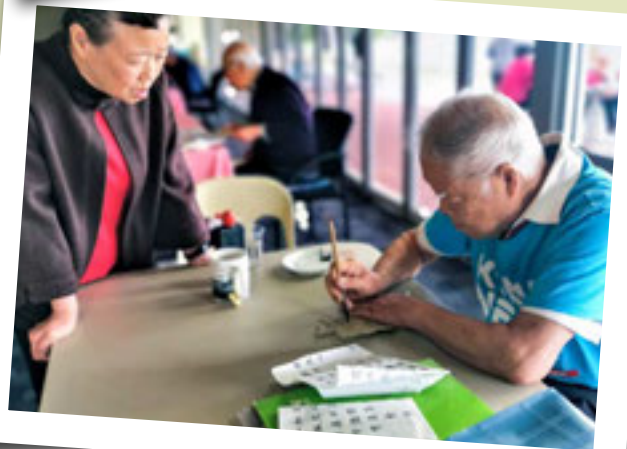
EVERGREEN COLLEGE

# PATH TO REABLEMENT



While many people consider ageing a natural course in life where their physical and mental declines are accelerated, inevitable and irreversible. Chung Wah CAC opts to challenge such belief and advocate the concept of reablement in which we firmly believe that certain exercises and activities can help older people maintain and even regain their coordination, strength, cognition, and balance. CAC integrates reablement in our goal-oriented educational program that has shown significant benefits for older people and re-established their daily living skills and community connections.

Our Evergreen College is such an educational program comprising various interest-based classes and excursion activities that motivate our consumers to pursue their reablement. Indeed, the daily activities in our Balcatta and Willetton community hubs are structured around the Evergreen College's programs which are led and facilitated by our well-trained staff, support workers and volunteers. These programs are open to all our consumers, who can choose to participate in various classes based on their interests and abilities.



Evergreen College classes comprise an extensive curriculum of hands-on activities inspired by various topics and culturally responsive teaching methods based on the 'five elements of education' advocated by Mr Yuanpei Cai (1868-1940), the Peking University's former president who is an influential educationalist in modern Chinese education. These education elements are essential in revitalising our consumer's potentials, such as ethics, intellect, physique, social skills, and aesthetics. Many of our Evergreen College programs are community

hub based, a great social platform that allows our consumers to make new friends and share their reablement journey with other Asian CALD communities.

Our consumers are often in their self-control and are well informed of the benefits for each and every class in which they are free to choose to participate. For example, the exercise class is one of our most popular classes and is a pivotal contributing factor to our consumers' longevity. It helps to enhance our consumers' mobility, flexibility, and balance and improve their immune and digestive functions, blood pressure and bone density.



Like a bird, expand your wings, learn new things and fly as high as you can.



Health exercises can also increase an elderly's metabolism, building their muscle mass and minimising the risk of Alzheimer's diseases, diabetes, heart disease and others. Our Tai Chi class provides similar benefits and is an alternative choice for our consumers.

A wise person once said, 'age is just a number. You are as young as your faith, your self-confidence and your hope. You are as old as your doubt, your fear and your despair.' We at CAC commit to promoting lifelong-learning and encourage older people to experience new things. Our staff, support workers, and volunteers always go the extra mile to help our consumers achieve enablement and enjoy a healthy and meaningful life. Together we can build 'a better community for all.'

Chinese

Cantonese / Fujian /  
Fuzhou / Hainan / Hakka  
/ Mandarin / Shanghai /  
Sichuan / Teochew

Cambodian

Indonesian

English

Filipino

**We Understand Your Cultures.  
We Speak Your Languages.**

As a not-for-profit community care organisation dedicated to serving our multicultural community, it is crucial for us to speak your languages and respect your cultural backgrounds. Our number one priority is to make our consumers feel right at home regardless of their origins; we have staff, support workers, and volunteers who can speak English, nine Chinese dialects, Cambodian, Filipino, India, Indonesian, Japanese, Korean, Malay, Thai and Vietnamese fluently.

India

Gujarati / Hindi /  
Kiswahili

Thai

Malay

Japanese

Korean

Vietnamese

The Chung Wah Association

Community & Aged Care 

中华社区与长者服务 | Hội Chung Wah Chăm sóc Cộng đồng & cao niên

**DISABILITY CARE & SUPPORT**

# ROLL OUT SERVICES FOR NDIS PARTICIPANTS

Last December, Chung Wah CAC hosted their first major celebration for the 'International Day of People with Disability' (IDPWD). This is a United Nations initiated international event aiming to increase public awareness, understanding and acceptance of people with disability and celebrate their achievements in our community. As our core mission is to create an inclusive community, Chung Wah CAC and our stakeholders have been working towards establishing appropriate care for the people with disability.

In Asian traditional culture, people with disability have been stigmatised mainly due to the Confucian values that encourage hardworking, face-saving and striving for excellence. The old school Asian have high regard for these values. Although this traditional mindset is slowly changing over time, people with disability from the Culturally and Linguistically Diverse (CALD)



Asian community are still reluctant to seek assistance. As a result, some disabilities, such as mentally- and intellectually-related, are readily being overlooked and become invisible.

CAC recognises the difficulties CALD community members have been facing. Together with the National Disability Insurance Scheme (NDIS) framework, CAC decides to roll out care services to support the Asian non-English speaking Asian community members. Helping these our members to overcome the language and cultural barriers, CAC NDIS team will endeavour to empower the NDIS participants, their families and carers to learn about the NDIS system and access the necessary support and financial funding.





Quality & safeguarding matters! I learnt about the duty of care and responsibility to maintain confidentiality when supporting clients.

— Benson

As Commonwealth NDIS begins to operate in Western Australia from December 2020, CAC is making all adjustments to comply with the new regulations for transitioning to a Commonwealth registered NDIS provider. Under the new regulations, all of our NDIS support workers undergo a screening process based on a set of rigorous requirements including the 'Quality, Safety and Orientation Module' induction training and assessment. Recently, sixty (60) of our NDIS staff and support workers have successfully completed the training and assessment. They are granted

I've gained a greater understanding of how different disabilities affect people, and how we can better support them to live a more fulfilling and meaningful life.

— Barry





“

I have learnt the importance to know the client's history and why the client required certain medication.

”

— Elsie

certifications from the NDIS Quality and Safeguard Commission. Our support workers will continue to receive new and refreshing training to ensure their service quality and strive for continuous improvement.

By the end of 2020, more than 460,000 people with disability living in Australia would have a funded plan under NDIS. Moving forward, CAC will continue to expand our NDIS services to empower the Asian CALD community to better navigate the NDIS system and to help participants to achieve their goals and aspirations.



“

I learnt how to deliver work safely and the importance of work health and wellbeing in the workplace.

”

— Pak



“

Workplace Behaviour Module was so insightful. Treat the client as an individual and always with respect and care.

”

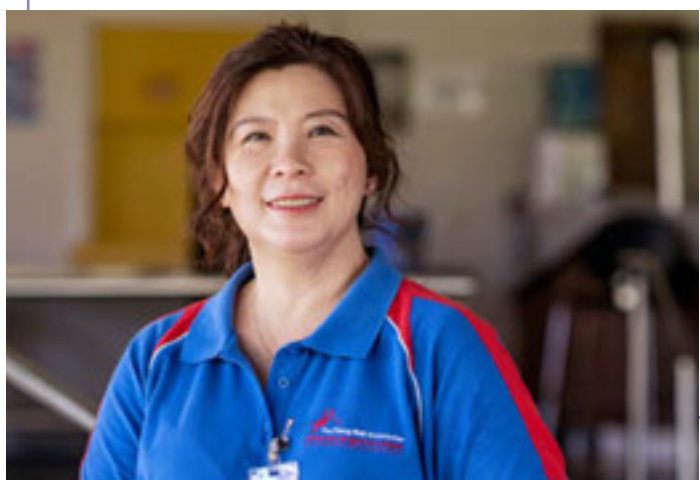
— Sarah

“

Principles & Practice are so important, and I now know what is expected of me in an active support environment.

”

— Sherry





## 总干事寄语

「随着年龄的增长,美丽和活力都消失了」。这世俗的说法当今已经站不住脚了。

今年,我们开展了「黄金岁月」的主题:一个无畏的愿景、一个利用社区中心活动来打破对年老传统观念的计划、一个令长者重获美丽人生的梦想。假如你觉得这是老生常谈,让我真挚地说明:我们追求的不是单纯的外在美,而是历久犹新、追求有意义生活、热爱生命的内在美。

在中华CAC,我们的共同观点是:人人都是美丽和杰出的!每个人拥有他独特的性格、血统和文化背景、生活体验、抱负等等。但当长者年老后,他们一般都忽略了自己独特的一面。他们不再好好地照顾自己,不再乐观地面对人生。当我们与长者携手迈进这美丽的人生旅程时,我们希望社区里的每一个人,起码从自己的角度,相信自己是美丽和充满潜能的。

「一画胜千言」,CAC的拍照活动受到长者热烈的欢迎。超过300名长者参与其中。义工摄影师通过照片,巧妙地呈现出长者们不同的美。他努力不懈地将数千张照片,一张一张地转化为完美的影像。每张照片都将长者瞬间流露出的真、善、美,永恒地记录下来。摄影出来后的效果令人叹为观止。

在庆祝圣诞节的联欢活动中,我荣幸地将每一张杰作,送到长者的手中。长者们对自己影像欢愉、温暖和感性的回应,实实在在地肯定了我们「人人都是美丽和杰出的!」的观点。美丽的照片更让长者正面地看待自己。

真正的美丽是内在的美,我和CAC全人对未来「黄金岁月」的活动充满期待。相信这计划会让每个人的潜能释放出来。我从不相信,人的服饰需要跟年岁挂钩。根据自己喜爱和取向,每一个人都应该拥有自主生活的权利。

让我们一起迎接牛年的来临,开步迈进我们的「黄金岁月」。我祝愿各位「终生美丽」。

Theresa Kwok JP  
Chief Executive Officer (CEO)

# 目录

— ISSUE NO.40 2021



**中华社区及长者服务 - 总部**  
1/98 Lake St, Northbridge



**中华社区及长者服务 - 北桥社区中心**  
2/98 Lake St, Northbridge



**中华社区及长者服务 - 巴卡达社区中心**  
18 Radalj Place, Balcatta



**中华社区及长者服务 - 威乐顿社区中心**  
58 Burrendah Boulevard, Willetton

**English** **02**

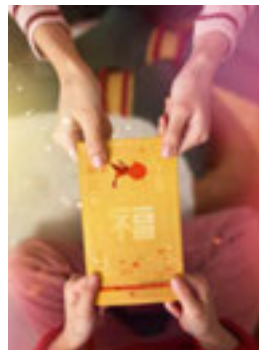
**总干事 寄语** **20**

**我们的社区** **26**  
迈进美好的「黄金岁月」

**长青学院** **30**  
通往「复能」之路

**残障护理与支援** **34**  
为残障人士提供新服务

**Tiếng Việt** **38**



**Living Stronger** 向阳而生是由中华社区和长者服务中心 (CAC) 发表的季刊。我们作为非盈利机构努力提供最高标准的服务以提升社区内长者及残障人士的生活质量并丰富他们的日常生活。我们尤其注重来自不同文化和语言背景的社区各界人士的长者或残障服务需求。

The Chung Wah Association

Community & Aged Care

中华社区与长者服务 | Hội Chung Wah Chăm sóc Cộng đồng & cao niên

Ph | 08 9328 3988  
Em | enquiry@chungwahcac.org.au



关注我们

chungwahcac

| www.chungwahcac.org.au

中华CAC 2020年

# 丰硕成果



## +25%

CAC的员工及前线人员的总数增长至100位



## +12.5%

CAC的长者客户及NDIS参与者总数增长至900位

# 554,660 km

CAC 接送客户行车总里数



# 6,600 小时

CAC 义工贡献社区服务总时数

# 21 种语言

CAC员工、前线人员及义工精通英语及17种(20种) 亚洲语言



# 2,000+ 小时

CAC 员工和前线人员接受专业培训总时数









我們的社區

# 迈进美好的 「黄金岁月」

去年圣诞节期间，中华CAC在巴卡达和威乐顿社区中心举办庆祝活动。CAC总干事郭郑素雯女士在庆典中正式宣布CAC 2021年的主题：「黄金岁月」。郭女士祝贺各长者节日快乐，并为他们带来一份神秘礼物：为长者们精心摄制的彩照。衷心感谢CAC的摄影师义工 William。他巧妙地捕捉长者们珍贵的每一瞬间和恒久不变的美。





## 是时候好好照顾自己,每一季买些新衣裳好好奖励一下自己。

Mrs Theresa Kwok – CEO of Chung Wah CAC



当一般人仅仅注重外貌时,长者们的照片则真实地表现出他们不同的内在美: 睿智的美、良善的美、个性的美、坦率的美、阳光乐观的美等等。年龄其实只不过是一组数字,绝对不能掩盖这些经得起时间考验的内在美。在这些内在美当中,最美的则是他们为家庭无私奉献的美。在亚洲的传统文化里,长者们对家人的照顾是一生一世的。

无可置疑,照片上的影像触动了不少长者的心灵。庆祝活动中出现了一幕又一幕感人的场景。尤其是患有轻度退智症的长者,他们对照片产生出人意料的反应。熟悉的影像有效地挑起深藏的美好回忆,长者们的脸上洋溢着幸福的笑容。

照片重燃长者内心对美的向往。当大家携手迈进美好的「黄金岁月」,郭女士呼吁长者要更爱惜自己。她提议长者每季度替自己添一些漂亮的衣服,尽情地释放他们的美。实际上,美不分内外,都会带来个人的自信和自尊。两者都是建立个人尊严和健康身心的基本元素,借此达到自主生活、正向思维和回归社会的目标。

中华CAC积极地将这些元素注入社区中心日常的活动。中心提供一个有效的社交平台,让长者结交新朋友及享受社交生活。CAC的员工和前线人员只提供必须性的辅助,让长者更有效地保持或改善自主生活的能力。长者明白他们拥有绝对的自





主权。视乎个人的兴趣和能  
力，他们可以自由选择中心提供的各项活  
动。中华CAC承诺不遗余力地协助长者  
保持或改善自主生活能力，在同心协  
力和互相尊重的大前提下，让长者享  
受他们精彩的「黄金岁月」。让我们  
一起共创更美好社区吧！



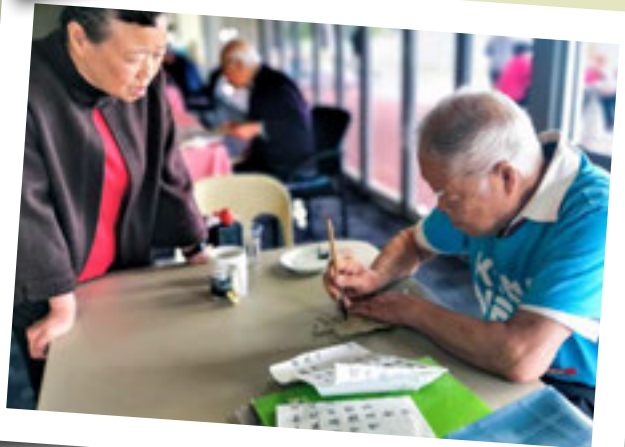
长青学院

# 通往复能之路



一般人认为年老是人生必经之路。人老了，体能和智力急促退化是必然和不能逆转的现象。然而，中华CAC并不完全认同这观念。CAC推崇「复能」的概念。我们深信一些体操和活动，可以帮助长者维持，甚至恢复他们的协调力、体能、学习和平衡能力。为了达到这个目的，我们将「复能」的元素注入目标性的活动。这些活动对长者重建生活自理和回归社会产生莫

大的裨益。「长青学院」涵盖不同类别的兴趣班和出游活动。这些目标性的活动可以鼓励参与的长者踏上通往「复能」之路。实际而言，CAC社区中心日常的活动，在经验丰富的CAC员工和前线人员引领及辅助下，实践「长青学院」的使命。社区中心的长者，根据个人的兴趣和能力的，可以自由选择适合自己的兴趣班和出游活动。



「终生学习、自强不息」。中国近代具有影响力的教育家，前北平大学校长蔡元培先生提倡「五育」理念。「长青学院」各类活动的设计秉承五育：德、智、体、群、美的元素。透过各类活动，CAC 重新激发长者对五育的学习。社区中心也提供了一个完美的社交平台，让长者们广交来自五湖四海的新朋友。互相扶持共赴通往「复能」之路。CAC 员工详述各活动对长者们身心的益处，客户们拥有绝对的选择和参与自由。

比方说，广受欢迎的体操班可帮助延年益寿。运动能够增强长者的灵活性、柔韧性和平衡力，更可以改善长者的免疫和消化能力、血压和骨质密度。常做体操能促进长者的新陈代谢，增强肌肉结构和减低退智症、糖尿病和心血管疾病的风险。中心的太极班也具有大同小异的功效，供长者们自由选择。



像鸟一样地展开您的翅膀，学习新的东西，让自己飞得更高更远。



智者云：「年岁只不过是一个数字，你的心理年龄是由自己内心决定。当你对人生怀疑、恐惧和失望时，你不知不觉地变成老态龙钟」。中华CAC鼓励长者们终身学习和尝试新事物。我们的员工，前线人员和义工将努力不懈地辅助长者恢复日常的自理能力，享受他们的「黄金岁月」里身心健康、有意义的人生。让我们一起共创更美好的社区吧！



中文

普通话 / 广东话 / 福建话 /  
福州话 / 海南话 / 上海话 /  
四川话 / 潮州话

柬埔寨语

英语

菲律宾语

印尼语

我们深知您的文化。  
我们精通您的语言。

作为一个长期服务于多元文化社区的非牟利社团，我们理解深知客户的文化背景和精通客户的语言的重要性。我们的首要任务是要让来自五湖四海的客户拥有一种宾至如归的感觉。

我们的员工、前线人员和义工精通英语、越南语、九种中国方言、柬埔寨语、菲律宾语、印尼语、日语、韩语、马来语、泰语、印度-古吉拉特语、印度-印地语和印度-斯瓦希里语。

印度

古吉拉特语 / 印地语 /  
斯瓦希里语

泰语

马来语

日语

韩语

越南语

The Chung Wah Association

Community & Aged Care 

中华社区与长者服务 | Hội Chung Wah Chăm sóc Cộng đồng & cao niên



残障护理与支援

# 为残障人士提供新服务

去年12月,中华CAC首次举办庆祝「国际残障人日」的活动。联合国把每年12月3日定为「国际残障人日」,目的是提高社会对残障人士的认识、了解和接纳,更表扬残障人士在社会的成就。中华CAC的主要使命是创建一个包容的社区。为此,CAC全人一直努力不懈地提供支援(包含残障人士的社区服务)。

儒家思想长期影响亚洲的传统文化。儒家推崇奋斗精神、知耻之心和严于律己。在老一派的观念,多多少少对残障抱有负面看法。虽然这些观念随着时间慢慢改变,但一般来自非英语背景的亚裔残障人士,依然抱着过时的观念,往往不敢求助。因此,部份智力和认知障碍人士的支援需要被忽视了。

中华CAC 深知这些人士的困境。在「国家残障保障计划」(NDIS) 的框架下, CAC 决定推出针对来自非英语背景、亚裔残障人士的支援服务。CAC 的 NDIS 团队为这些人士, 其家人及照顾者解决文化和语言上的障碍, 协助他们认识 NDIS 系统和争取所需的支援及经济上的补助。

随着NDIS 去年12月开始在西澳运作, CAC 正逐步地调整内部系统去配合NDIS新的法规, 并且过渡成为联邦认证的提供NDIS 服务机构。为了符合 NDIS 的新法规, CAC 所有的NDIS 前线人员需要重新接受有关品质和安全的职前培训及测试。





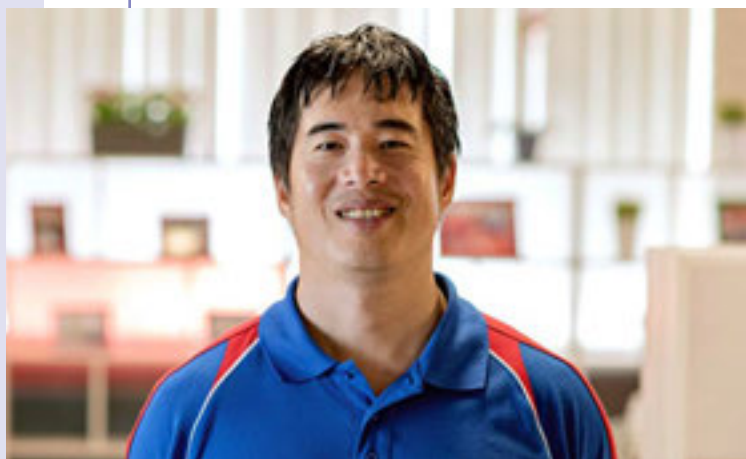
品质与保护十分重要!  
我学会了保守客户私  
隐是我的职责。

— Benson

60位前线人员去年年底前已成功完成培训和通过测试。他们获颁「NDIS 品质及安全委员会」发出的证书。为了提高服务品质和达到持续改进的目标,前线人员们会定期接受新的和复习性培训。

我对不同类型的残障如何影响患者有更深刻的了解,这帮助我更有效地提供支援,让客户可以过一些充实和有意义的生活。

— Barry





“

我学会了知道客户病历的重要性,这资料解释了客户需要服用某种药物的原因。

”

— Elsie



“

我学会了如何安全地执行我的工作,还有,在工作场所里健康和安康的重要性。

”

— Pak



“

工作场所行为的单元十分有启发性。对待客户应对常人无异,应经常保持尊重和关怀。

”

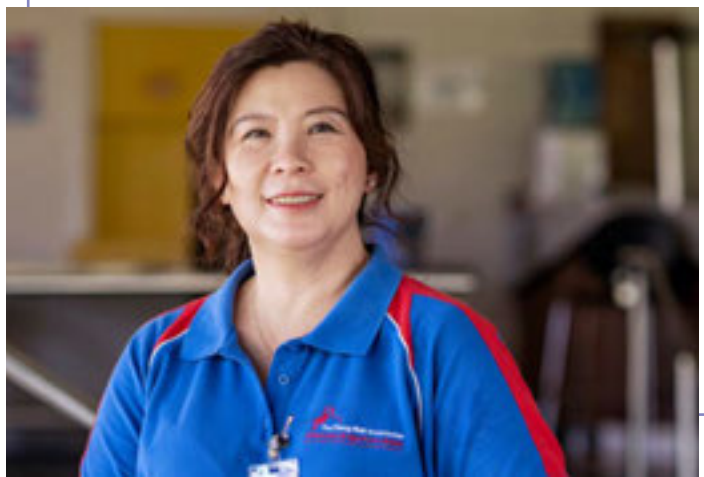
— Sarah

“

准则与实施是重要一环。我现在知道,在一个动态工作环境下,对前线工作者的要求。

”

— Sherry





## Thông điệp từ Giám đốc điều hành

Là cộng đồng cao niên, đã đến lúc chúng ta chống lại quan niệm rằng chúng ta bớt đẹp và bớt năng động khi chúng ta lớn tuổi. Năm 2021, Chung Wah CAC hướng tới thực hiện mục tiêu “Kỷ nguyên vàng”. Đây là tầm nhìn và cách tiếp cận mới trong chăm sóc cao niên nhằm truyền tải khái niệm về vẻ đẹp thông qua các hoạt động tại các trung tâm của chúng tôi. Tầm nhìn này nhằm xóa bỏ quan niệm cũ về tuổi tác và tăng quyền năng cho khách hàng cao niên, giúp họ có một cuộc sống tươi đẹp. Mọi người có thể nghĩ rằng điều này có vẻ hơi sáo rỗng, nhưng chúng tôi muốn nói rằng: tầm nhìn và cách tiếp cận này của chúng tôi không giới hạn ở vẻ đẹp bên ngoài mà chúng ta vẫn thường gọi là “đẹp lão”, mà chúng tôi hướng tới vẻ đẹp mà người cao niên chỉ đạt được khi sống có ý nghĩa và sống trọn vẹn.

Tại Chung Wah CAC, chúng tôi đều có chung cảm nhận rằng mỗi người đều đáng trân trọng và có vẻ đẹp riêng! Mỗi cá nhân là tổng thể của những đặc điểm riêng biệt, có tổ tiên và nền tảng văn hóa, kinh nghiệm sống, khát vọng, .v.v. của riêng họ. Nhưng khi chúng ta già đi, nhiều người cao niên có xu hướng coi những điều này là đương nhiên, bỏ qua khái niệm chăm sóc bản thân và thường cảm thấy khó khăn để nhìn nhận bản thân mình theo hướng tích cực.

Để hướng những khách hàng cao niên bước vào hành trình tươi đẹp này, chúng tôi mong muốn mọi người nhìn thấy những gì chúng tôi thấy trong cộng đồng của chúng tôi, rằng người cao niên luôn đẹp và đầy tiềm năng. Chúng tôi đã thực hiện việc miêu tả vẻ đẹp của khách hàng cao niên thông qua ống kính. Tất cả chúng ta đều biết câu nói "một bức ảnh nói lên hàng nghìn lời nói" và để thể hiện vẻ đẹp riêng của mỗi người, nhóm nhân viên của Chung Wah CAC cùng với nhiếp ảnh gia tình nguyện đã tổ chức chụp ảnh chân dung các khách hàng cao niên tại các trung tâm cộng đồng.

Đây không phải là một việc làm nhỏ khi hơn 300 khách hàng cao niên đã chọn tham gia các buổi chụp ảnh tại cả hai trung tâm cộng đồng. Nhiếp ảnh gia tình nguyện của chúng tôi đã chụp vài nghìn bức ảnh và mỗi bức ảnh đều được chuẩn bị kĩ càng trước khi chụp. Mỗi bức ảnh đều thực sự ấn tượng khi đã ghi lại vẻ đẹp vượt thời gian, tình yêu và sự phóng khoáng của các khách hàng cao niên. Mỗi bức ảnh sau đó được in và được đóng khung. Chính tay đã tận tay trao lại chúng cho các khách hàng cao niên trong tuần lễ kỉ niệm giáng sinh đặc biệt của chúng tôi. Tại các buổi trao ảnh chân dung này, chúng tôi đều nhận được sự hưởng ứng nồng nhiệt, cảm giác trân trọng và cả những giọt nước mắt hạnh phúc từ các khách hàng cao niên. Chúng tôi đã cùng nhau chia sẻ quan điểm sống và bắt đầu nhìn nhận bản thân mình theo hướng tích cực hơn.

Trong khi vẻ đẹp thực sự không chỉ giới hạn ở vẻ bề ngoài, cán bộ, nhân viên của Chung Wah CAC và bản thân tôi mong muốn tiếp tục tổ chức nhiều hoạt động sắp tới để thực hiện khẩu hiệu “Kỷ nguyên vàng”, là lúc mà mỗi khách hàng cao niên khám phá bản thân mình tốt nhất. Chúng tôi không tin rằng quý vị phải mặc hoặc không mặc những thứ nhất định chỉ vì quý vị đang ở một độ tuổi nhất định. Mọi người đều có quyền theo đuổi cuộc sống theo sở thích của bản thân và quý vị nên tận hưởng niềm vui trên hành trình này. Vì vậy, hãy bắt đầu năm mới Kỷ Sửu này bằng việc bước vào hành trình “Kỷ nguyên vàng” của quý vị và chúng tôi luôn chúc quý vị tận hưởng được những giây phút tươi đẹp trong suốt cuộc đời – 終生美麗.

Theresa Kwok JP  
Chief Executive Officer (CEO)

# nội dung

— ISSUE NO.40 2021



Hội Chăm sóc Cao niên và Cộng đồng  
Chung Wah – Trụ sở chính  
1/98 Lake St, Northbridge



Hội Chăm sóc Cao niên và Cộng đồng Chung  
Wah – Trung tâm cộng đồng Northbridge  
2/98 Lake St, Northbridge



Hội Chăm sóc Cao niên và Cộng đồng  
Chung Wah – Trung tâm Balcatta  
18 Radalj Place, Balcatta



Hội Chăm sóc Cao niên và Cộng đồng  
Chung Wah – Trung tâm Willetton  
58 Burrendah Boulevard, Willetton

**English 02**

**中文 20**

**Thông điệp từ Giám đốc điều hành 38**

**Cộng đồng của chúng tôi 44**  
Hành trình bước vào “Kì nguyên Vàng”  
tươi đẹp

**Đại học Trường xuân 48**  
Con đường dẫn đến sự thay đổi

**Chăm sóc người khuyết tật và hỗ trợ 52**  
Triển khai dịch vụ dành cho người tham  
gia chương trình bảo hiểm khuyết tật  
quốc gia (NDIS)



**Living Stronger** (Sống Khỏe Mạnh Hơn) là bản tin hàng quý do Trung tâm Cộng đồng và Chăm sóc cao niên Chung Wah (CAC) xuất bản. Chúng tôi là một tổ chức phi lợi nhuận hoạt động nhằm cung cấp tiêu chuẩn chăm sóc cao nhất và làm phong phú chất lượng cuộc sống cho cộng đồng người già và người khuyết tật, đặc biệt là cho những người đến từ đa dạng nền văn hóa và ngôn ngữ.

The Chung Wah Association

Community & Aged Care

中华社区与长者服务 | Hội Chung Wah Chăm sóc Cộng đồng & cao niên

Ph | 08 9328 3988  
Em | enquiry@chungwahcac.org.au



Hãy tsheo dõi chúng tôi:

**chungwahcac**

| [www.chungwahcac.org.au](http://www.chungwahcac.org.au)

# CÁC THÀNH TỰU MÀ CHUNG WAH CAC ĐẠT ĐƯỢC NĂM 2020



## +25%

Tăng số lượng cán bộ và nhân viên hỗ trợ của Chung Wah CAC lên tới 100 người



## +12.5%

Tăng số lượng khách hàng cao niên và khách hàng của Chương trình bảo hiểm khuyết tật quốc gia (NDIS) lên tới 900 người



# 554,660 km

Là số ki lô mét mà cán bộ và nhân viên hỗ trợ của Chung Wah CAC đã di chuyển để cung cấp dịch vụ cho khách hàng



# 6,600 giờ

Là số giờ mà các tình nguyện viên đã dành để hỗ trợ cộng đồng cao niên tại Chung Wah CAC

# 21 ngôn ngữ

Được cán bộ, nhân viên hỗ trợ và tình nguyện viên nói để giao tiếp với các khách hàng cao niên



# 2,000+ giờ

Là số giờ mà các cán bộ và nhân viên hỗ trợ đã dùng để thực hiện và tham gia các khóa đào tạo chuyên môn và nghiệp vụ về chăm sóc cao niên năm 2020







CỘNG ĐỒNG CỦA CHÚNG TÔI

# HÀNH TRÌNH BƯỚC VÀO “KỶ NGUYÊN VÀNG” TƯƠI ĐẸP

Vào cuối tháng 12 năm 2020 trong lễ kỷ niệm đặc biệt có tên ‘Tuần lễ Giáng sinh’ được tổ chức tại các trung tâm cộng đồng Balcatta và Willetton, bà Theresa Kwok, Giám đốc điều hành của Chung Wah CAC, đã chính thức tuyên bố “Kỷ nguyên vàng” là chủ đề của Chung Wah CAC năm 2021. Bà Kwok đã gửi lời chúc tốt đẹp nhất đến tất cả khách hàng cao niên một mùa Giáng sinh vui vẻ và làm họ bất ngờ với những món quà bí mật - ảnh chân dung của chính họ. Để có được những bức ảnh quý giá này, nhiếp ảnh gia tình nguyện, ông Willian, đã giành nhiều thời gian quý báu của mình để chụp ảnh các khách hàng cao niên và chúng tôi chân thành cảm ơn ông về điều đó. Những bức chân dung đã ghi lại những khoảnh khắc quý giá của các khách hàng cao niên và làm nổi bật vẻ đẹp vượt thời gian của họ.





## Đã đến lúc quý vị cần chăm sóc bản thân tốt hơn và tự thưởng cho mình những bộ quần áo đẹp mỗi mùa.

Bà Theresa Kwok kêu gọi



Nhiều người có thể không coi trọng vẻ đẹp bên ngoài nhưng những bức chân dung do Chung Wah CAC chụp đã làm nổi bật vẻ đẹp bên trong của các khách hàng cao niên, bao gồm vẻ đẹp trí tuệ, vẻ đẹp thiện lương, vẻ đẹp nhân cách, vẻ đẹp của sự tin cậy và trách nhiệm, niềm đam mê cuộc sống, v.v., nhưng trên hết vẫn là vẻ đẹp của “sự hy sinh”. Những vẻ đẹp này cho thấy tuổi tác thực sự chỉ là một con số. Trong văn hóa châu Á, người cao niên thường có trách nhiệm chăm sóc gia đình trong suốt cuộc đời của họ. Những bức chân dung này đã chạm đến trái tim của chính khách hàng cao niên và xoa dịu tâm hồn họ khi tham gia các sự kiện của chúng tôi. Chung Wah CAC đã nhận được nhiều phản hồi tích cực từ chính khách hàng, đặc biệt là những khách hàng bị bệnh mất trí nhớ. Những bức chân dung đã khơi gợi lại những ký ức sâu thẳm trong tâm hồn của họ và mang lại cho họ cảm giác bình yên và vui vẻ.

Những bức chân dung đã ‘đánh thức’ niềm đam mê cuộc sống của các khách hàng cao niên và thôi thúc họ theo đuổi vẻ đẹp của mình. Để bước vào hành trình “Kỷ nguyên vàng”, Bà Kwok đã kêu gọi các khách hàng của Hội Chung Wah CAC cần chăm sóc bản thân họ tốt hơn, tự thưởng cho mình những bộ quần áo đẹp mỗi mùa và hãy để vẻ đẹp bên trong của họ tiếp tục tỏa sáng trong tương lai.

Ngoài ra, vẻ đẹp thường phản ánh sự tự tin và lòng tự tôn của một người. Đây là những yếu tố chính tạo nên phẩm giá và lối sống lành mạnh hơn của chúng ta. Chúng ta được tự do lựa chọn, tích cực giao tiếp và hòa nhập với xã hội. Tại Chung Wah CAC, chúng tôi lồng ghép những yếu tố này vào các hoạt động hàng ngày của các trung tâm cộng đồng. Các hoạt động tạo ra môi trường giao tiếp xã hội nhằm tăng quyền năng cho các khách hàng cao niên trong việc





kết bạn và phát triển các gắn kết xã hội mới. Cán bộ và nhân viên hỗ trợ của chúng tôi đã và đang cung cấp các hỗ trợ cần thiết để giúp các khách hàng cao niên duy trì sự độc lập và tự chủ của mình. Khách hàng của chúng tôi có toàn quyền kiểm soát cuộc sống của bản thân và có quyền tự do lựa chọn tham gia các hoạt động của Hội Chung Wah dựa trên sở thích và khả năng của bản thân. Tại Chung Wah CAC, chúng tôi cam kết hỗ trợ các khách hàng cao niên, giúp họ tiếp tục khám phá khả năng của bản thân tốt nhất để trải qua Kỷ nguyên Vàng trong một môi trường có sự hỗ trợ và tôn trọng lẫn nhau. Chúng ta hãy xây dựng một 'cộng đồng tốt hơn cho tất cả mọi người.'



## ĐẠI HỌC TRƯỜNG XUÂN

CON ĐƯỜNG DẪN  
ĐẾN SỰ THAY ĐỔI

Trong khi nhiều người coi lão hóa là một quá trình tự nhiên trong cuộc sống khi sự suy giảm về sức khỏe thể chất và tinh thần diễn ra nhanh hơn, họ không thể tránh khỏi và không thể đảo ngược được sự thật này thì Chung Wah CAC lại lựa chọn thách thức niềm tin đó và ủng hộ khái niệm về chăm sóc phục hồi. Chúng tôi tin rằng một số bài tập và hoạt động nhất định có thể giúp người cao niên duy trì và thậm chí lấy lại sự phối hợp nhịp nhàng, sức khỏe thể chất, nhận thức và cân bằng cuộc sống của họ. Chung Wah CAC đã tích hợp chăm sóc phục hồi vào trong các chương trình giáo dục định hướng mục tiêu và kết quả của các chương trình này cho thấy những lợi ích tích cực đối với người cao niên khi có thể giúp họ tái thiết lập các kỹ năng sống hàng ngày và kết nối cộng đồng.

Đại học Trường xuân của chúng tôi là một chương trình giáo dục bao gồm các lớp học được xây dựng dựa trên sở thích của khách hàng cao niên. Các lớp học bao gồm hoạt động du ngoạn, thăm quan ngắm cảnh nhằm hỗ trợ khách hàng cao niên đạt được sự phục hồi. Các hoạt động hàng ngày của chúng tôi tại các trung tâm cộng đồng Balcatta và Willetton được xây dựng dựa trên các chương trình của Đại học Trường xuân do đội ngũ cán bộ, nhân viên hỗ trợ và tình nguyện viên được đào tạo đảm nhận và thực hiện. Các chương trình này dành cho tất cả khách hàng cao niên của chúng tôi. Họ có thể chọn tham gia vào các lớp học khác nhau dựa trên sở thích và khả năng của họ.





Các lớp học của Đại học Trường xuân bao gồm chương trình giảng dạy đa dạng về các hoạt động thực hành lấy cảm hứng từ các chủ đề khác nhau và phương pháp giảng dạy phù hợp với văn hóa của khách hàng cao niên. Các chương trình này được xây dựng dựa trên 'năm yếu tố của giáo dục' do ông Thái Nguyên Bồi (1868-1940), cựu chủ tịch Đại học Bắc Kinh và là nhà giáo dục có tầm ảnh hưởng lớn trong nền giáo dục Trung Quốc hiện đại. Những yếu tố giáo dục này đóng vai trò quan trọng trong việc phục hồi tiềm năng của người cao niên như đạo đức, trí tuệ, vóc dáng, kỹ năng xã hội và thẩm mỹ. Nhiều chương trình của Đại học Trường xuân được thực hiện tại các trung tâm cộng đồng, là nơi phù hợp tạo điều kiện cho các khách hàng cao niên của chúng tôi kết bạn

mới và chia sẻ hành trình phục hồi đáng nhớ của họ với cộng đồng đa văn hóa, đa sắc tộc Châu Á khác.

Các khách hàng cao niên của chúng tôi thường tự chủ và được thông báo đầy đủ về các lợi ích cho từng và tất cả các lớp học mà họ được tự do lựa chọn tham gia. Ví dụ lớp tập thể dục là một trong những lớp học phổ biến nhất của chúng tôi, là yếu tố quan trọng góp phần gia tăng tuổi thọ của người cao niên. Lớp tập thể dục giúp tăng cường khả năng vận động, sự linh hoạt và cân bằng của người cao niên. Ngoài ra chúng còn giúp cải thiện các chức năng miễn dịch và tiêu hóa, huyết áp và mật độ xương của họ. Các bài tập sức khỏe cũng có thể góp phần tăng cường sự trao đổi chất, phát triển



Hãy giống như chim, sải rộng đôi cánh, học hỏi những điều mới và bay cao bay xa nhất có thể.



ơ bắp và giảm thiểu nguy cơ mắc các bệnh Alzheimer, tiểu đường, bệnh tim mạch và những bệnh khác của người cao niên. Lớp Thái Cực Quyền của chúng tôi cung cấp những lợi ích tương tự và khách hàng cao niên có thể lựa chọn tham gia lớp này như một giải pháp thay thế.

Một ví dụ khác là trò chơi Mạt chược cũng mang lại lợi ích cho người cao niên trong việc kiểm soát sự tập trung và tỉnh táo của họ.

Trò chơi này tăng cường khả năng xử lý thông tin và tăng cường khả năng phối hợp tay và mắt của người cao niên. Ngoài ra, khách hàng cao niên của chúng tôi có thể chọn tham gia trò chơi đánh bài Rummikou, Domino hoặc cờ vua mà ít nhiều mang lại hiệu quả tương tự. Các trò chơi này đã thúc đẩy tương tác xã hội cho khách hàng cao niên của chúng tôi trong một môi trường thân thiện và không căng thẳng.

Có một cao nhân từng nói, 'tuổi tác chỉ là một con số. Quý vị còn trẻ như niềm tin, sự tự tin và hy vọng của quý vị. Quý vị già như sự hoài nghi, sợ hãi và tuyệt vọng của quý vị.' Tại CAC, chúng tôi cam kết thúc đẩy học tập suốt đời và khuyến khích khách hàng cao niên trải nghiệm những điều mới. Cán bộ, nhân viên hỗ trợ và tình nguyện viên của chúng tôi luôn nỗ lực hết mình để giúp các khách hàng cao niên. Chúng tôi cũng đã nỗ lực không ngừng để giúp họ phục hồi, tận hưởng cuộc sống lành mạnh và ý nghĩa. Chúng ta hãy cùng nhau xây dựng một cộng đồng tốt hơn cho tất cả mọi người.

Tiếng Trung

Tiếng Cam-pu-chia

Tiếng Phi-líp-pin

Quảng Đông / Phúc Kiến /  
Phúc Châu / Hải Nam / Khách  
Gia / Quan thoại / Thượng Hải  
/ Tứ Xuyên / Triều Châu

Tiếng Anh

Tiếng In-đô-nê-xi-a

**Chúng tôi hiểu văn hóa của quý vị.  
Chúng tôi nói ngôn ngữ của quý vị.**

Là một tổ chức chăm sóc cộng đồng phi lợi nhuận với mong muốn phục vụ cộng đồng đa văn hóa, điều quan trọng đối với chúng tôi là có thể nói ngôn ngữ của quý vị, hiểu biết và tôn trọng nền văn hóa của quý vị. Ưu tiên số một của chúng tôi là làm khách hàng cảm thấy họ đang ở đất nước của họ dù họ đến từ đâu và có quốc tịch gì. Đội ngũ cán bộ, nhân viên hỗ trợ và tình nguyện viên của chúng tôi có thể nói tiếng Anh, chín phương ngữ của Trung Quốc, tiếng Cam-pu-chia, tiếng Phi-líp-pin, tiếng In-đô-nê-xi-a, tiếng Nhật, tiếng Hàn, tiếng Mã Lai, tiếng Thái và tiếng Việt thông thạo.

Tiếng Ấn Độ

Tiếng Thái

Tiếng Mã Lai

Tiếng Nhật

Tiếng Hàn

Tiếng Việt

The Chung Wah Association

Community & Aged Care 

中华社区与长者服务 | Hội Chung Wah Chăm sóc Cộng đồng & cao niên



## CHĂM SÓC NGƯỜI KHUYẾT TẬT VÀ HỖ TRỢ

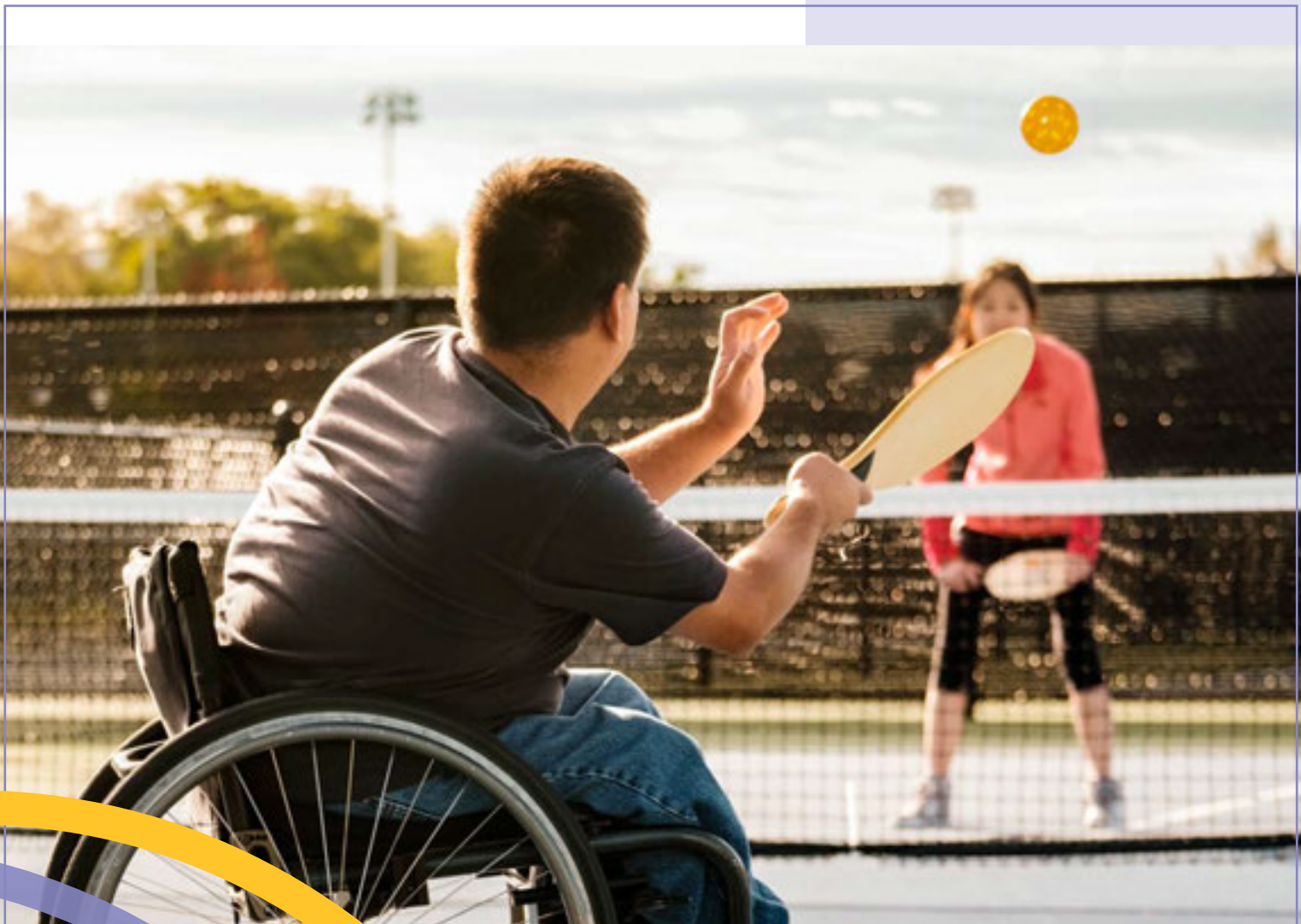
# TRIỂN KHAI DỊCH VỤ DÀNH CHO NGƯỜI THAM GIA CHƯƠNG TRÌNH BẢO HIỂM KHUYẾT TẬT QUỐC GIA (NDIS)

Vào tháng 12 năm 2020, lần đầu tiên Chung Wah CAC hưởng ứng lễ kỷ niệm cho 'Ngày Quốc tế dành cho Người Khuyết tật' (IDPWD). Đây là sự kiện quốc tế được Liên Hợp Quốc tổ chức nhằm nâng cao nhận thức, hiểu biết và sự chấp nhận của cộng đồng đối với người khuyết tật và tôn vinh những thành tựu mà họ đạt được trong

cộng đồng của chúng ta. Vì sứ mệnh cốt lõi của Chung Wah CAC là tạo ra một cộng đồng dành cho tất cả mọi người, nên chúng tôi và các đối tác đã và đang cùng nhau nỗ lực hướng tới việc triển khai dịch vụ chăm sóc thích hợp dành cho người khuyết tật.

Trong văn hóa truyền thống của Châu Á, người khuyết tật chủ yếu bị kỳ thị là do ảnh hưởng của các giá trị Nho giáo đề cao sự chăm chỉ, giữ gìn thể diện và sự phấn đấu để đạt được sự hoàn hảo. Những người theo quan niệm này rất coi trọng những giá trị nêu trên. Mặc dù những tư tưởng truyền thống này dần thay đổi theo thời gian nhưng những người khuyết tật thuộc cộng đồng đa văn hóa và ngôn ngữ (CALD) Châu Á vẫn chưa thực sự mở lòng để tìm kiếm sự trợ giúp. Do đó, một số loại hình khuyết tật liên quan đến tinh thần và trí tuệ dễ dàng bị bỏ qua và trở nên vô hình, không được quan tâm đúng mức.

Chung Wah CAC ghi nhận những khó khăn mà các thành viên cộng đồng CALD đang gặp phải. Theo khuôn khổ Chương trình Bảo hiểm khuyết tật Quốc gia (NDIS), chúng tôi đã quyết định triển khai các dịch vụ chăm sóc để hỗ trợ các thành viên thuộc cộng đồng người Châu Á không nói được tiếng Anh. Để giúp những thành viên này vượt qua rào cản ngôn ngữ, nhóm cán bộ và nhân viên hỗ trợ người tham gia NDIS mới của chúng tôi đã và đang tăng quyền năng cho những người tham gia NDIS, gia đình và người chăm sóc của họ để tìm hiểu về hệ thống NDIS và tiếp cận các hỗ trợ và tài trợ tài chính cần thiết.





Về Mô-đun Chất lượng & An toàn, tôi đã học được về nghĩa vụ chăm sóc và trách nhiệm cần đảm bảo bí mật cá nhân khi hỗ trợ khách hàng.

— Benson

Khi NDIS bắt đầu vận hành ở Tây Úc từ tháng 12 năm 2020, CAC đã và đang điều chỉnh việc cung cấp dịch vụ để đảm bảo tuân thủ các quy định mới về chuyển đổi để trở thành nhà cung cấp dịch vụ cho NDIS được Chính phủ Liên bang cấp phép. Theo các quy định mới, tất cả nhân viên hỗ trợ NDIS của chúng tôi đều trải qua quá trình sàng lọc kỹ năng dựa trên một loạt các yêu cầu nghiêm ngặt. Các nhân viên hỗ trợ cần tham gia đào tạo và đánh giá “Khóa học về Chất lượng, An toàn và Định hướng”. Gần đây, sáu mươi (60) cán bộ và nhân viên hỗ trợ NDIS của chúng tôi đã hoàn thành tốt khóa đào tạo và đánh giá nêu trên. Họ đã được Ủy ban Chất lượng và Bảo vệ

Tôi đã hiểu rõ hơn về mức độ ảnh hưởng của các loại hình khuyết tật khác nhau đối với mọi người và cách chúng tôi có thể hỗ trợ họ tốt hơn để họ sống một cuộc sống có ý nghĩa và trọn vẹn hơn.

— Barry





“

Tôi đã học được tầm quan trọng của việc biết lịch sử của khách hàng và lý do tại sao khách hàng yêu cầu một số loại thuốc.

— Elsie

”

NDIS cấp chứng chỉ. Các nhân viên hỗ trợ của chúng tôi sẽ tiếp tục được đào tạo mới và nâng cao để đảm bảo việc cung cấp dịch vụ có chất lượng ngày càng tốt hơn.

Đến cuối năm 2020, hơn 460.000 người khuyết tật sống ở Úc sẽ được tài trợ theo kế hoạch đã được xây dựng của NDIS. Trong tương lai, CAC sẽ tiếp tục mở rộng các dịch vụ NDIS để tăng quyền năng cho cộng đồng CALD Châu Á, giúp họ định hướng hệ thống NDIS tốt hơn và giúp những người tham gia Chương trình này đạt được mục tiêu và nguyện vọng của họ.



“

Tôi đã học được cách làm việc an toàn, tầm quan trọng của sức khỏe và sự thoải mái ở nơi làm việc.

— Pak

”



“

Mô-đun về Cư xử nơi làm việc rất ý nghĩa đối với tôi. Hãy đối xử với mỗi khách hàng như một cá thể độc lập, luôn tôn trọng và quan tâm họ.

— Sarah

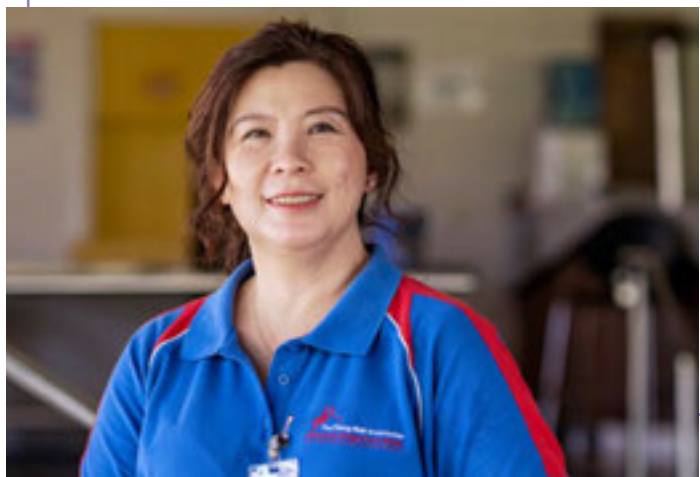
”

“

Việc tuân thủ các nguyên tắc và thực hành rất quan trọng, và bây giờ tôi đã biết tôi cần có kiến thức và kỹ năng gì để làm việc trong một môi trường hỗ trợ tích cực.

— Sherry

”



# WA's Quirkiest COMMUNITY Awaits



Hidden among the stunning natural bushland near Dardunup (south-east of Bunbury) lies Gnomesville, one of WA's most unusual and fascinating attractions. A massive community of 10,000+ gnomes, as far as the eye can see, assembled from near and far. Every gnome has a place, and each has its own unique story to tell.

Over the coming months, Chung Wah CAC will be hosting a range of centre-base and outing activities for our consumers to leave our mark in this fun and colourful community of Gnomesville and a chance to tell your story with your very own gnome.

If you or your loved ones are interested in this or other Chung Wah CAC program, please contact our us.  
phone: 93283988 | email: [enquiry@chungwahcac.org.au](mailto:enquiry@chungwahcac.org.au)

