



## 澳洲傷健家庭福音團契

Gospel Fellowship of Families - People with A Disability of Australia Inc.  
P.O. Box 2661, Carlingford Court, NSW 2118  
PHONE: 0400331368  
A Non-Profit Volunteer Association funded by your support & donation

# 家福通訊

## 第 101 期



主內弟兄姊妹、各位團友：

在主裡向你們問安！2007年度第五次聚會詳情如下，敬請留意：

### 團契聚會

日期：2007年9月15(星期六)

時間：下午二時三十分正(附設托兒服務)

地點：救世軍雪梨華人禮拜堂 (Salvation Army, Sydney Chinese Corps, 31 Wilga Street, Burwood NSW 2134) (電話：9747-5537)

講員：特邀 Centrelink 講員

主題：澳洲福利面面觀—老人，傷健，照顧者福利等

內容：短講、詩歌、生日會及茶點等

敬請團友準時出席，歡迎傷健人士及其家人參加，並誠意邀請主內弟兄姊妹出席，共頌主恩！分享主愛！祝主恩滿溢！

家福團契顧問暨委員敬約

二零零七年九月一日

### 報告及代禱事項

1. 團契衷心致謝新嘉賓的經濟支持。新嘉賓包括：Ms. Wai Yee Chan; Ms. Angela Tang。
2. Paula Su 姊妹的兒子已找到學校，但路途遙遠，求主保守他每天路途平安。
3. 求主賜福錦財弟兄夫婦早日重聚。
4. 求主加添愛英姊妹能力和健康照顧愛珍。
5. Jenny Yiu 姊妹高齡的母親患上重病，現姊妹在香港照顧，為老太太的病情祈禱。
6. 下次團契聚會日期為 2007 年 11 月 17 日(星期六)。請各團友邀請朋友參加。



## 回憶父親過去

--黃夏愛英--

父親夏猷原是廣東高要天鴉村人。結婚後為尋找更好的生活，隻身來到香港。但香港當時很難找工作，只有做一些散工。他到街上邊唱邊賣‘飛機欖’。如果樓上有人要買橄欖就拋上樓去，以此維持生計。兒女出生後，他在生鐵鑄造廠做過工作。爐火熊熊，工作十分辛苦；但他對工作有熱誠、勤奮；所以老闆很欣賞他，升他為師傅，還成為好朋友。

五十歲左右爸開始做小販，小小生意，卻帶來有滿足感，且自由、無拘無促，閒時到國內遊玩。記得兒時生活艱難的時候，父親仍然時常帶我們到遊樂場遊玩，到球場騎自行車，在家時常變魔術逗我們開心。父親很喜歡踢足球，腳法了得，他曾是守龍門名將。他也很喜歡音樂、唱歌、拉二胡、猜謎語、下棋等各種活動，可謂動靜皆宜。

父親為人熱誠，每遇到認識的人他都高興地與他們傾談。他為人大方、不拘小節、喜歡說笑、風趣、開朗。他有幾位老朋友，交情真的很深，但都比他早離世。他們的感情留待我們這一代繼續延長下去。爸有濃厚的親情，他時常幫助在鄉下生活窮困的侄子、侄孫子等。

在1989年，父親退休來到澳洲，跟兒子、媳婦以及孫子團聚。生活平淡，到酒樓‘飲茶’，教會生活，與鄉里聚首是平常做的事，也是他所嚮往做的事。父親懂得怎樣用交通工具去銀行，交各樣的費用；每樣東西都能自己做到，不會給我們壓力。他這樣的年紀都可以生活自理，的確比很多老人家優勝。時常很多人稱讚他為人樂觀，快樂人生。

現在父親回到父神家，我們會很安慰。我們永遠紀念他！



## 2007年7月21日聚會信息大綱 照顧者如何防範扭傷骨節

- 注意環境因素：注意安全問題。空間要夠大，地面不要滑，床和椅的高度要合適，腿需要足夠空間伸直。
- 做好安全措施：鞋底不要滑，室內儘量設置扶手，傢俬要固定一個位置，不可移動。床最好有床欄。
- 堤防突發事件：不去或少去人多的地方。儘量先關掉手機、電話，以免突然響起來。寵物先關好。小朋友先安頓好。站立時儘量不要靠近門的位置。
- 了解個人限制：被照顧者的高度、重量、智商、情緒起伏等先要了解清楚。照顧者是否很累，自己是否受傷，要清楚自己是否可以應付得來。
- 照顧者可能用到的設備：腰帶，自動轉身床。
- 脊髓骨、肩膀、膝蓋這三個部位比較容易受傷，要注意保持正確姿勢：
  1. 脊髓骨：腰要保持直，如要蹲下，也要保持直，這樣頸骨也自然會保持直。背痛的人坐時儘量不要翹腿和避免坐在地上。
  2. 肩膀：注意不要在極端的位置，即 Outer or inter range 以外的位置活動。
  3. 膝蓋：是一個比較受力的關節，且只是兩條骨支撐。不要扭曲你的膝蓋。避免蹲下得太低和太久。
- 注意作息及運動，做到作息平衡。

如對家福團契事工有感動請用劃線支票，匯票，或本票，抬頭請寫 Gospel Fellowship of Families, P. O. Box 2661, Carlingford, NSW 2118  
或  
直接存款入GFF在 St. George Bank 戶口，  
BSB 112879  
Account: 043227993  
(如需收據，請寄銀行存根并寫回郵地址)  
願主親自報答你們的愛心奉獻