



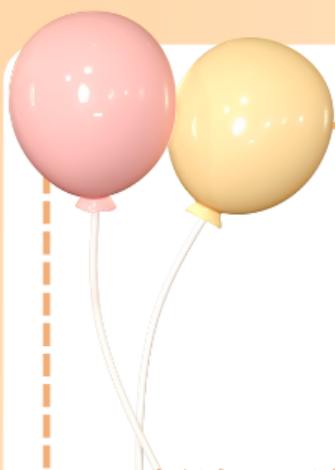
康樂大健康全體同仁
恭祝各位新春快樂，馬到成功！
Happy Chinese New Year!
2026年2月刊



更多資訊
關注公眾號



需要諮詢
聯繫我們



康樂大 痛症管理講座及一月份長

年紀大了，周身疼痛，怎麼辦？倚賴止痛藥？不想輕易做手術？有其他解決的途徑嗎？這些都是老年人所常常面對的問題。康樂大健康於1月27日星期二早上特別邀請了痛症專科醫生吳冠東（Tony Ng）為康樂大健康的長者們進行了一場痛症管理講座。



吳冠東醫生是香港和澳洲的麻醉學和疼痛醫學雙專科醫生。他獲得了香港麻醉科醫學院（麻醉跟痛症科）、澳洲及新西蘭麻醉醫學院（麻醉跟疼痛科）、世界疼痛醫學會介入疼痛醫學院士資格（FIPP）和世界疼痛醫學會介入超聲波專家（CIPS）的專業資格。

目前，他在雪梨疼痛管理中心和雪梨疼痛研究中心（Sydney Pain Management Centre and Sydney Pain Research Centre）擔任麻醉和疼痛醫學顧問醫生，並隸屬於馬特醫院（Mater Hospital）、西北私立醫院（Northwest Private Hospital）、坎貝爾鎮私立醫院（Campbelltown Private Hospital）、雪梨疼痛日間手術中心（Sydney Pain Day Surgery）和韋斯特米德私立醫院（Westmead Private Hospital）。他被任命為香港中文大學榮譽臨床副教授，以及台北醫學大學萬芳醫院區域麻醉和疼痛管理中心的名譽顧問。他也擔任紐約區域麻醉學院（NYSORA）教育委員會成員、香港疼痛學會理事會成員、香港麻醉醫學院疼痛醫學委員會成員和澳洲和紐西蘭麻醉醫學院疼痛醫學研究委員會成員。他近期也擔任了世界疼痛醫學會FIPP和CIPS考試的考官。最近，他也獲選為世界疼痛醫學會澳洲支部的副會長。



關於慢性疼痛管理，吳醫師認為需要採取照顧身心社寧的全人治療方向。除了藥物治療和介入性疼痛治療外，他還強調生活方式、營養因素（包括腸道益身菌）和情緒健康，因為這些都會影響疼痛治療的效果。

當天活動，因為時間關係，吳醫生挑選了介紹股/膝痛的原因，他通過簡易的講解，讓長者們全面了解股/膝痛的成因，這個疼痛帶來的其他問題、目前醫學上所能做到的治療方法，除了止痛藥、手術外有什麼新的治療方法等等，最後，吳醫生也耐心回答了一些長者們現場提出的問題。長者們也紛紛報以陣陣感激的掌聲，同時也希望吳醫生以後能再到康樂大健康中心講解身體其他部位疼痛的知識。

康樂大健康董事Jenny也在台上講解了政府有關養老的最新政策，希望藉此加深長者們對政府養老最新政策的了解。

大健康

長者生日慶祝會圓滿舉行

康樂大健康藝術團也在現場進行了一系列精彩的演出，包括：土妹女聲獨唱《好運來》，蘇菲賈科力等的舞蹈表演，粵唱粵強歌手Victor獨唱《如願》，他和另一位粵唱粵強歌手Wiki合唱《光輝歲月》，大花蕙蘭獨唱《如歌唱晚》，朱興華獨唱《那就是我》，手風琴高手林海順獨奏《巴黎天空下的塞納河》，在他伴奏下，趙立華也表演了幾首歌曲等等，趙立華更帶領全場長者一起進行了《康樂養生操》。他們的表演受到長者們的不斷的熱烈掌聲。



當天同時也舉行了一月份長者生日慶祝會，七位壽星在全場的生日歌聲中，開心地切下了康樂大健康送出的生日蛋糕。

值得一提的是，長者Alan Yip當天特別帶來了壽包，為長者們慶祝生日，他並即場獻唱了生日歌和一首《祝福》給當天的壽星們，盡顯愛心。



當天活動在熱鬧的場面下開心結束，每個長者都得到了康樂大健康送出的禮物，盡興而回。

最適合老年人的5種水果！ 長期吃身體會有這些改善

水果富含維生素，礦物質和膳食纖維，對維持老年人健康至關重要。然而，由於老年人消化功能減弱，代謝變慢，且多伴有各種慢性疾病，吃水果可不能再像年輕人那樣隨心所欲。選擇合適的品種，掌握科學的食用方法，才能讓水果成為老年人的“健康好幫手”！

這5種水果是老年人的“黃金選擇”

1、藍莓——花青素

藍莓富含花青素，抗氧化能力極強，能幫助延緩腦衰老，改善記憶力。**每天一小把（約20-30粒）**既能補花青素保護視力（緩解老花，黃斑病變風險），還對預防老年癡呆有積極作用。

2、蘋果——全面營養

蘋果富含果膠和槲皮素，有助於降低膽固醇，穩定血糖。研究表明，**每天吃一個蘋果**能顯著降低心腦血管疾病風險。牙口不好的老年人可以蒸熟食用，果膠也不會流失。

3、獼猴桃——維生素C

一顆獼猴桃就能提供每日所需的維生素C，還富含蛋白酶，能促進消化吸收，特別適合消化功能弱，便秘的老年人，但它偏酸，胃酸多的長輩**建議飯後吃，一次半個就夠**。

4、香蕉——鉀元素

香蕉富含鉀元素，有助於維持血壓穩定，軟糯質地還特別適合牙口不好的老年人。我們建議**選擇略帶青綠的香蕉**，抗性澱粉含量更高，有利於控制血糖。

5、無花果——鈣元素

鮮無花果含鈣量是蘋果的3倍，幹無花果(沒加糖的)含鈣量更高，還含有鎂元素能幫助鈣的吸收。**老年人每天吃2-3顆鮮果，或5-6顆乾果**，就能有效預防骨質疏鬆。

三個吃水果誤區，千萬別“踩雷”

誤區一 水果越甜含糖越高

事實上，我們不能將甜度與含糖量簡單劃等號。例如火龍果吃起來不甜，但含糖量不低；草莓吃起來甜，但含糖量其實不高。控制血糖的關鍵是要看升糖指數（GI值），**選擇水果時可以首先查看其GI值，再進行購買**。

誤區二 飯後立即吃水果

很多人都有飯後吃水果的習慣，其實這是個錯誤做法。飯後立即吃水果會增加胃腸負擔，尤其是對於消化功能本就較差的老年人，可能導致脹氣，消化不良等問題。**吃水果的最佳時間是兩餐之間（如上午10點，下午3點）**，作為加餐食用。

誤區三 只喝果汁不吃水果

注意，榨汁過程會破壞水果80%以上膳食纖維！會讓糖分更容易吸收，升糖快還容易一次喝過量。我們要記住，**完整的水果永遠比果汁更健康**。



GCAA HEALTH

康樂大健康Riverwood日間活動中心

2026年2月長者活動月曆



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	2 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	3 10am-12pm: 手工班	4 10am-12pm: 唱歌學習班 1:30pm-3:30pm: 樂器班	5 10am-12pm: 手機電腦應用知識班	6 10am-12pm: 健康舞運動班	7 10am-12pm: 健康舞運動班
8 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	9 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	10 10am-12pm: 手工班	11 10am-12pm: 唱歌學習班 1:30pm-3:30pm: 樂器班	12 10am-12pm: 手機電腦應用知識班	13 10am-12pm: 健康舞運動班	14 10am-12pm: 健康舞運動班
15 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	16 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	17 10am-12pm: 手工班	18 10am-12pm: 唱歌學習班 1:30pm-3:30pm: 樂器班	19 10am-12pm: 手機電腦應用知識班	20 10am-12pm: 健康舞運動班	21 10am-12pm: 健康舞運動班
22 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	23 10am-12pm: 書畫班 1:30pm-3:30pm: 小提琴班	24 10am-12pm: 手工班	25 10am-12pm: 唱歌學習班 1:30pm-3:30pm: 樂器班	26 10am-12pm: 手機電腦應用知識班	27 10am-12pm: 健康舞運動班	28 10am-12pm: 健康舞運動班

- 活動地址：康樂大健康日間活動中心（Shop 1, 260 Belmore Rd, Riverwood NSW 2210）
- 報名熱線：1800 961 882
- 本活動中心周一至周五9:30AM至5:00PM全日開放（上午課程，下午自由活动）

樂遊雪梨 | 銀髮樂活,

康樂大健康一直致力於為長者打造輕鬆愉悅、充滿歡笑的社交旅行體驗。在2025年1月21日及1月29日，康樂大健康舉辦了兩場「樂遊雪梨」一日暢玩之旅，專為長者精心規劃，節奏舒緩、交通便利，讓參與的長者朋友們在友伴同行下，共同創造了溫暖而難忘的回憶。

活動當天上午，長者們陸續抵達 Riverwood 活動中心，在康樂大健康工作人員親切的招呼與協助下，大家輕鬆登上專車。車上洋溢著老朋友重逢、新朋友相識的歡聲笑語，隨著專車緩緩啟動，一天的愉悅旅程正式展開。



約上午10:15，我們抵達了第一站——Barangaroo Reserve 海岸公園。這裡擁有平坦舒適的步道與遼闊的海港景色，非常適合長者漫步。大家或三五成群悠閒散步，或駐足觀景台欣賞雪梨大橋與都市天際線，更少不了拿起手機、相機，互相擔任「專屬攝影師」，留下與碧海藍天的合影。溫和的海風拂面，帶來清新氣息，也吹開了每位長者臉上的笑容。



接著，我們前往 New Fish Market 新魚市場。這個全新的漁港市集乾淨明亮，動線寬敞。長者們在這裡不僅看到了豐富多樣的生猛海鮮，了解澳洲的漁業文化，更可以自由選購乾貨、伴手禮，或簡單享用一份新鮮出爐的海鮮小點。市場內熱鬧而有序的氛圍，讓大家體驗了雪梨日常的活力一角。



友伴同遊暖心回顧

中午時分，專車將大家送至 Canterbury League Club。我們預訂了舒適的用餐區域，並準備了豐富合口的中式午餐。長者們圍坐圓桌，一邊享用熱騰騰的佳餚，一邊與同桌友伴暢談今日見聞、分享生活點滴。菜餚美味，氣氛更溫馨，許多新朋友在此刻變得更加熟絡。



午餐後，大家帶著輕鬆愉悅的心情，於下午14:30啟程返回 Riverwood 活動中心。回程路上，不少長者表示行程安排「輕鬆又充實」、「走起來一點也不累」，並且很開心能認識新朋友，相約未來再一起參加活動。工作人員也細心確認每位長者平安抵達，為一天的旅程畫下完美句點。

康樂大健康相信，美好的生活不因年齡而設限。此次「樂遊雪梨」之旅，我們見證了長者們在旅行中展現的活力、好奇與社交熱情。我們期待未來能繼續規劃更多適合長者的精彩行程，讓每一次出發，都是快樂的收藏。

活動第二天，我們還收到了其中一位長者的感謝信：

當日天氣晴朗，陽光明媚，令人心情舒暢。本人已至耄耋之年，年逾九旬加上與輪椅作伴，承蒙服務部的熱情邀請，有幸參加了這次前往悉尼魚市場的戶外活動。能夠在這樣的年紀走出家門、參與集體出行，內心倍感欣慰與感激。

此次活動組織周密、安排細緻。從出行接送到現場照顧，工作人員始終耐心陪伴、關懷備至，充分考慮到我們高齡老人的身體狀況，使整個行程安全而輕鬆，讓人感到十分安心。

來到悉尼魚市場，熱鬧的景象與豐富多樣的新鮮海產令人耳目一新。大家一邊慢慢參觀，一邊愉快交談，在輕鬆的氛圍中感受生活的活力與樂趣。這次外出不僅讓人開闊了眼界，也為平淡的日常生活增添了許多色彩。

活動在愉快祥和的氣氛中結束。衷心感謝康樂大健康及工作人員的精心安排。正是你們的用心服務與真誠關懷，讓我們這些高齡老人依然能夠感受到社會的溫暖，晚年生活也因此更加充實而有意義。

順頌週末愉快呀！

回首過往 話說現在 ——大健康公司李瑩二三事

李瑩是我過去的個案經理，現在是我的護工。兩種工同一人，令我感動，不得不一吐心聲為快。

我，初入大健康的新人什麼都不懂，那時李瑩是我的個案經理。她耐心地介紹公司情況，並了解我的狀況與需求後，詳盡地擬定了一個服務建議和規劃。她思維縝密，辦事周全，雷厲風行，從不畫“餅”，說講做到，無一不落實。令我感覺此人可靠可倚，還體會到公司的文化、素質的高度及領導層的指揮力。這些，在我入公司之初已有表達。

現在我要講的是李瑩當護工的片段。

首先，嚴格守時。她家住較遠，沒開車，上下班坐巴士，但從不遲到。早退，有時因故遲些，也會電知原因，並延遲下班時間補上。

家居清潔，認真細微有序進行，不含糊，該清潔的或不該她清潔的地方都做，有時低頭鑽進枱下清潔，每個角落、死角都不放過。除了地面，枱面物件的清潔、擺設也做到恰到好處，令人賞心悅目。此外，她還幫忙煮飯，整理花園。

在服務時，李瑩有時接收電話。聽得出，都是她當個案經理時的客人，不得不接。客人提的各種問題，她都詳答，有的還要求李瑩重新當回他的個案經理。還有不認識的人不了解情況，李瑩也一一解答，並建議他到公司面談。也有人在公司等待與她見面或簽約，我讓她早下班去處理，但她還是按時下班，寧願跑步去公司見客。

公司每月一日遊，李瑩必參與服務。有一次回程遲了回到公司，李瑩一下車就跑步到老人家中幫忙煮飯，唯恐遲到了。

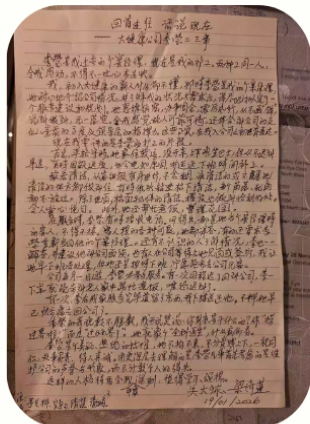
有一次，李瑩在我家服務完畢遺留了東西，我下樓送還她，不料她早已快步離去回公司了。

李瑩的表現數不勝數，我開玩笑說：“你到底是幹什麼的？你‘撈過界啦！’而且‘過曬界了’。”她就象個“全科醫生”，什麼病都看。

李瑩是個美麗、熱忱的姑娘，她不拘不束，不分貴賤上下、一視同仁、處事負責、待人真誠。用更深層去理解的是，李瑩凡事首先考慮的是維護公司的聲譽與形象，而不計較個人的得失。

這樣的人格特質令我印象深刻，值得學習頌揚。

關大球 梁琦蓮
19/01/2026



客人來信原件

智慧養老 暢享晚年

如需協助申請政府資助
請致電免費熱線
1800 961 882

我們擁有澳洲政府特許牌照

康樂大健康 守護您身旁



居家支持計畫

Support at Home

獨立性 支持

個人護理
社交活動
獨立生活治療支持
暫息服務(居家/社區中心)
交通出行(直接/間接)
輔助技術及家居改造

臨床支 持服務

營養
個案護理
臨床護理(護理服務)
聯合健康及健康輔助治療

日常生 活支持

家政服務(普通清潔)
居家安全維護及花園維護
膳食準備協助

短期特 殊計劃

短期康復護理
臨終護理

恢復 運動

養生運動



GCAA HEALTH



更多資訊
關注公眾號



希望諮詢
掃碼聯繫

悉尼辦公室電話：02-9533 8808
墨爾本辦公室電話：03-8522 8828
網址：www.gcaahealth.com

手機：0416 308 988 (悉尼)
手機：0410 098 588 (墨爾本)
電郵：info@gcaahealth.com

地址：Shop 1, 260 Belmore Rd., Riverwood NSW 2210
地址：5/275-277 Springvale Rd., Springvale VIC 3171

康樂大健康墨爾本一月

1月30日，康樂大健康墨爾本為長者會員舉辦了一場溫馨熱鬧的生日慶祝會。活動現場充滿歡聲笑語，長者朋友們齊聚一堂，共度了一段健康、快樂且充滿文藝氣息的時光。

活動在充滿活力的「十巧手健康操」中拉開序幕，長者們在帶領下活動筋骨，提振精神，為整場活動注入了健康與朝氣。



隨後，康樂大健康墨爾本負責人Diane Feng 親切致歡迎詞，感謝各位長者的參與，並表達了中心持續為長者社群提供優質服務與關懷的承諾。

緊接著，康樂大健康顧問Calvin 為大家詳細講解了與長者生活息息相關的「居家支持服務最新政策」，幫助長者及家屬更清楚地了解現行福利與支持，實用資訊獲得了在場長者的高度關注。

重頭戲「一月長者生日會」將活動推向第一個高潮。壽星們在眾人的祝福聲中閃亮登場，接受全場的誠摯祝賀，場面溫馨感人。



月長者生日會溫馨回顧

隨後，由康樂藝術團帶來的精彩文藝表演，更是讓現場氣氛熱烈非凡：

- 首先登場的是歌舞表演《歡天喜地看花燈》，表演者曹清高與卓瑪以歡快的舞步和歌聲，營造出喜氣洋洋的節日氛圍。
- 接著，由大健康太極隊Jun老師帶領五位長者帶來的新編太極十三式《我的祖國》，將太極的柔美與對家國的深情完美融合，動作行雲流水，賞心悅目。
- 曹清高再次登場，獻上經典黃梅戲《女駙馬》選段〈為救李郎離家園〉，字正腔圓、韻味十足的演唱，贏得了滿堂喝彩。
- 最後，大健康藝術團以一支優雅華美的宮廷舞《好日子》壓軸，舞者們身著盛裝，以翩躚舞姿祝福大家生活美滿，日日都是好日子。

表演結束後，個案經理Ray 上台致謝詞，感謝所有表演者、工作人員的付出，以及長者會員們一直以來的支持，並祝福大家健康長壽、幸福安康。

活動尾聲的「幸運大抽獎」環節驚喜不斷，多位幸運長者獲得了精美禮品，為本次生日會畫下了一個歡樂圓滿的句號。



本次一月長者生日會不僅是一場慶生聚會，更是一次促進健康、交流資訊、享受藝術的社區盛事。康樂大健康墨爾本期待未來繼續與長者朋友們相伴，創造更多美好回憶。



骨折初期吃什麼可以活

骨折初期（骨折後的1-2周）是康復的關鍵期，飲食重點在於活血化瘀、消腫止痛。

今天分享5款親測有效的食療方，搭配簡單操作步驟，幫助患處淤血消散，營養到位還不發胖～



一、骨折初期飲食原則

- 清淡為主：多吃蔬菜、蛋類、豆製品、瘦肉，避免油膩。
- 每天**喝水2000毫升**，預防便秘，促進代謝。
- 忌口：酸辣、燥熱（如辣椒、燒烤）、骨頭湯（骨折初期喝骨頭湯不利於消腫散淤）。

二、5款食譜詳細教程

1、三七陳皮瘦肉湯

(1) 功效：活血化瘀，緩解腫脹疼痛。

(2) 食材：三七粉10g、陳皮5g、瘦肉150g（切薄片）、薑2片。

(3) 做法：

- 瘦肉焯水去血沫，陳皮泡軟刮去白瓢（減少苦味）；
- 所有材料放入燉盅，加清水500ml，隔水燉1.5小時；
- 加少許鹽調味，喝湯吃肉。

(4) 小提示：三七粉可直接燉，避免高溫久煮破壞藥效。



2、三七當歸鴿子湯

(1) 功效：溫筋通絡，適合手腳冰涼的患者。

(2) 食材：肉鴿1只（去皮）、三七10g、當歸10g、枸杞15粒。

(3) 做法：

- 鴿子焯水後放入砂鍋，加三七、當歸、薑片；
- 大火煮沸轉小火燉1小時，出鍋前加枸杞燜5分鐘。

(4) 小提示：當歸量不宜多，避免味道過苦。



活血化痰，消腫止痛？

3、二參湯（補氣養血版）

- (1) 功效：化痰+補氣，適合體質虛弱者。
- (2) 食材：太子參15g、丹參20g、陳皮5g、瘦肉250g。
- (3) 做法：
- 瘦肉切塊焯水，藥材洗淨；
 - 所有材料加水1L，大火煮開後小火煲40分鐘。
- (4) 小提示：加3顆紅棗更甘甜。



4、土茯苓解毒湯

- (1) 功效：清熱祛濕，適合腫脹發熱的傷口。
- (2) 食材：鮮土茯苓150g（切片）、粉葛150g、赤小豆30g、排骨500g。
- (3) 做法：
- 排骨焯水，粉葛去皮切塊；
 - 所有材料放入湯鍋，加水1.5L，煲1小時後加鹽。
- (4) 關鍵：赤小豆提前泡2小時更易軟爛。

5、三七蒸雞（快手菜）

- (1) 功效：活血養血，促進筋骨修復。
- (2) 食材：雞腿肉250g（去皮）、三七粉15g。
- (3) 做法：
- 雞肉切塊，用三七粉、冰糖、鹽，油，少量料酒醃制20分鐘；
 - 水沸後上鍋蒸15分鐘，撒蔥花即可。
- (4) 關鍵：雞肉選去皮款，減少油脂攝入。



三、注意事項

- 食材替換：對中藥敏感者，可適當減少三七用量。
- 搭配建議：每天1款湯+1份蔬菜（如菠菜、西蘭花），營養均衡。
- 禁忌：避免同時吃寒涼食物（如綠豆、苦瓜）。

獨立養老有支持 | 詳解澳大利

澳大利亞擁有成熟且支持性的養老環境，輔具在其中扮演著至關重要的角色，其核心目標與理念是通過科技與設計，延長長者的獨立生活時間，提升安全與生活品質，並減輕照護者的負擔。

在澳洲，行動輔助器具被視為“支持性技術”的一部分。它們不僅僅是產品，更是由政府、醫療系統和社區共同支持的一項服務，旨在幫助個人在其首選的環境中（通常是自己的家）盡可能長久、安全、獨立地生活。

誰需要它們？澳洲的適用人群主要包括：

- 老年人：隨著身體機能自然衰退。
- 殘疾人士（包括長期慢性疾病患者）。
- 術後或傷後康復者。
- 出現行走困難、平衡問題、跌倒風險增加或關節疼痛等症狀的人士。

澳大利亞常見的輔具類型與本地特色

步行輔助類

- 手杖/拐杖：藥房、醫療用品店隨處可見，款式多樣。
- 助行架：非常普遍，通常帶輪子和剎車（rollator），方便購物和戶外活動。

輪式移動類

- 手動輪椅：基礎款可在連鎖藥店租賃或購買；輕量化、定制化的款式需通過評估。
- 電動輪椅/電動代步車：在購物中心、社區裏很常見。重要提示：在澳大利亞，電動代步車（Mobility Scooter）的上路規則各州不同，通常允許在人行道和指定路徑行駛，但可能不允許上路肩或需要註冊。

居家生活類

- 電動升降椅/床：是政府資助計劃中常見且重要的資助專案，能極大改善生活品質和照護安全。
- 移位機/吊機：對於居家照護重度失能者至關重要，能有效預防照護者肌肉損傷。

出行適配類

- 車輛改裝：澳大利亞對此有嚴格標準和資助管道。符合條件者可通過國家殘疾保險計劃（NDIS）等獲得補貼。改裝後，駕駛員必須通過OT（職業治療師）的駕駛能力評估和路局指定的駕駛考試。

特殊支持類

- 矯形支具：通常由醫生或物理治療師處方，在專業機構定制。
- 輔助犬：受法律保護，可陪同進入絕大多數公共場所。

利亞如何用輔具守護長者安全

如何在澳大利亞安全獲取與使用？關鍵步驟！

第一步：強制專業評估——這是獲得資助的鑰匙

- 在自費購買或申請政府補貼前，必須由符合條件的醫療專業人士進行評估。他們不僅是推薦產品，更是評估家庭環境、個人能力和長期需求。
- 職業治療師（OT）：是最關鍵的角色，負責評估日常活動能力、家居環境，並推薦最合適的輔具和家居改造方案。
- 物理治療師（PT）：側重於評估移動、平衡和步行能力，推薦步行輔助器具和訓練其使用。
- 全科醫生（GP）：是“看門人”，通常需要GP的轉介信才能接觸到OT或PT，並申請政府計劃。

第二步：了解並利用多元化的獲取與資助途徑

（1）政府資助計劃（主要渠道）：

- **國家殘疾保險計劃（NDIS）**：適用於65歲以下（原住民65歲以下）的永久性嚴重殘疾人士。它提供個人化的資金包，用於購買必需的輔具。
- **居家支持計劃（Support at Home）**：適用於65歲及以上（原住民50歲以上）的長者。根據評估等級，政府提供不同額度的資金包，可用於租賃或購買輔具、支付OT評估費等。
- **聯邦老年人健康卡（CSHC）等福利卡持有者**：可能在購買某些醫療用品時享受折扣。

（2）租賃：對於術後康復等短期需求，租賃是最經濟、環保的選擇。許多醫療用品公司提供周租或月租服務。

（3）自行購買：對於簡單的低風險輔具（如基礎手杖），可直接在藥店、超市或線上商店購買。但對於複雜、昂貴的產品，強烈建議先諮詢OT，以確保適用性和安全性。

費用關鍵點（澳洲情境化）：

- 能否獲得報銷，高度取決於您的資格（是否屬於“長期殘疾”或“年齡相關”）、所參加的計劃（NDIS或Home Care Package），以及輔具是否被列為該計劃的“資助專案”。
- 評估費用本身：可能部分或全部由Medicare（GP）、NDIS或Support at Home覆蓋。



給您的人生創造更多的可能

 免費諮詢電話

1800 961 882



我們的服務有：



居家援助及
日常活動



綜合護理



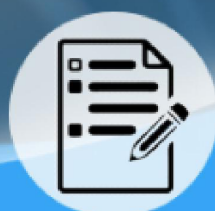
居家助理
及維護



參與社交及
社區團體活動



外出交通



計劃管理



援助協調員



Registered
NDIS
Provider

Address: Shop 1, 260 Belmore Rd, Riverwood, NSW 2210

Website: www.hawapurecare.com.au

Email: Jacky@hawapurecare.com.au