

主編： 洪春芬

編委會： 區沛珊 梁遠榮 關麗珍 吳玉英 雷瑞蓮 布潔靈

📍 Level 4, 741 George Street, Sydney NSW 2000

☎ (02) 9212 7789

✉ info@canrevive.com

🌐 www.canrevive.com

📘 www.facebook.com/canrevive

開放時間：星期一至五 上午十時至下午三時

辦公時間：星期一至五 上午九時至下午四時三十分  
(星期六、日及公眾假期休息)

更生會為非牟利機構，  
經費有賴各界善長熱心捐助。  
( \$2 以上的捐款可以扣稅 )

## 會務報告

### 聚賢香港：共同的使命 與不同的故事

李超浩教授

最近我們很榮幸有機會在香港拜訪香港癌症基金會 (Hong Kong Cancer Fund) 創辦人兼總幹事羅莎莉 (Sally Lo) 女士及香港防癌天使服務協會 (The Cancer Crusade Angels Service Society of Hong Kong) 創辦人兼總幹事陳麗玲 (Lilian Chan) 女士。

右圖為與香港癌症基金會  
始人兼總幹事羅莎莉的合照



左圖為與香港防癌天使服務協會  
始人兼總幹事陳麗玲女士合照



她們終身為幫助癌症患者及癌症預防方面努力，多年來充分展現出她們的愛心，相由心生，從照片中可見她們都擁有很慈祥的面孔。更生會跟羅女士及陳女士的淵源很深，在更生會成立之初，我們獲得香港癌症基金會無償提供各種刊物，直至今日仍然在這方面慷慨地支持我們。陳女士在很多層面上為我們提供顧問建議及支持我們的大型活動，我們的一些捐款者、贊助人也因為她的緣故而支持我們。在此特別感謝羅莎莉女士再次承諾繼續為更生會提供各類實體及數碼印刷品。更生會中各人都會以她們為榜樣，繼續為癌症患者及癌症預防方面付出努力。



聖誕及新年期間  
中心暫停開放

更生會悉尼總會、北區、西區及南區辦事處，將於2023年12月23日(星期六)至2024年1月1日(星期一)暫停開放，2024年1月2日(星期二)恢復辦公。

### Canknit with Love - 更生會織出愛心小組



李黃超鳳

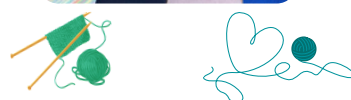
2023年初更生會再次成立了編織組〔織出愛心小組〕，為“Wrap with Love編織愛心傳暖意”編織或鈎織10吋X10吋的方塊。“Wrap with Love”是一個非牟利組織，將收集回來的方塊縫為圍巾，這些圍巾透過澳洲及75個國家的福利機構，把暖意及愛心傳送給無數受天災、戰禍和赤貧的受害者。

這編織組，最終目的是給更生會會友，讓他們在治療期間，醫生候診室，醫院病牀或家中，參與這極有意義的行動，病中也不忘把愛心傳暖意。而義工們也抽空熱心參與，讓他們幫助人的愛心伸展開去。

我們南區中心現已有會友加入，在大家同心協力下，已完成超過300件作品了。

編織組每月一次在市區總會聚會，歡迎會友及義工參加這項有意義的工作。會友及義工不需要到市區中心，請把完成的方塊交回各服務中心。詳情請致電各中心查詢。

我們也在此鳴謝曾捐贈毛冷的朋友。大家如有不需用的毛冷，請考慮捐給編織組，毛冷可交到各中心。



電郵收取季刊 支持環保，願意轉用電郵收取季刊的人士，煩請通知本會職員。

### 關顧者週2023活動剪影： 「您燃亮了我----土耳其燈製作班」

龍姑娘

今年關顧者週慶祝活動非常創新，在10月18日一個美麗的清晨，我們大夥兒來到 Darlinghurst一家土耳其燈製作工場，齊齊DIY動手設計自己的枱燈，並帶回家點亮。

是項活動名為「您燃亮了我」，喻意照顧者燃亮了身邊的病者。活動乃獲得照顧者門戶 Carer Gateway的資助，讓每一位參與的癌症照顧者及其照料的病者，享受一個美好快樂的一天。

我們一行52人，既有熱鬧歡樂的氣氛，也有全神貫注、不容打擾的時刻，又有實用資訊講座，更有溫馨感人場面：分享病者對身邊辛勞付出汗水和淚水的照顧者，所表達的敬意和愛意。



更多會友親自DIY設計的枱燈作品，請在更生會網站上的更生天地內瀏覽

以下是一些參與者的心聲回應：

「是次活動給我們帶來生命的意義和對生命的信心。更給我點燃了心中一盞燈，對生命打了一支強心針。很是感恩！」  
Elaine 病者

「很開心嘗試了不一樣的手工製作，又實用、又非常有意義。真是難忘的回憶！」  
Jenny 病者

「好有正能量，好開心，難得給自己少少休息，享受生活情趣。」  
Sarina 照顧者

「非常好，對身心都好，出來活動放鬆心情，忘記了身體的病。」  
Fanny 照顧者

希望來年又安排另一次歡樂愉快的關顧者週，讓我們會友得益。明年見！

更生會南悉尼服務中心自本年四月中至九月底，在經驗豐富的園藝導師陳玉玲女士鼎力支持下，相繼推行「陽台花園」和「在家種菜」園藝課程，導師更善用服務中心現址的二樓陽台作為實習場地，教導學員們構思設計陽台花園、並挑選水份需求較低的多肉植物佈置陽台、處理陽台地面防水、栽種移植、殺蟲施肥等技巧。在半年的悉心指引下，學員們群策群力，將中心二樓陽台打造成綠意盎然、充滿自然感的陽台花園，令人耳目一新，優雅舒心。

在此衷心感謝各方支援，包括義務導師、學員們和好市圍社區花園的義工，亦鳴謝 Kingsgrove Bunnings Company Ltd 捐出470元禮品咭和本會楊迺賢會長的資助，購買林林總總的花園物資，才能實現陽台花園的計劃工程。

陽台花園竣工聯歡會已於勞動節(即十月二日)舉行，當天出席者眾。謹此歡迎本會各區會友們蒞臨南區服務中心參觀我們的陽台花園！

充滿自然感的陽台花園



綠意盎然的陽台花園



群策群力設置陽台花園



陽台雖然只是家中的一個角落，如果有計劃地在陽台種植花草是一件十分有趣的事情，讓你的生活充滿活力，足不出戶也能欣賞到大自然中可愛的色彩，甚至還可以放上一兩張白色小桌椅，坐在陽台捧一杯茶翻幾頁書，悠閒自在，怡然自得。

## 細讀《悉尼故事---保衛乳房》 細數病海波濤

Emma

病海如苦海。放下這本由Tina描述自己為一名定居悉尼，在2021年澳大利亞新冠防疫最嚴峻最艱難期間，身患乳腺癌的故事。我看後也不禁沉浸到她經歷的“事故”中，並嘗試去體會她感受到的酸甜苦辣，不斷反思我能在這事情裡學到什麼？如在未來遇到類似“事故”時，我又能怎樣做到更好？

書中提到作者是在感恩節出生的，她正是這麼一個無時不在感恩、友善華人女性的形象。令我感受最深的是她不只一次提到作為病人，並不需要別人同情的目光和脆弱的淚水，而是需要實實在在的援手和幫助。她反覆提到並感謝那些點點滴滴幫助過她的人：初病時一直幫她搜集乳腺癌資料，出謀劃策的發小群和津偉、接送她就醫卻自己還有抑鬱症的林姐、關鍵時刻挺身而出的李姐吳哥一家、北大校友會廚藝和領導力雙高的彭師姐和武師兄等校友，還有人未到卻雪中送炭的李欣和她國際快遞送來的溫暖等...這些看似簡單的起居生活、照料就醫，在疫情期間顯得尤為珍貴。的確，很多事情說起來容易，做起來並要堅持下去就很難。而對於罹患癌症的病人來說，他們正面對很多負能量、自憐自艾、恐懼和悲天憫人，此時彼刻，最急需最實用的，自然是來自外界在生活細節上的照料和幫助。

再說，在書裡讀到澳洲乳腺癌的醫療系統，從專業醫療水準和操作來說，涉及的診所到私立、公立醫院和其他輔助醫療機構的通力配合，嚴格遵守跨學科團隊護理 (MDT由醫生、護士和其他在相關癌症類型方面具有專業知識的醫療衛生專業人員譬如物理治療師，社工等組成的團隊) 的標準，給予了病人非常科學的救治。有像作者遇到的化療、放療診所裡，忙忙碌碌白衣天使的身影，他們專業、果敢、耐心、細緻，通過共情力找到和病人良性溝通管道；但也有些醫護人員的行為仍有待商榷，雖然心是好的、措施是無可挑剔的，但過於犀利且不屑一顧的態度，可能成為壓倒瀕臨崩潰的癌症病人最後的一根稻草呢！可能由於我也有相關術後的體驗，我非常感同身受到作者的心路歷程，真心希望未來遇到的醫務工作者能更“溫柔”。



作者在2021年7月病發開始，經歷了一整年戰戰兢兢的堅忍治療、並記錄了與病魔和藥魔的苦樂時光，終在2022年6月30日完成了這部著作，認真記錄了很多癌症病人走過的尋醫問診、求治方案、問藥、化療、放療到激素治療的整套流程。

同時她也提到，根據世界衛生組織統計，2020年全球共230萬女性患上乳腺癌，當中68.5萬死亡，乳腺癌已超過肺癌成為全球最致命的疾病；而在新南威爾士州，每7位女性就有一位患上乳腺癌的風險，更不用說有些男性也不能倖免。澳大利亞兩千多萬人口，有近十分之一都是華人，那麼就有近一百萬華人女性或多或少可能遭遇書裡的情節。她們可能是你的遠親近鄰、朋友，也可能是素昧平生、擦肩而過的路人，不管是那一種，都希望大家能讀取作者想傳遞的資訊和心聲，在乳房保衛戰中成為那個更好的自己。如果是旁觀者，請伸出援手；如果是醫務人員，請多給予具專業性指導和鼓勵；如果是病人自己，請偶爾也幽上一默，多多和自己和解...祝願我們都能取得戰役最後的勝利，幫助他人或自己早日脫離病海。

有興趣閱讀《悉尼故事---保衛乳房》請聯繫本會圖書部



## 從生活中培育正念

周姑娘



本會南悉尼服務中心獲喬治河市政廳社區基金資助，於本年二月至五月期間，分別為廣東話及普通話癌病患者及其關顧者，推行一項「活在當下」正念實踐計劃，並邀請富有經驗的正念培訓師陳鳳儀女士，分別安排兩場「正念與身心健康」資訊講座和「釋放你的思想」正念培訓工作坊。參加這項實踐計劃的廣東話及普通話會友合共81人。

為了讓學員們彼此交流學習正念的心得，南悉尼服務中心於6月底安排一項課後活動「從生活中培育正念」分享會，當天率先首播剛製作完成的視頻初版，讓學員跟隨進行練習，繼而各與會者分享了參加培訓工作坊後，培育正念的體驗和心得。

由於導師在課堂中曾多次強調，培育正念必須緊記四個重點，即是刻意、專注、察覺當下、不做任何判斷。意思是指有意識地去察覺此刻正在發生的事，以五官的接收去感受自己內在情緒；當專注之後，則培育一個不作判斷的心。在每個練習中，都包含着上述的重點。

現綜合及摘錄當天出席分享會的20多位參加者的交流心得，提供給大家參看如下：

- 通過觀呼吸和靜坐，來提高自己的專注力，並練習五官感覺，感受正在做的事情。
- 從觀呼吸的練習中，讓自己情緒平伏下來，減少雜念，務求提高睡眠質素。
- 讓專注力放到正在進行的活動中，盡量不受負面的念頭所困擾。
- 專注現時的一刻，不執着，不去做任何判斷，讓自己接受事物好與不好的一面。
- 明白到過去的已是過去，明天的事未可知，活在此時此刻是最實際，做事盡量專心去做。
- 將五官的練習帶進生活中，利用煮飯、唱歌和寫字，感受自己內在的專注力。
- 把握當下的時刻，快樂時去體會它，感受當中喜樂；痛苦時去忍受它，了解自己的韌性。
- 學會在平靜中接納自己，對自己發出善意和愛心，視自己為最好的朋友，進而推己及人。
- 在培育正念的引導下，學會平靜地接受和忍讓身邊不合己意的人和事。

- 透過學習培育正念，讓自己改變生活態度，接受人生的變幻無常，並學習包容任何出乎自己意料之外的不如意事情。



右圖為廣東話小組 →



← 左圖為普通話小組

此外，本會在本年七月中已完成了製作「培育正念的好處」正念練習示範的視頻修訂工序，並上載到本會的網頁上以及YouTube中，歡迎大家上網觀賞及跟隨進行練習。

 請參看以下已上載YouTube的鏈接：

示範練習1: 觀呼吸練習和五官的練習



示範練習2: 身體檢視練習和禪行練習



示範練習3: 呼吸放鬆練習和培養慈悲與關愛的心練習



正念培訓導師建議大家每星期抽出一天設定為「正念日」，養成練習和修持正念的習慣。在此希望讀者們能夠領悟以上的交流心得，並且也嘗試培育正念，感受定和靜的專注力量，從而領略生活中的自在和喜樂！



## 支持小組新季度時間表



小組	對象	時間
廣東話新病人支持小組	確診至今不超過兩年之患者 且以往未曾參加過新病人支持小組	2024年3月27日至6月26日 逢星期三 10:30 am - 12:30 pm
廣東話毅恆支持小組	完成新病人支持小組之患者 或癌症復發者	2024年3月27日至6月26日 逢星期三 10:30 am - 12:30 pm
普通話新病人支持小組	確診至今不超過兩年之患者 且以往未曾參加過新病人支持小組	2024年3月28日至6月27日 逢星期四 10:30 am - 12:30 pm
普通話陽光小組	完成新病人支持小組之患者 或癌症復發者及其關顧者	2024年3月28日至6月27日 逢星期四 10:30 am - 12:30 pm

小組	對象	時間
走出憂谷支持小組	癌患家人已離世之關顧者	2023年12月份聚會 - 戶外郊遊樂 地點：待定 日期：12月11日（星期一） 時間：10:00 am - 1:00 pm
廣東話歡樂小組	康復兩年以上的會友	逢每個月第一及第三個星期五的10:30 am - 12 pm 每月第一個星期五是生日會，第三個星期五一般是戶外活動。

## 肺盡心機 - 肺癌支持小組



主題：認識臨床試驗	主題：新年新希望
<p><b>日期：</b> 2023年12月4日（星期一）</p> <p><b>時間：</b> 10:30 am-1:00 pm</p> <p><b>語言：</b> 普通話/廣東話</p> <p><b>對象：</b> 肺癌患者/照顧者/有興趣的公眾人士</p> <p><b>地點：</b> 市區總會</p>	<p><b>日期：</b> 2024年2月5日（星期一）</p> <p><b>時間：</b> 10:30 am-1:00 pm</p> <p><b>語言：</b> 普通話/廣東話</p> <p><b>對象：</b> 肺癌患者/照顧者</p> <p><b>地點：</b> 市區總會</p>

## 首飾製作班

你想製作出獨一無二的項鍊、耳環、手鏈、戒指送給親朋好友和自己嗎？你想為自己生活平添姿彩和成就感嗎？歡迎你參加手工首飾製作興趣班，學習簡單而專業的首飾手工製作和設計技藝。

**日期：** 2024年1月9日至2月6日（逢星期二，共5課）

**時間：** 10:30 am-12:00 pm

**對象：** 會友

**導師：** 雷雨女士

**語言：** 普通話



**名額：** 12人

**地點：** 市區總會

**費用：** \$5（共五堂）

**備註：** 另每堂材料費用\$10（包括：專業鉗及設計盤，925銀配件，珍珠及寶石）



## 賀年糕點製作班

親手炮製兩款無添加賀年糕點，為家人好友送上最佳祝福：椰汁紅豆紅糖年糕及馬蹄糕。

**日期：** 2024年1月17日至1月24日（逢星期三，共2課）

**時間：** 10:30 am-12:00 pm

**對象：** 會友

**導師：** Vivian Li

**語言：** 廣東話/普通話

**名額：** 15人

**地點：** 市區總會

**費用：** \$5（共二堂）



## 「齊聲共唱」中國民歌班



**日期：** 2024年2月27日至4月30日 (逢星期二, 合共10課)  
**時間：** 10:30 am-12:30 pm  
**對象：** 癌症患者及關顧者  
**導師：** 尚佩生先生 (資深聲樂老師)

**語言：** 普通話  
**名額：** 15人 (必須預先報名)  
**地點：** 市區總會  
**費用：** 每位 \$10



## 與Chris O'Brien Lifehouse合辦「面對癌症」資訊講座



特別為過去兩年內診斷為癌症患者、患者家人、親友或關顧者而設的「面對癌症—資訊講座系列」。

**日期：** 2024年2月21日、28日、3月6日及3月13日 (逢星期三, 共4次) **內容：** 治療癌症新趨勢、化療與放療的副作用及護理、癌症病人的營養飲食、醫院及社區支援服務  
**時間：** 10:30 am - 1 pm  
**地點：** Level 5, Chris O'Brien Lifehouse (119-143 Missenden Road, Camperdown) **詳情及報名, 請留意宣傳單張或致電本會查詢。**



## 更生會聖誕聯歡會



**日期：** 2023年12月15日 (星期五)  
**時間：** 10:30 am - 1:30 pm  
**地點：** 悉尼華埠皇冠酒樓2樓

**內容：** 歌舞表演, 遊戲, 幸運大抽獎及午餐  
**票價：** \$30/位  
**門票開售日期：** 2023年10月24日至11月29日

請注意: 此活動只供已登記會友及現職義工參加, 並需預先向本會辦事處購票。

## 更生會與西悉尼大學NICM健康研究所合辦「癌症治療後的復康保健: 為女性度身訂造的支持護理計劃」



Health and Happiness: A tailored program for women and their carers to help with symptoms and side effects after cancer treatment.



該支援性護理計劃目的是改善女性在癌症治療後的健康狀況和提高幸福感。涉及運動、補充療法及如何改善癌症治療的副作用。首先, 您將免費獲得一次健康專業評估, 專家會一對一諮詢您曾遇到的副作用, 健康狀況和健康目標。然後, 您將參加由雙語(廣/普)醫療保健專人提供的六堂小組課程。如有需要, 可能會由其他醫療保健專家幫助您緩解症狀。例如, 用針灸治療潮熱或用推拿治療疼痛和肌肉緊張。

**內容：** 第一週: 八段錦+正念冥想+經驗分享/表達寫作學習

第二週: 八段錦+正念冥想+表達寫作+主題課程-運動

第三週: 八段錦+正念冥想+表達寫作+主題課程-營養

第四週: 八段錦+正念冥想+表達寫作+主題課程-壓力管理

第五週: 八段錦+正念冥想+表達寫作+主題課程-輔助療法

第六週: 八段錦+正念冥想+表達寫作+慶祝/感恩

(第二、三、四、五週課程主題內容的順序可能因健康專家的時間安排有所調整)

**課程日期：** 2024年3月1日 - 4月12日

星期五10:00 am - 12:00 pm,

3月29日復活節假期暫停一次

\* 該健康計劃可能會因參與者人數少而推遲開始的日期。

**地點：** 更生會市區總會

**語言：** 廣東話 / 普通話

\*提供茶點

**報名條件：** 18歲以上會講廣東話/普通話並已完成化療和/或放療的女患者 [在過去5年內被診斷或再次診斷患有癌症 (包括在接受荷爾蒙治療的患者)]以及她們的照顧者。

由於此護理計劃的研究結果日後將呈交政府有關部門, 制定適合華人的癌症康復計劃, 所以妳的積極參與和配合非常重要, 參加者需要盡量參與全部6次的課程, 並配合研究人員各項研究項目。



如果您有興趣參與這項護理計劃, 請致電西悉尼大學研究助理劉靜, 電話: 0416 968 323 電郵: j.liu7@westernsydney.edu.au 或更生會洪姑娘, 電話: 0491 051 706 電郵: emily.hung@canrevive.com

或更生會張姑娘, 電話: 0429 218 624 電郵: kristy.cheung@canrevive.com

Reminder



您也可以通過掃描二維碼報名

## 北區會友歡樂組（廣東話/普通話）

日期：12月5日（星期二）  
時間：10:30 am - 12:00 pm  
語言：廣東話/普通話  
對象：北區支持小組舊組員  
費用：全免



## 北區新癌症病人支持小組（廣東話/普通話）

日期：10月17日至12月5日（逢星期二）  
時間：10:30 am - 12:30 pm  
語言：廣東話/普通話  
對象：兩年內確診為癌症患者之北區會友及其照顧者  
費用：全免



## 八式太極班

日期：11月1日至12月13日（逢星期三，共七堂）  
時間：10:30 am - 12:00 pm  
對象：會友  
語言：廣東話/普通話

名額：10人  
導師：伍漢偉先生（新州精武體育會）  
費用：\$10



## 北區癌症病人及關顧者支持小組

日期：2024年2月6日開始（雙週聚會：每隔一個星期二）  
時間：10:30 am - 12:30 pm  
語言：廣東話/普通話

對象：北區會友及其照顧者  
費用：全免



## 瑜伽保健操

瑜伽保健操是一種調身、調心、調息的運動，可助舒壓、助眠、疏通筋骨、增強力量、延緩衰老及抵抗疾病。易懂、易學、隨時、隨地，無需器材即可進行。從頭到尾，拉伸一遍，從裡到外，健健康康。

日期：2024年2月14日至3月20日（逢星期三，共六堂）  
時間：10:45 am - 12:00 pm  
對象：會友  
語言：普通話



名額：15人  
導師：Jessica Zhang（資深瑜伽教練）  
費用：\$10（共六堂）

以上活動查詢及報名：0428 183 882（龍姑娘）

## 西區活動

## 西悉尼服務中心

查詢及報名：0429 218 624（張姑娘）

開放時間：上午10時至下午3時，逢星期一至五  
地址：113 Hawkesbury Road, Westmead NSW 2145

## 八段錦體驗班

日期：2024年1月11日到2月1日（逢星期四）  
時間：10:30 am - 11:30 am  
導師：Ann Ngo



地點：更生會西悉尼服務中心  
語言：廣東話（普通話輔助）  
對象：癌症患者和關顧者  
費用：全免





# 嚐禪繞 Zentangle



**日期：** 2024年2月6日及2月13日 (星期二)

**時間：** 10:30 am -11:30 am

**內容：** 禪繞畫可以培養正向思維，對心理層面的好處包括減緩壓力與焦慮感、提升專注力與創造力等，同時對改善身體的慢性疼痛有所幫助，並可增進腦部功能、改善血壓與失眠問題。

**地點：** 更生會西悉尼服務中心

**語言：** 普通話 / 廣東話

**對象：** 癌症患者和關顧者

**費用：** 全免

## 南區活動

### 南悉尼服務中心

查詢及報名：0418 842 518 (周姑娘)

開放時間：逢星期二、三、四及五，上午10時至下午3時

地址：8 Park Road, Hurstville NSW 2220

### 「齊聲共唱」中國民歌班

### 「盆底肌鍛煉」中階練習課

**日期：** 2023年11月7日至12月12日(逢星期二，合共6課)

**時間：** 10:30 am - 12:30 pm

**對象：** 癌病患者及關顧者

**語言：** 普通話

**費用：** \$10

**導師：** 尚佩生先生 (資深聲樂老師)

**名額：** 15人 (必須預先報名)

**日期：** 2023年11月15日至12月6日(逢星期三，合共四節)

**時間：** 10:30 am - 12:00 pm

**對象：** 癌病患者及關顧者

**語言：** 廣東話

**費用：** 全免

**名額：** 12人 (必須預先報名)

**備註：** 歡迎曾參加「盆底肌鍛煉」基礎課程或中階班之會友參加



## 更生會農曆新年聯歡會2024 - 「祥龍獻瑞賀新歲」



**日期：** 2024年2月15日 (農曆正月初六)

**時間：** 11 am - 2:30 pm

**對象：** 已登記會友及現職義工

**內容：** 助慶節目 / 集體遊戲 / 幸運抽獎 / 中式午餐

**地點：** 順德味道Taste of Shunde Chinese Restaurant

(9/11 Crofts Ave, Hurstville NSW 2220)

**費用：** 每位 \$30

**查詢及購票：** 2023年11月28日至2024年2月2日

捐款鳴謝：承蒙各位善長人士捐助，使本會服務得以延續及拓展，特此致謝。由2023年7月31日至11月21日之善長名單如下：

#### 捐款\$100以下：

Siu Yu Chan (7/8/9/10月)  
Miaomiao Gao (7/8/9/10月)  
Good2give (8次)  
Zhou Ping  
Ho Him Chang  
Beautiful Tuesday Happigo FAMILY WALK  
Anita Liu  
Henry So  
Trinh Huynh  
Kuang You Tsai  
Peter Chia  
Anthony Tam  
Sherry Lee

#### 捐款\$100 - \$499：

Kam Kuen Cheling  
Doris Kwok Wah Chan (9/11月)  
Doris Chan  
William Chan  
Yung Hong Tai  
Helen Nair  
Ella Lee  
Wui-Wui Tsang  
Irene Yeung  
Junjia Zhong

#### 捐款\$500 - \$999：

Janice Yeung

Wilkin Yau  
Nancy Wing Kwan Ho  
Avantro  
Anonymous

#### 捐款\$1000 - \$4999：

Janice Yeung  
Mabel Chiu Woon  
Hayes  
Hooi Hooi Teh  
Pyove Pty Ltd  
隱名氏

#### 捐款\$10,000 to \$29,999：

Australia Wenzhou Chamber of Industry & Commerce Inc

#### In memory of Dr Edwin Lui

捐款總額: \$3,982.00

Eric Yeung  
Liang Meng CHUA  
Tony, Lily, Clement, Timothy & Grace LOY  
Malcolm Wong  
Mr & Mrs Edward Yeung  
Dennis, Rose and Family  
Eric Kwong  
Pauline Tchen  
Chee Peng Lee  
William Lai  
Oliver and Judy Kwok  
Virginia Woo

Supported by : Truth & Morality Association (Sydney) Incorporated / SK & YY Cheung Family Foundation Pty Ltd

如欲報導或轉載本季刊之內容，請先徵得本會的同意。本會保留刪改或修訂來稿之權力。季刊內容只宜用作參考用途，並不能作為取代醫生和專業人員為閣下所提供的專業意見。