

主編：高羅建英

編委會：區沛珊 梁遠榮 關麗珍 吳玉英 柳冠勤 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



更生會 28 週年慈善晚宴

李黃超鳳

瞬間更生會已踏入28年了，並將於6月17日（星期六）假座悉尼北區車士活Westfield 商場六樓唐宴壹號酒樓舉行慈善晚宴(King Dynasty Restaurant - Level 6, Chatswood Westfield Shopping Centre)。感謝各界人士多年來的支持，祈盼各新知舊雨一同參與。當晚並邀請得新州癌症事務總監兼新州癌症學會行政總監Tracy O'Brein教授為主講嘉賓。

餐券已經開始發售，票價為\$130/位，每席10人；本會會友喜得善長贊助，票價為\$100/位。購票請於辦公時間內親臨市區總會，或以電郵聯絡本會職員Daisy Liang: info@canrevive.com，歡迎大家踴躍購票。

更生會農曆新年聯歡會 「福兔賀歲添新象」



周姑娘

更生會於兔年正月十二假好市圍順德味道舉行「福兔賀歲添新象」新年聯歡會。當天邀請得新州多元文化部長馬

克庫爾議員 Mark Coure MP、新州李逸仙州議員Jason Li MP代表新州工黨反對黨領袖柯民思Chris Minns MP出席。聯邦班克斯選區大衛高民議員 David Coleman MP、喬治河市市長尼克·卡特里斯 Mayor Nick Katris、喬治河市市議員王斌及該區社團領袖撥冗赴會，令聯歡會蓬華生輝。

會長楊迺賢在致歡迎詞中，感謝澳洲眾議院反對黨黨魁達頓議員Peter Dutton MP 致更生會的一封信。除向本會全人及支持者拜年外，他讚揚華裔公民對澳洲的貢獻，認同並嘉許更生會對華人癌症患者、家人的支持與付出。會長繼續鼓勵會友們在疫情緩和下，恢復前往各區服務中心參與各項活動。更感謝業主梁先生給予一個寬敞南區服務中心會址，幫助更多需要支持的癌症病人。

馬克庫爾議員在賀詞中，對更生會致力推行癌症支援服務甚為支持，同時透露新州政府將惠捐五千元給予本會。

李逸仙州議員祝願大家兔年平安祥和，萬事如意。農曆新春不單是華人慶祝，其他文化背景的人士都一同參與慶祝。

大衛高民議員致詞時表示，他非常認同更生會癌症支援服務，尤其讚賞創建人的努力耕耘，祝願兔年一切順境。

喬治河市市長在致詞中，讚揚更生會在喬治河社區提供癌症支援服務，並獲得喬治河社區基金撥款，推行各項活動，惠及癌病患者及其家人，建立更牢固的社區聯繫。

聯歡會中大家同唱賀年歌曲，並加插了古箏表演、獨唱、集體遊戲等項目。更生會癌症基金董事、委員會、義工、會友及嘉賓，濟濟一堂，其樂融融，在歡聲笑語中渡過了一個愉快的中午。



為了與會友共同慶祝本會成立二十八週年，將於7月7日（星期五）上午10時30分至下午2時假座悉尼唐人街皇冠酒樓2樓舉行慶祝活動。詳情請留意本會各區服務中心，或透過職員於各支持小組公佈的最新消息。

杏林話語

塞翁失馬，焉知非福：Moderna 表示，癌症、心臟病疫苗可能在 2030 年準備就緒

更生會醫學顧問 李超浩教授

之前已向大家提及過，德國BioNTech和美國 Moderna (莫德納) 公司的信使RNA (mRNA) 疫苗的技術可能有助於消除其他許多難以治療的疾病，包括奪去數百萬人生命的癌症。前幾天，據世界領先製藥公司之一的頂級醫生稱，因為在三年中的新冠疫情所收集到有關 mRNA 疫苗的數據，遠遠超出歷史上任何臨床測試的規模，讓科學及醫學界對於 mRNA 技術獲得深度認識，從而讓針對癌症和心臟病等世界上最致命疾病的疫苗可能會在 2030 年就準備就緒，並可能挽救數百萬人的生命。由此可見，該公告是許多人所說的疫苗開發“黃金時代”的又一個跡象，這在很大程度上歸功於大流行使用 mRNA 技術來製造 COVID-19 疫苗。

Moderna 首席醫療官 Dr Paul Burton 醫學博士說：“我認為我們最近幾個月了解到的是，如果你曾經認為 mRNA 僅用於傳染病或 COVID，那麼現在的證據表明情況絕對不是這樣的。它可以應用於各種疾病領域；我們在癌症、傳染病、心血管疾病、自身免疫性疾病、罕見病領域都有研究。它們都顯示出巨大的希望。”

美國藥物管理局 FDA 最近將兩種新的 Moderna 疫苗指定為突破性療法：一種是預防老年人呼吸道合胞病毒 (RSV) 的疫苗，另一種是有助於預防黑色素瘤復發的疫苗，黑色素瘤是一種致命的皮膚癌。當一種新療法的早期試驗結果明顯優於現有療法時，FDA 就會授予其突破性認定。

因其在 COVID-19 疫苗中的作用而成為頭條新聞的 mRNA 疫苗技術通過引導身體如何製造特定蛋白質 (抗體) 來幫助免疫系統預防或靶向某種疾病來發揮作用。

Dr Burton 預計 mRNA 技術將會帶來突破，例如我們可以根據特定腫瘤的特徵進行個性化定制的癌症疫苗。他說，“我認為我們將為以前無法治癒的罕見疾病提供基於 mRNA 的療法，我認為 10 年後，我們將接近一個真正可以識別疾病遺傳基因的世界，並且可以以相對簡單的方法來編輯修改 mRNA (相當於修改信息)，從而使用基於 mRNA 的技術來修復它。”

Moderna 高管被傳媒訪問時指出，對其疫苗管道項目進行年度更新之前發表了上述聲明，該項目被稱為“疫苗日”。這家總部位於馬薩諸塞州的製藥商表示，它已經在第三期試驗中給某人注射了第一劑“下一代” COVID-19 疫苗，在萊姆病注射方面取得了進展，並正在開發一種針對高度傳染性引起嘔吐和腹瀉的諾如病毒的疫苗。

該公司在一份聲明中表示，總而言之，Moderna 預計在未來幾年將推出六種主要疫苗產品，並補充說，預計僅 COVID-19 加強劑市場就價值 150 億美元。即是說，研發 mRNA 技術的藥物公司不單止因為 COVID-19 而獲得大量數據，令 mRNA 技術研發方面突飛猛進之外，這些公司也因 mRNA 疫苗而獲得龐大的研究資金。簡單來說，這個 COVID-19 疫情雖然令很多人病逝，但卻也因為這次疫情，將來能有更多的病人獲得救治。

罪營廚房 - 批量烹飪，節省體力，保證營養

主講：于雪霏女士（執業營養師）

撮文：布潔靈

由於我們癌症患者在時間、體力或精神上都比較欠缺，批量烹飪，就成為了我們營養保證的關鍵。

下面簡介植物蛋白、植物乳製品及如何選擇與安排，以達合理增重的目的。

（一）計劃

1. 根據需求安排每日/每週購買食材，每週購物一兩次。
2. 少量多種類

種類	天/單人次	週/單人次	週/單人次種類分配建議
蔬菜	300g	2-2.5kg	多種類（參考65期介紹）
肉/魚蛋	100-150g	700g-1.2kg	150-200g紅肉，200-300g家禽，200g魚，100g豆製品
乳製品	500ml	3.5L	2-3升牛奶，一升酸奶
水果	100g	700g-1kg	多種類
碳水化合物 (穀物/全穀物)	225-325g/全食者或 250-400g/素食者， 225-350g/肉蛋奶素食者	1.6-2.3kg/全食者或 1.75-2.8kg/素食者， 1.57-2.45kg/肉蛋奶素食者	25%-50% 全穀物，25%-30% 薯類

- ✦ 建議每天除了吃多種類蔬果、一個雞蛋；每週兩次紅肉（牛、羊）補鐵、兩次魚；其它時間吃豬和雞肉（其中一天吃豆製品），這樣就可以得到均衡營養了。

（二）操作

1. 盡量使用定時烹飪功能：電湯煲、電燉盅(一次可燉兩三盅)和電飯煲；早上出門前把材料和水，放進煲或盅裏，調好定時器，打開開關，那回家就會有熱的飯、湯了；
2. 簡單烹飪功能：學習用多層蒸煲、微波爐煮食，節省時間；
3. 冷凍或乾燥食材：家裡備些急凍的青豆或其它蔬菜，以備急需。急凍蔬菜就營養來說，除了維生素C有缺失外，其它如纖維素等80%的營養都會保留在裏面；
4. 儲存/隔夜菜：所有跟綠葉菜無關的餸菜都可以保留16到18個小時，但最好第二天就吃完，不留更久。

（三）合理的飲食安排

1. 積極使用定時烹飪功能：不會用的可以看看說明書或問問家裡的年輕人；
2. 盡量選擇中午烹飪：因為午餐應該是全天最豐盛的一餐，晚餐可以簡單吃中午剩的飯菜。但若家人都是晚飯在家吃的，也可以下午做，只是注意晚餐別吃太多，總之靈活處理；有些老人一天就吃兩餐也是可以的。

更生會「男」言之隱

- 前列腺癌社區教育計劃公開講座 (二)

林奇恩教授

尿結石

尿結石可能發生在腎臟、輸尿管、膀胱或尿道。如果尿液中的化學物超過飽和程度的話，結石就會形成。尿結石的發病高峰期多集中在40歲左右。男性比女性高3倍以上，其他因素包括低液體攝取量（每一天尿量少於一公升）、高鹽和高蛋白質的飲食、久坐不動的職業、細菌感染、代謝性疾病，包括痛風症或有尿結石家族史。

尿結石起初並沒有病徵。但隨著結石體積變大或跌入輸尿管時，便會產生腰痛。這種「腎絞痛」時強時弱，甚至轉移到腹股溝或外生殖器。其他症狀包括血尿或發燒，嚴重的更會損害腎功能。

尿結石的診斷

✍️ 腹部X光（KUB）能檢測到約90%的尿結石，它快速和安全。然而，它不能檢測「隱形」結石或排除任何由結石引起的尿路梗阻。

✍️ 在急性腰痛患者中，超音波是一個很好的影像方式去排除相關的腎積水。它沒有任何輻射的危險，特別適用於孕婦患者。準確度因人而異，亦可能會錯過細小（<5毫米）結石。

✍️ 在治療尿結石前，靜脈尿路造影（IVU）能評估泌尿系統的功能和結構，但造影劑可能導致過敏、過敏性休克或影響腎功能。

✍️ 電腦掃描機（NCCT）可以檢測「隱形」及細小的結石。它能評估結石密度和與皮膚的距離，決定治療效果。在急性腰痛患者中，它已取代了靜脈尿路造影作為確診結石的影像工具，但是它帶有較高輻射的危險。

✍️ 電腦掃描尿路造影（CT urogram）不僅可以評估泌尿系統的功能和結構，也可以檢測「隱形」的結石。它集合靜脈尿路造影（IVU）和電腦掃描（NCCT）的好處，但是它帶有最高輻射和造影劑的危險。

尿速慢

病徵：這是一種下尿路的排尿症狀。其他排尿症狀包括：排尿時遲疑、斷斷續續、感到費力、不完全排盡的感覺。下尿路症狀可以影響任何年齡層的男女。隨著年齡的增長，尿流的速度正常會降低，但亦有可能因潛在疾病而引致。

病因：膀胱既有儲尿的作用，又有排尿的作用。尿液經尿道由膀胱排出體外。男性尿道有一部份穿過前列腺。膀胱儲尿時肌肉處於放鬆狀態，排尿時處於收縮狀態。完整的神經系統控制尿液儲存和排尿之間的轉換。

尿速慢的病因可從多處分析：

- ➡️ 導致膀胱未有效將尿液排出體外的疾病
- ➡️ 膀胱出口阻塞的疾病
- ➡️ 影響控制排尿的神經系統的疾病

男女性別體質結構有異，骨盆中有不同的器官有可能壓到膀胱出口，並導致尿速減慢。在男性中，常見原因是良性前列腺增生，導致膀胱的出口阻塞。

夜尿多

病徵：隨著年齡的增長，這很常見的，這還取決於你喝飲料的時間和份量。

病因：想像膀胱是一個氣球，當腎臟產生的尿液充滿膀胱時，膀胱會被拉伸，神經訊號發送到大腦，告訴大腦膀胱已達到最大容積。因此，就會感到尿急，並須要排尿。

夜尿多的成因包括：

與泌尿科有關：

- ➡️ 產生尿液的速度加快或排尿量增加，從而增加了膀胱的充盈
- ➡️ 某些會增加尿液產生或令你口渴的藥物
- ➡️ 過量攝入咖啡因或酒精
- ➡️ 糖尿病，你開始排泄尿液中的糖分，導致尿量增加
- ➡️ 睡前喝太多液體
- ➡️ 減少膀胱的儲存量
- ➡️ 膀胱沒法排清尿液
- ➡️ 膀胱腫瘤或膀胱結石
- ➡️ 尿道感染

與神經系統疾病有關：

- ➡️ 中風
- ➡️ 多發性硬化症
- ➡️ 衰老導致神經系統功能下降

與心血管疾病有關：

- ➡️ 腳踝和腿水腫腫脹
- ➡️ 心臟衰竭

下期繼續討論「前列腺增生」的問題

支持小組新季度時間表

以下前四個支持小組將於8月中重開，請留意宣傳單張或致電本會查詢。

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	2023年3月22日至6月28日 逢星期三 10:30 am - 12 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	2023年3月22日至6月28日 逢星期三 10:30 am - 12 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	2023年3月23日至6月29日 逢星期四 10:30 am - 12 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	2023年3月23日至6月29日 逢星期四 10:30 am - 12 pm
廣東話歡樂小組	康復兩年以上的會友	2023年2月3日開始 逢星期五10:30 am - 12 pm 每月第一個星期五是生日會

走出憂谷支持小組

(2023年6月份及8月份聚會)

日期： 6月19日及8月21日 (星期一)

地點： 市區總會

時間： 10:30 am-12:30 pm

對象： 癌患家人已離世之關顧者

肺盡心機 - 肺癌支持小組

日期： 2023年6月5日 (星期一)

時間： 10:30 am - 12:30 pm

主題： 呼吸希望 - 與肺癌共存 (分享我的故事)

嘉賓分享： 年輕的肺癌病人Lillian 會來分享她如何面對末期肺癌的消息，如何積極配合治療，這幾年與癌共存的心得。

地點： 市區總會

語言： 英語/普通話/廣東話 (現場提供翻譯服務)

對象： 肺癌患者 / 照顧者

日期： 2023年8月5日 (星期六)

時間： 10:00 am - 1:00 pm

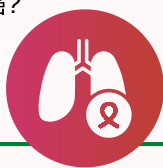
主題： 為何亞洲女士不抽煙卻患上肺癌?

嘉賓分享： Dr Elvin Cheng

地點： 市區總會

語言： 普通話 / 廣東話

對象： 肺癌患者/照顧者/有興趣的公眾人士





新州癌症研究所 (Cancer Institute NSW) 「男」言之隱 - 社區資訊講座 - 男士健康日



日期： 5月27日 (星期六)

時間： 9:45 am – 4:15 pm

地點： Burwood RSL Club (96 Shaftesbury Rd, Burwood NSW 2134)

語言： 英語/普通話/廣東話 (現場提供傳譯服務)

節目內容： 1. 資訊攤位

2. 健康講座：

- 中醫男科診斷和治療 (林大鵬博士, 西悉尼大學NICM健康研究所)
- 中文癌症資源-助你面對癌症 (Sheetal Challam, 新州癌症研究所多元文化戰略顧問)
- 什麼是癌症臨床試驗 (Mayra Oriques, 新州癌症研究所臨床試驗項目主管)
- 盆底肌運動- 減少前列腺癌手術後尿失禁發生 (吳黃玉桂物理治療師)
- 前列腺癌放射治療和放射成像的進展 (Dr. Nitya Patanjali, 放射腫瘤專科醫生, Chris O'Brien Lifehouse癌症醫院)
- 前列腺健康飲食須知 (李可毅, 認證執業營養師)

★ 費用全免, 並備有輕膳招待參加整天活動者

座位有限, 男士優先。歡迎公眾人士參加, 所有參加者必須預先報名及登記。

有關查詢及報名： 更生會市區總會 電話：02 9212 7789 / 手機：0491 051 706 洪姑娘



「光輝晚晴」支持小組

目的： 專為癌患復發的會友/其照顧者, 與及照顧晚期癌患者家屬而設的一個資訊及交流平台。當中有紓緩護理專科護士講解有關問題, 讓組員彼此支持, 再渡癌關, 擁抱光輝晚晴。

日期： 2023年7月21日至8月11日(共四節; 逢星期五)

時間： 10:30 am – 12:30 pm

對象： 癌患復發者及其照顧者; 照顧晚期癌患者家屬

內容： 癌患復發之護理須知、營養問題、心理及情緒支援, 及紓緩護理服務在新州

語言： 廣東話/普通話

地點： 市區總會



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



南區廣東話新病人支持小組

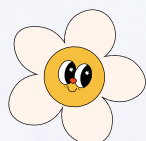
日期： 2023年5月5日至2023年6月23日
(逢星期五, 共八次聚會)

時間： 10:30 am – 12:30 pm

對象： 確診至今不超過2年, 且從未參加過支持小組的癌症患者及其照顧者。

語言： 廣東話

費用： 全免 (參加者必須預先報名)



興趣班 - 「抒懷共唱」中國民歌班

日期： 2023年5月9日至2023年6月27日
(逢星期二, 合共八課)

時間： 10:30 am – 12:00 pm

對象： 癌病患者及其照顧者

語言： 普通話

費用： 每位 \$10

義務導師： 尚佩生先生 (資深聲樂老師)

名額： 15人 (必須預先報名)



健體班 - 簡化24式太極拳

「盆底肌鍛煉」中階班 (女性)

日期：2023年5月10日至6月28日
(逢星期三, 合共八課)
時間：10:30 am – 12:00 pm
對象：癌症患者及其關顧者
語言：廣東話
費用：每位 \$10
義務導師：黃慶銘先生
名額：12人 (必須預先報名)



日期：2023年6月9日至6月30日 (逢星期五, 合共四課)
時間：10:30 am – 12:00 pm
對象：癌病患者及其關顧者
語言：廣東話
費用：每位 \$10
導師：陳健妍物理治療師 (盆底康復及癌症康復專科)
名額：12人 (必須預先報名)
備註：此中階班只歡迎曾參加「盆底肌鍛煉」康復課程或基礎課程之會友參加



北悉尼服務中心

查詢及報名：0428 183 882 (龍姑娘)

開放時間：上午10時至下午2時, 逢星期二、三 (學校假期除外)
地址：Level 1, North Shore House, 65 Archer Street,
Chatswood NSW 2067

北區活動

北區公開資訊講座

此活動與澳華養老Australian Nursing Home Foundation及
Willoughby City Council -Mosaic Centre合辦

講座一：如何申請安老院?
講座二：長者及長期病患者之法律保障知多少?
日期：2023年6月29日(星期四)
時間：10:00 am - 1:00 pm
講者：關姑娘; 王凱健律師

語言：廣東話 (現場提供普通話翻譯)
對象：有興趣公眾人士
費用：全免 (附設茶點)
地點：Auditorium, Dougherty Community Centre, 7 Victor St,
Chatswood NSW 2067

(座位有限, 參加者必須預先報名)

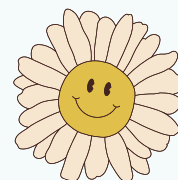
養生學習班

北區會友歡樂組 (廣東話/普通話)

日期：2023年6月7日至6月28日(共四堂; 逢星期三)
時間：10:30 am - 12:00 pm
語言：廣東話
導師：Mr Victor Lee
對象：北區會友
費用：\$5



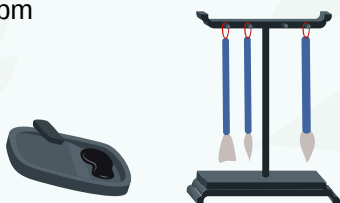
日期：2023年5月23日及6月27日(星期二)
時間：10:30 am - 12:00 pm
語言：廣東話/普通話
對象：北區支持小組舊組員
費用：全免



書法班

素描初班

日期：2023年7月18日至9月5日(共八堂; 逢星期二)
時間：10:30 am - 12:00 pm
語言：廣東話
導師：李炯信先生
對象：北區會友
費用：\$10



日期：2023年8月9日至8月30日(共四堂; 逢星期三)
時間：10:30 am - 12:00 pm
語言：普通話
導師：Ms Lili Chen
對象：北區會友
費用：\$5



關顧者會友好消息!!

查詢及報名: 92127789龍姑娘/洪姑娘

(一) 周末暫息在藍山 Carer Respite in the Blue Mountains

廣東話團 (5月13日); 普通話團 (6月3日)

(二) 關顧者禮物包 Carer Hamper

對象：最近兩年內登記之關顧者會友(最新登記者優先)
名額：送完即止



此實用護理禮品包由照顧者門戶Carer Gateway送出

領取地點：市區總會

備註：未能參加「周末暫息在藍山」者優先




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」



一個為妳在癌症康復路上，幫助提昇生活質素及戰勝癒後各種副作用的「健康生活方式」保健課程。課程以階梯式癌症護理計劃專為完成癌症治療的女性開展，目的是降低治療的副作用，改善生活方式和提高幸福感。參加者將免費獲得一次健康專業評估，並參加由雙語醫療保健專人提供的六堂小組課程。

- 內容：**
- 癌症病人的營養需求
 - 癌症與心理健康的關係 (如正念練習和心理腫瘤學)
 - 健康生活模式與飲食
 - 設計個人健康餐單及體重監控
 - 飲食謎思及烹調貼士
 - 運動與抗癌 (包括氣功和健身測試)

 如果您有興趣參與這項護理計劃，請致電 0429 218 624 或 9212 7789 與更生會西區職員劉姑娘查詢報名。您也可以通過掃二維碼報名。

根據個人的狀況更可能會被轉介到該計劃資金支持的額外護理，或得到其他專職健康和專家服務。

廣東話課程日期：7月21日- 8月25日 (一連6個星期五)

普通話課程日期：10月13日開始，結束日期待定

地點：更生會西悉尼服務中心 (113 Hawkesbury Road, Westmead NSW 2145)

報名條件：18歲以上操廣東話/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 (包括正在接受荷爾蒙治療的患者)

*提供茶點



由於此護理計畫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，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。



「面對癌症」資訊講座

日期： 待定

地點： Westmead Hospital (具體地點待定)

嘉賓講員： Westmead Hospital 專科醫生及輔助醫療團隊

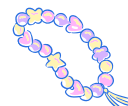
語言： 廣東話/普通話 (現場提供傳譯服務)

講座內容： 治療癌症新趨勢、化療與放療-副作用及護理、癌症病人的營養飲食、醫院及社區支援服務

對象： 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



首飾製作班



日期： 2023年6月2日至6月30日 (一連5個星期五)

導師： 雷雨女士

時間： 10:30 am-12:00 pm

名額： 8人

對象： 會友

費用： 每位每堂材料費 \$5，包括專業鉗、設計盤和珠寶。

以上所有活動詳情及報名，請留意宣傳單張或致電0429 218 624更生會西區職員劉姑娘查詢。

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。由季刊第六十七期至六十八期之善長名單如下：

捐款\$100以下：

Anita Liu
Henry So
Sherry Lee
Anonymous
Christina Hui
Good2Give
Anonymous

Miaomiao Gao (3/4月)
Fong Ping Lee
Siu Yu Chan (3/4月)

TING-YI XIE

捐款\$100 - \$499：

Doris Chan (3/4月)

Xiaoran Xi
洪彩雲
唐遠昭
Rossana Kwan
Janita Choi
Christopher Lee
Lisa Choy
呂仕華

捐款\$500 - \$999：

曾好
Chris Chiu
Stephen Liu AM
Amy Lee

捐款\$1000 - \$4999：

P. K. LING

捐款\$5000 - \$9999：

NSDC Charity Foundation Limited

捐款\$10,000 to \$29,999：

Elaine Mah

捐款\$50,000 to \$199,999：

Victor Ping Seung Lam
Anita Yiu Chun Yip Lam