

## Thông điệp từ Chủ tịch Avacs



Kính gửi Quý Cư dân, gia đình và nhân viên của AVACS,

Chúc mừng năm mới 2026 đến tất cả Cư dân, thành viên gia đình và nhân viên AVACS. Tôi hy vọng mọi người đã có được một mùa lễ hội vui và thật nhiều kỷ niệm bên gia đình và bạn bè.

Trong 12 tháng qua, Ban quản lý AVACS, toàn thể nhân viên và các bác sĩ, chuyên gia y tế đã đến thăm khám và làm việc không mệt mỏi để chăm sóc các cư dân thân yêu của chúng ta, đảm bảo rằng tất cả cư dân đều nhận được sự chăm sóc y tế tốt nhất và được thưởng thức những bữa ăn ngon và bổ dưỡng mỗi ngày. Chúng tôi đã có được bằng chứng nhận đạt đủ tiêu chuẩn vào tháng 5 năm 2025 và trở thành một trong những viện dưỡng lão tốt nhất ở Sydney với xếp hạng 5 sao dựa trên Trải nghiệm của Cư dân, Việc tuân thủ quy định, Nhân sự và Chuẩn mực.

Cho đến năm nay, Viện dưỡng lão của chúng tôi đã hoạt động được 8 năm kể từ Lễ Khai trương chính thức vào tháng 6 năm 2018 và chúng tôi đã đạt được

100% hiệu suất cư trú. Chúng tôi cam kết tiếp tục nỗ lực làm việc để chăm sóc cho các cư dân và cũng đã giúp đỡ được rất nhiều người già yếu, neo đơn và có hoàn cảnh khó khăn trong cộng đồng.

Ban Giám đốc xin gửi lời cảm ơn chân thành và bày tỏ lòng biết ơn đối với toàn thể nhân viên AVACS, những người đã làm việc chăm chỉ và tận tâm với AVACS trong những năm qua để chăm sóc cho những cư dân thân yêu của chúng ta như người thân trong gia đình.

Thay mặt Ban Giám đốc AVACS, tôi cũng xin cảm ơn tất cả cư dân và người thân của họ vì sự hợp tác và hỗ trợ trong suốt 8 năm qua.

Trân trọng,

Bác sĩ David Minh Tăng

Chủ tịch AVACS

05/01/2026

## MÓN QUÀ ẤM ÁP MÙA ĐÔNG

Khi những cơn gió lạnh đầu mùa đông vừa ập đến, thì ngôi nhà AVACS của chúng tôi liền được sưởi ấm một cách đặc biệt bằng tấm lòng hào phóng vô bờ bến của **bà Nancy và ông Jim Lee** đến từ cộng đồng. Chuyến viếng thăm đầy ý nghĩa của họ là một sự nhắc nhở tuyệt vời về lòng tốt luôn được bao quanh các cư dân của chúng tôi.



### Sự quan tâm ấm áp và ân cần

Trước khi mùa đông ập đến, hai vị khách đặc biệt của chúng tôi đã đến trước với những túi quà ấm áp, mong muốn giúp cư dân của chúng tôi được cảm thấy thoải mái và ấm áp. Họ chu đáo đi từ phòng này sang phòng khác và qua các khu vực sinh hoạt chung, dành thời gian để nói chuyện riêng với từng cư dân.



Khuôn mặt của các cư dân rạng rỡ hẳn lên khi họ được lựa chọn những chiếc băng đô giữ ấm mềm mại, đầy màu sắc và mũ len ấm áp. Những bức ảnh tuyệt đẹp đã ghi lại nụ cười rạng rỡ khắp nơi khi nhân viên của chúng tôi và hai ông bà Lee giúp cư dân thử những món quà mới, tìm ra kiểu dáng và màu sắc hoàn hảo phù hợp với cá tính của từng người. Từ những cư dân đang thưởng thức bữa ăn tại phòng ăn cho đến những cư dân đang thư giãn trong phòng riêng của mình, tất cả đều được tham gia vào hoạt động ấm áp này.



### Hơn cả một món quà: Một cử chỉ thể hiện tình cộng đồng

Hoạt động ấm áp này không chỉ đơn thuần là những món quà mà là một cử chỉ đẹp thể hiện sự gắn kết cộng đồng và là một ngày tràn ngập những kết nối tình người một cách chân thành. Sự ấm áp của những chiếc mũ len và băng đô như được hòa quyện với sự ấm áp của những nụ cười và những câu chuyện được chia sẻ với nhau.

Chính những khoảnh khắc như thế này mang lại niềm vui vô bờ bến cho gia đình Avacs chúng tôi và nêu cao



tinh thần cộng đồng tuyệt vời mà chúng tôi là một phần trong đó. Chúng tôi xin bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc nhất đến những vị khách đã rất nhiệt tình và hào phóng cũng như dành thời gian mang lại niềm vui, sự thoải mái cho cư dân của chúng tôi trước khi bước vào một mùa lạnh.

## Niềm vui mua sắm và tinh thần cộng đồng sôi nổi: Ngày mua sắm AVACS đã thành công rực rỡ!

Không khí náo nhiệt, phấn khởi và kết nối chân thành đã tràn ngập AVACS trong Ngày mua sắm vừa qua. Chúng tôi rất vui mừng chia sẻ rằng chương trình đặc biệt này đã thành công rực rỡ, tạo nên trải nghiệm mua sắm vui và gần gũi, gắn kết toàn thể cộng đồng của chúng ta một cách thực sự có ý nghĩa.



## Sự chuẩn bị đầy tâm huyết trong nhiều tuần lễ

Sự kiện này không chỉ đơn thuần là một ngày hoạt động; đó là minh chứng cho sự tận tâm của đội ngũ RAO tuyệt

vời của chúng tôi. Trong nhiều tuần, họ đã làm việc không mệt mỏi phía sau hậu trường. Nỗ lực của họ bao gồm việc thu thập rất nhiều các vật dụng được



nhân viên quyên góp một cách hào phóng và tuyển chọn cẩn thận các vật dụng mới hoặc đã qua sử dụng để đảm bảo có thứ gì đó đặc biệt dành cho mọi người. Kế hoạch được thực hiện chu đáo đến từng chi tiết, từ việc thiết lập và trang trí các gian hàng đến việc trình bày các mặt hàng.

## Những khoảnh khắc nổi bật trong Ngày Đặc Biệt

### Thiên đường mua sắm

Các gian hàng của chúng tôi tràn ngập những món đồ quý giá! Như trong ảnh, cư dân vui vẻ lựa chọn quanh những chiếc bàn chất đầy khăn quàng cổ nhiều màu sắc đã qua sử dụng, quần áo thời trang và túi xách sành điệu. Các gian hàng khác trưng bày đồ trang sức lấp lánh, đồ thủ công độc đáo và nhiều đồ dùng vệ sinh cá nhân thiết thực hàng ngày. Sự đa dạng phong phú này mang đến trải nghiệm mua sắm chân thực và đầy ý nghĩa, cung cấp các mặt hàng vừa thiết thực vừa mang lại niềm vui cho mỗi người.



## Một hành trình đáng ghi nhớ về quá khứ

Sự kiện mua sắm này rất ý nghĩa vì nó đã tái hiện thành công bầu không khí đi chợ mua sắm của quá khứ, khơi gợi lại những hoài niệm vui vẻ rõ rệt trong lòng cư dân. Hành động đơn giản, quen thuộc như xem hàng, sờ mó hàng hóa, lựa chọn món đồ và "mua hàng" là một hành động rất đáng được trân trọng. Chúng tôi thấy cư dân rất rạng rỡ khi họ được trải nghiệm lại những sinh hoạt này, làm tăng cảm giác tuyệt vời về quyền tự chủ, quyền lựa chọn và một cuộc sống bình thường.

## Thể hiện tinh thần cộng đồng

Ngày mua sắm hôm đó là một minh chứng tuyệt vời cho tinh thần cốt lõi của AVACS. Các nhân viên không chỉ có mặt để quản lý các gian hàng mà còn đóng vai trò là người bạn đồng hành mua sắm cá nhân cho các cư dân. Họ nhiệt tình hỗ trợ cư dân, giúp cư dân lựa chọn quần áo, đưa ra những lời khuyên hữu ích và cùng chia sẻ niềm vui khi tìm được món đồ hoàn hảo. Những nụ cười, những cuộc trò chuyện sôi nổi và chia sẻ những khoảnh khắc khám phá chính là điểm nhấn thực sự của ngày hôm đó.



## Không chỉ đơn thuần là Một Ngày Mua Sắm

Ngày Chợ đó không chỉ đơn thuần là mua sắm mà là một sự nhắc nhở mạnh mẽ về tầm quan trọng của giá trị bản thân, quyền lựa chọn và sinh hoạt cộng đồng của cư dân chúng ta. Đó là một ngày của sự độc lập, kết nối sôi nổi và chia sẻ hạnh phúc, chạm đến trái tim của tất cả mọi người.

Nụ cười trên khuôn mặt của cư dân khi họ tự hào cầm trên tay những món đồ mới đã nói lên tất cả.

Chúng tôi xin bày tỏ lòng biết ơn chân thành đến đội ngũ RAO tuyệt vời và toàn thể nhân viên đã quyên góp vật phẩm và thời gian của mình để biến ngày này thành một thành công khó quên đối với cư dân của chúng ta. Chúng tôi mong muốn tạo ra nhiều khoảnh khắc tuyệt vời hơn nữa trong tương lai.

## Bảy năm của phong cách và nụ cười: Dịch vụ chăm sóc tóc tình nguyện tận tâm của chúng tôi



Suốt bảy năm qua, cư dân của AVACS đã được tận hưởng trải nghiệm làm đẹp chuyên nghiệp ngay tại viện, tất cả là nhờ vào "Chị Mai", một tình nguyện viên tận tâm từ cộng đồng của chúng ta. Mỗi thứ Hai,

không hề bỏ sót, cô ấy đều mang đến những kỹ năng chuyên nghiệp, nụ cười ấm áp và tinh thần hào phóng của mình phục vụ cho cư dân, giúp họ luôn được trông tuyệt vời nhất.



**Không chỉ là cắt tóc: Đó còn là ngày làm đẹp và chăm sóc sức khỏe.**



Salon tóc trong viện của chúng tôi trở nên nhộn nhịp vào các ngày thứ Hai. Cô Mai không chỉ cung cấp dịch vụ cắt tóc đơn giản; cô ấy còn cung cấp đầy đủ các dịch vụ tạo nên vẻ đẹp và nâng cao sức khỏe. Như bạn có thể thấy từ các bức ảnh, cô ấy cung cấp mọi thứ từ cắt tóc thời trang và chải tóc nhẹ nhàng đến nhuộm tóc chuyên nghiệp, uốn và tạo

kiểu. Cư dân có thể được nhìn thấy đang thư giãn dưới máy sấy tóc, giống như họ vẫn thường có được ở bất kỳ salon cao cấp nào.

Dịch vụ này không chỉ đơn thuần là vấn đề làm đẹp. Đó còn là sự tự chăm sóc bản thân và niềm vui khi được chiều chuộng. Sự chăm sóc nhẹ nhàng và sự tự tin của một kiểu tóc mới mang lại là một món quà vô giá mà cô ấy dành cho mỗi cư dân.

*Một nhân viên tận tâm trong đội RAO của chúng tôi đã hỗ trợ vô cùng quý báu bằng cách tạm thời cung cấp dịch vụ làm tóc cho cư dân trong thời gian thợ làm tóc chính đi nghỉ hè. Công việc này đảm bảo sự liên tục trong cung cấp dịch vụ chăm sóc và sự thoải mái cho cư dân của chúng tôi.*



## Một buổi sáng ngập tràn ánh nắng và sự thanh bình



Một trong những hoạt động mới được yêu thích nhất của chúng tôi là "Giờ tắm nắng" đơn giản và yên bình. Vào những buổi sáng đẹp

trời, trong lành, cư dân của chúng tôi đã tận hưởng khu vườn xinh xắn ở ban công, đắm mình trong ánh nắng dịu nhẹ và không khí trong lành.

## Cà phê, âm nhạc và những người bạn tốt

Như những bức ảnh ghi lại, đó là những khoảng thời gian thư giãn tuyệt vời. Cư dân quây quần bên bàn hoặc thư giãn trên những chiếc ghế sofa êm ái, tận hưởng sự ấm áp và bầu không khí dễ chịu bên cạnh những người bạn sống chung.



Để buổi sáng thêm phần đặc biệt, nhân viên của chúng tôi phục vụ cà phê mới pha và các loại đồ uống nóng khác, cho cư dân có thể nhâm nhi trong khi trò chuyện với bạn bè hoặc đơn giản là tận hưởng những khoảnh khắc yên tĩnh. Chúng tôi bật nhạc Việt xưa để cư dân nghe thư giãn, những giai điệu nhẹ nhàng lan tỏa

trong không gian, góp phần tạo nên bầu không khí thanh bình.

Niềm vui giản dị của cảm nhận ánh nắng mặt trời, lắng nghe những giai điệu quen thuộc và cùng bạn bè nhâm nhi tách cà phê đã nhanh chóng trở thành một phần yêu thích trong ngày. Đó là cách kết nối với thiên nhiên và cộng đồng một cách tuyệt vời và thanh bình nhất.



## Niềm vui trong gian bếp: Những trải nghiệm nấu nướng gần đây của chúng tôi!

Nhờ những hoạt động nấu ăn tập thể tuyệt vời qua những bàn tay nhanh nhẹn linh hoạt mà phòng bếp và phòng sinh hoạt của AVACS được tràn ngập mùi vị thơm ngon và không khí vui vẻ.



Những hoạt động này là một cách thức tuyệt vời để cư dân được trực tiếp tham gia, chuyện trò và cùng nhau tạo ra những món ăn ngon.

### Thực hành nấu chè Việt Nam

Một trong những hoạt động nổi bật gần đây của chúng tôi là buổi làm món chè ngọt truyền thống của Việt Nam. Như các bạn có thể thấy trong ảnh, cư dân đã quây quần bên bàn để cùng chuẩn bị nguyên liệu. Với sự hỗ trợ tận tình của đội ngũ RAO, cư dân đã cùng nhau nghiền khoai lang nhiều màu sắc và khéo léo vo thành những viên chè nhỏ vị lá dứa, tất cả để chuẩn bị cho một món tráng miệng thơm ngon. Đó là một trải nghiệm tuyệt

vời cho các giác quan và là một cách tuyệt vời để kết nối lại những hương vị quen thuộc.



### Niềm vui làm bánh: Bánh mì tròn và bánh rán

Trong một hoạt động được yêu thích khác, cư dân và nhân viên của chúng tôi đã cùng nhau làm bánh. Cư dân đeo găng tay và hào hứng tham gia, giúp đỡ bột, trộn các nguyên liệu và nhào bột. Mọi người đều rất vui vẻ khi cùng nhau làm việc, một số cư dân khéo léo tạo hình bột thành những vòng tròn, chuẩn bị cho việc nướng bánh



### Chuẩn bị cho buổi biểu diễn: tự làm Kem



Niềm vui chưa dừng lại ở đó! Để chuẩn bị cho một sự kiện biểu diễn âm nhạc đặc biệt, nhóm RAO của chúng tôi đã chuẩn bị máy làm kem. Họ đã dành cả buổi chiều để làm một mẻ kem tự làm đặc biệt phục vụ như một món tráng miệng giải khát

cho tất cả mọi người tham dự buổi biểu diễn âm nhạc vào ngày hôm sau. Đó là một điểm nhấn ngọt ngào hoàn hảo đáng để mong chờ!



## Mừng lễ Vu Lan: một ngày tri ân và tôn kính tại AVACS.



Vào thứ Sáu ngày 06 tháng 9, Viện dưỡng lão AVACS của chúng tôi đã tổ chức lễ Vu Lan ấm áp, nhằm tôn kính tổ tiên và bày tỏ lòng biết ơn đối với cha mẹ. Sự kiện này, vốn đã trở

thành truyền thống hàng năm tại viện dưỡng lão, được chủ trì bởi các vị sư thường xuyên đến thăm và đã quy tụ các cư dân, khách tham quan và nhân viên trong một tinh thần tôn kính và suy niệm.

### Lễ tưởng niệm

Buổi lễ bắt đầu bằng việc các vị sư chia sẻ câu chuyện về nguồn gốc lễ Vu Lan với các cư dân. Sau đó, khoảnh khắc quan trọng nhất của buổi lễ là khi các vị sư thực hiện nghi thức cài trâm cài áo làm bằng hoa hồng vải cho cư dân và nhân viên.



Năm nay, như một cử chỉ thể hiện lòng kính trọng tôn giáo đặc biệt, tất cả cư dân đều được tặng những bông hồng vàng tuyệt đẹp. Hoa hồng vàng cũng được tặng cho các nhà sư, kết nối mọi người trong một biểu tượng chung của sự tôn kính.



## Tụng kinh thanh tịnh và những món quà ý nghĩa



Sau nghi lễ dâng hoa hồng, các vị sư bắt đầu buổi tụng kinh đặc biệt mừng lễ Vu Lan, tạo nên một bầu không khí thanh tịnh. Âm

thanh của những bài tụng kinh vang vọng khắp căn phòng, mang lại cảm giác bình yên và kết nối tâm linh cho tất cả những người tham dự.

Nhiều cư dân bày tỏ cảm xúc xúc động và ấm áp khi nhớ về cha mẹ mình trong lúc tụng kinh, về sự nuôi dạy và hy sinh của cha mẹ vì cuộc sống tốt đẹp cho con cái.



Sau buổi lễ, các vị sư đến thăm đã tặng mỗi cư dân một chiếc bánh bao hấp, do bà ChiêmThị Tâm hào phóng quyên tặng. Những món quà nhỏ tượng trưng cho sự quan tâm, đã mang đến sự ngọt ngào và tươi mới cho một trải nghiệm tâm linh phong phú. Các cư dân ra về với trái tim tràn đầy sự ấm áp, lòng biết ơn và trân trọng.



## Tôn vinh những người cha: Một Ngày của Cha đầy ý nghĩa tại AVACS



Niềm vui, tiếng cười và âm nhạc tràn ngập các hành lang của Viện dưỡng lão AVACS khi chúng tôi tổ chức một bữa tiệc Ngày của Cha ấm áp dành cho các cư dân và gia đình của họ. Đó thực sự là một ngày đặc biệt dành để tôn vinh và tri ân những người cha tuyệt vời trong cộng đồng của chúng ta.

### Một buổi lễ tràn đầy lòng biết ơn

Sự kiện trở nên sống động hơn nhờ âm nhạc sôi nổi khiến mọi người đều nhún nhảy theo điệu nhạc và tinh thần phấn chấn. Đội ngũ nhân viên tận tâm của chúng tôi đã làm việc chăm chỉ để tạo ra một bầu không khí lễ hội ấm áp và tràn đầy lòng biết ơn. Những bài phát biểu xúc động đã được chia sẻ, bày tỏ lòng kính trọng đối với những người cha có mặt, và nhiều cư dân đã lên tiếng chia sẻ những kỷ niệm đáng trân trọng về tình phụ tử và gia đình, cũng như những khoảnh khắc quý giá bên cạnh những người thân yêu.



Đó thực sự là một buổi lễ mang tính cộng đồng đúng nghĩa. Tất cả các bác gái cũng tham gia với sự nhiệt tình, cổ vũ các bác trai và khiến họ cảm thấy vô cùng đặc biệt trong ngày của cha.



Điểm nhấn đặc biệt của buổi tiệc là chương trình bốc thăm trúng thưởng, tạo thêm không khí vui vẻ và hồi hộp. Chúng tôi rất vui mừng thông báo hai cư dân may mắn đã trúng giải, mỗi người nhận được một chiếc đồng hồ hoàn toàn mới.



Những món quà này không chỉ đẹp mà còn thiết thực, nhằm giúp cư dân của chúng ta luôn biết giờ giấc cho mọi sinh hoạt và công việc hàng ngày của mình.



### Những món quà đặc biệt cho một ngày đặc biệt

Không có buổi lễ nào trọn vẹn nếu thiếu đồ uống ngon, và chúng tôi chắc chắn rằng các ông bố của chúng tôi đã được chiêu đãi những gì tốt nhất. Các bác trai đã được thưởng thức bia không cồn, sâm panh và nhiều loại đồ uống ngọt khác. Tất cả được kết hợp hoàn hảo với những chiếc bánh ngọt thơm ngon được đặt riêng từ tiệm bánh "Bread Tops".



Để khép lại một buổi chiều tuyệt vời, mọi người được phục vụ món kem đặc biệt - kết thúc ngọt ngào cho một ngày hoàn hảo.



## Những chuyến đi chơi tuyệt vời dành cho cư dân của chúng tôi 🚗



Gần đây chúng tôi đã có một khoảng thời gian bận rộn và thú vị với những chuyến đi chơi bằng xe buýt, mang đến cho cư dân cơ hội tận hưởng cuộc sống xung quanh, hương vị quen thuộc của món ăn quê nhà và thời tiết mùa xuân tuyệt đẹp.

### Hương vị quê nhà: Chuyến đi đến vùng Canley Heights

Những chuyến đi chơi bằng xe buýt của chúng tôi luôn mang đến một sự háo hức đặc biệt, và

chuyến đi gần đây đến khu phố Canley Heights đã thành công rực rỡ! Được hòa mình vào cuộc sống sôi động, cư dân của chúng tôi đã vô cùng thích thú với những hình ảnh và âm thanh quen thuộc của khu phố nhộn nhịp.

### Trái cây tươi và hương vị quen thuộc

Điểm dừng chân đầu tiên là dạo quanh các khu bán trái cây địa phương. Cư dân rất thích thú khi được tự do ngắm nhìn, ngửi và lựa chọn những loại trái cây mình yêu thích, từ xoài ngọt đến nhãn tươi. Đó là một sự trở lại với những hoạt động quen thuộc và thú vị. Sau chuyến dạo phố mua sắm thành công, đã đến lúc ăn trưa tại nhà hàng "Minh Tâm" nổi tiếng. Điểm nhấn của bữa ăn là món "Cơm tấm đặc biệt", một món ăn truyền thống được nhiều người yêu thích. Cư dân của chúng tôi vô cùng thích thú với hương vị thơm ngon, đậm đà của món ăn. Hương vị quen thuộc của quê nhà, kết hợp với không khí náo nhiệt của nhà hàng và sự đồng hành của những người bạn sống chung, đã tạo nên một chuyến đi chơi thực sự hoàn hảo.



### Một ngày giữa muôn hoa: Chuyến tham quan lễ hội hoa anh đào

Vào một ngày xuân đẹp trời, đầy nắng, một nhóm cư dân của chúng tôi đã tham gia

chuyến đi chơi đặc biệt bằng xe buýt đến thăm Khu Vườn Parramatta tuyệt đẹp trong Lễ hội Hoa Anh đào hằng năm. Sự háo hức hiện rõ khi mọi người lên xe, sẵn sàng cho một ngày được hít thở không khí trong lành và chiêm ngưỡng những cảnh đẹp.

### Dạo bước dưới ánh mặt trời

Khi đến nơi, chúng tôi được chào đón bởi khung cảnh tuyệt đẹp của những bông hoa anh đào màu hồng và trắng đang nở rộ.



Các cư dân đã thích thú tản bộ và di chuyển bằng xe lăn dọc theo những con đường trong vườn, dừng lại để chiêm ngưỡng và ngắm rõ những bông hoa mỏng manh.

Đó là một phong nền hoàn hảo cho việc chụp ảnh, và cư dân của chúng tôi (cùng những chiếc mũ chống nắng sành điệu của họ) trông thật tuyệt vời cùng với nhiều màu sắc rực rỡ.



### Bữa trưa Yum Cha ngon miệng



Sau một buổi sáng tuyệt vời khám phá khu vườn, chúng tôi đã đến nhà hàng "Iron Chef" để thưởng thức bữa trưa Yum Cha tuyệt vời. Đây là điểm nhấn trong ngày đối

với nhiều người, khi các cư dân vui vẻ chia sẻ những câu chuyện từ tham quan khu vườn trong khi thưởng thức bánh bao, há cảo và các món ăn ngon khác. Mọi người đều đồng ý rằng đây là cách hoàn hảo để nạp lại năng lượng, và các cư dân của chúng tôi vô cùng yêu thích hương vị truyền thống của các món ăn.

### Một chuyến đi chơi dã ngoại thật vui vẻ

Ngày hôm đó không chỉ ngắm hoa và ăn ngon; mà còn về những trải nghiệm tuyệt vời chia sẻ cùng nhau. Đội ngũ nhân viên tận tâm của chúng tôi luôn sẵn sàng hỗ trợ, đảm bảo mọi người có thể tham quan khu vườn và ăn nhà hàng một cách thoải mái và an toàn. Những chuyến đi chơi như thế này là một phần giá trị trong chương trình sinh hoạt của chúng tôi, mang đến cơ hội tuyệt vời để cư dân kết nối với thiên nhiên và cộng đồng nhiều hơn. Đó là một ngày tươi mới, tràn đầy niềm vui, và chúng tôi rất mong chờ những chuyến dã ngoại tiếp theo!



## Rèn luyện trí tuệ và thể chất: Các hoạt động hàng ngày tại AVACS



Tại AVACS, chúng tôi tin rằng một ngày trọn vẹn là một ngày có hoạch định, niềm vui và sự kết nối. Chương trình sinh hoạt hàng ngày của chúng tôi được kiến tạo chu đáo để kích thích cả trí tuệ và thể chất của cư dân, đảm bảo một bầu không khí sôi động cho mọi người đều có thể hưởng ứng và tham gia.



### Ca hát tập thể: Một buổi họp xướng của niềm vui

Những âm thanh vui nhộn từ các buổi ca hát tập thể thường vang vọng trong các khu vực sinh hoạt chung của chúng tôi. Hoạt động được yêu thích này giúp cư dân cùng nhau chia sẻ giọng hát và thưởng thức những giai điệu bất hủ của các bài hát yêu thích. Đây là một cách tuyệt vời để vun đắp tinh thần cộng đồng và gợi lại những kỷ

niệm hạnh phúc thông qua âm nhạc.

### Trò chơi chiến thuật vui nhộn: Dominoes

Đối với những ai thích sự cạnh tranh thân thiện, các buổi chơi domino của chúng tôi là một lựa chọn phổ biến. Trò chơi kinh điển này tạo ra những cuộc trò chuyện sôi nổi và tiếng cười khi các cư dân thách đấu lẫn nhau, khuyến khích phát triển tư duy chiến lược và tương tác xã hội trong một không gian thư giãn.



### Rèn luyện trí não: Trò chơi ô chữ



Các buổi chơi trò chơi ô chữ của chúng tôi mang lại sự kích thích trí não tuyệt vời. Cư dân có thể cùng nhau hoặc riêng lẻ giải các câu đố, giúp cho đầu óc luôn minh mẫn và năng động. Đây là một cách tuyệt vời để tập trung vào ngôn ngữ và trí nhớ, đồng thời tận hưởng cảm giác

thành công khi giải được mỗi câu đố.

## Nghệ thuật sáng tạo: Tô màu theo họa tiết



Chương trình nghệ thuật sáng tạo của chúng tôi mang đến một không gian thư giãn để thể hiện bản thân. Các buổi sinh hoạt về tô màu



theo mẫu cho phép cư dân khám phá khía cạnh nghệ thuật của mình, tập trung vào những thiết kế phức tạp được hỗ trợ trong một khung cảnh yên tĩnh.

### Vận động: Chơi tennis trên ghế

Sức khỏe thể chất là ưu tiên hàng đầu, và các buổi "chơi tennis trên ghế" của chúng tôi đã trở thành điểm nhấn trong sinh hoạt hàng tuần. Môn thể thao đã được điều chỉnh này là một cách an toàn giúp cư dân duy trì khả năng vận động, phối hợp và thể lực trong khi vẫn có được nhiều niềm vui.



## Những khoảnh khắc bình yên: Đọc sách và âm nhạc



Đối với những ai thích nhịp sống yên tĩnh hơn, ngôi nhà của chúng tôi mang đến nhiều cơ hội để suy ngẫm trong tĩnh lặng. Cư dân thường được bắt gặp đang thư giãn

với một cuốn sách hay ở một góc tràn ngập ánh nắng hoặc chơi nhạc cụ, chẳng hạn như guitar, tạo nên một bản nhạc du dương cho cuộc sống thường nhật



## Mừng Lễ hội Trung thu tại AVACS



Tuần này, không khí tại Viện dưỡng lão AVACS tràn ngập sự ấm áp và hoài niệm khi cư dân và nhân viên cùng nhau đón mừng Tết Trung Thu năm 2025. Một truyền thống đáng trân trọng đánh dấu lễ hội trăng rằm, sự kiện này đã biến ngôi nhà thành một trung tâm văn hóa, sinh hoạt cộng đồng và sôi động.



### Hương vị truyền thống

Tâm điểm của lễ hội là việc chia sẻ bánh trung thu, món ăn đặc trưng nhất của ngày lễ. Đối với các cư dân, hương vị của bánh trung thu không chỉ đơn thuần là một món ăn ngọt ngào; nó còn là sự kết nối với những kỷ niệm về những buổi sum họp gia đình và những mùa thu tuổi thơ.



Xin gửi lời cảm ơn đặc biệt đến Nancy và Jim Lee, những người luôn tận tâm với gia đình AVACS mỗi năm. Một lần nữa, họ đã cung cấp những chiếc bánh trung thu tự làm thơm ngon, đảm bảo rằng mọi

cư dân đều có thể thưởng thức hương vị đích thực của mùa lễ hội. Sự hào phóng của họ vẫn là điểm nhấn của lễ hội, được mọi người háo hức mong chờ.



## Tinh thần gắn kết của Ban Lãnh Đạo và cộng đồng



Trong một cử chỉ thể hiện sự gắn kết ấm áp, Giám đốc cơ sở Shirley Leong và Quản lý chăm sóc Kim Nguyễn đã cùng ngồi ăn với các cư dân. Sự hiện diện của họ thể hiện tinh thần gia đình mạnh mẽ tại AVACS, nơi sự lãnh đạo và chăm sóc luôn song hành. Cùng nhau chia sẻ những câu chuyện và những lát bánh, họ đã giúp tạo ra một bầu không khí mà mọi người đều cảm thấy được trân trọng và như đang ở nhà.

## Vũ điệu của niềm vui

Không khí lễ hội đạt đến đỉnh điểm với màn trình diễn múa lân ngoạn mục, thổi hồn vào tinh thần của ngày lễ. Tiếng trống rộn ràng vang vọng khắp các sảnh đường, tạo nên sự phấn khích và năng lượng tràn đầy.



Khi chú lân đầy màu sắc tung tăng và nhảy múa sinh động, các cư dân đã chăm chú theo dõi với vẻ phấn khởi, khuôn mặt rạng rỡ niềm vui. Đối với nhiều người, màn trình diễn này là một hành trình trở về cội nguồn văn hóa, khơi gợi niềm vui và những cuộc trò chuyện sôi nổi. Màn trình diễn sống động này không chỉ mang tính giải trí mà còn kết nối các cư dân, nhân viên và khách thăm trong khoảnh khắc chung vui của lễ hội, biến Tết Trung thu năm 2025 trở thành một ngày thực sự khó quên đối với ngôi nhà AVACS.



## Nâng cao chất lượng chăm sóc: Những điểm nổi bật về giáo dục và đào tạo tại AVACS

Tại Viện dưỡng lão AVACS, việc cung cấp dịch vụ chăm sóc chất lượng cao nhất bắt đầu từ một đội ngũ nhân viên được trang bị tốt kiến thức và tự chủ. Trong suốt tháng 10, tháng 11 và tháng 12 năm 2025, cơ sở của chúng tôi đã tập trung mạnh vào phát triển chuyên môn, chuẩn bị cho nhân viên những thay đổi về quy định sắp tới và đảm bảo an toàn cho cư dân trong mùa hè sắp tới



Chúng tôi tin rằng giáo dục là một sự hợp tác, đó là lý do tại sao chúng tôi cũng đã tổ chức một buổi giáo dục trực tiếp về **Quyền hạn của Người cao tuổi** cho cư dân và đại diện của họ. Buổi giáo dục này đã giới thiệu các tiêu chuẩn và đạo luật mới, đảm bảo cộng đồng của chúng ta được trang bị thông tin đầy đủ và quyền tự chủ. Các buổi giáo dục tiếp theo dự kiến sẽ được tổ chức sau khi chính sách cam kết trong Hợp đồng được hoàn thiện.

### Thực hiện tốt việc Chăm Sóc Cuối Đời

Chúng tôi cam kết cung cấp dịch vụ chăm sóc cuối đời đầy lòng nhân ái. Tháng này, chúng tôi tiếp tục hợp tác với chuyên viên tư vấn điều dưỡng lâm sàng (CNC), người đã và đang cung cấp các buổi đào tạo trực tiếp rất quan trọng về chăm sóc cuối đời tại các cơ sở chăm sóc người cao tuổi trong vùng. Buổi học thứ tư và cũng là buổi cuối cùng của chuỗi chương trình này dự kiến diễn ra vào tháng 12.



Để bổ sung cho chương trình này, nhân viên đã được đăng ký các bài học trực tuyến về chăm sóc cuối đời. Chúng tôi cũng xin gửi lời cảm ơn đến **Wendy** từ **Meditrax**, người đã cung cấp một buổi tập huấn chuyên sâu về dược phẩm, đảm bảo đội ngũ y tế của chúng tôi luôn cập nhật những phương pháp tốt nhất để quản lý các triệu chứng bệnh.



### Strengthened Aged Care Quality Standards

Expectations for older people



### Những điều hướng theo tiêu chuẩn mới



Trọng tâm chính trong tháng này là quá trình chuyển đổi sang **Các Tiêu chuẩn Mới Về Cách Thức và Quy Luật Chăm sóc Người cao tuổi**. Để đảm bảo đội ngũ của chúng tôi được trang bị đầy đủ, chúng tôi đã tổ chức hai buổi đào tạo bắt buộc trực tiếp do chuyên gia tư vấn chăm sóc người cao tuổi **James Lim** hướng dẫn. Buổi đào tạo thu hút số lượng người tham dự rất ấn tượng, với tám mươi nhân viên tham gia để hiểu sâu hơn về "Tiêu chuẩn Mới Vững Mạnh Hơn". Tài liệu của James đã đóng vai trò quan trọng trong quá trình chuyển đổi này và hiện đã được đưa vào lịch đào tạo thường xuyên của chúng tôi để nâng cao hơn nữa kiến thức của nhân viên.

Mới Vững Mạnh Hơn". Tài liệu của James đã đóng vai trò quan trọng trong quá trình chuyển đổi này và hiện đã được đưa vào lịch đào tạo thường xuyên của chúng tôi để nâng cao hơn nữa kiến thức của nhân viên.



## Chuẩn bị cho mùa hè: Quản lý thời tiết khắc nghiệt

Với thời tiết mùa hè ngày càng nóng bức ở Úc, sự an toàn của cư dân trong những đợt nắng nóng là ưu tiên hàng đầu. Đội ngũ chăm sóc của chúng tôi đã tham gia khóa đào tạo trực tuyến về **Quản lý thời tiết khắc nghiệt của AUSMED**.

Để củng cố điều này, các buổi nói chuyện ngắn và tài liệu hướng dẫn đã được phân phát để hướng dẫn nhân viên



chăm sóc cư dân trong thời tiết nóng. Các điều dưỡng viên của chúng tôi đang tích cực đảm bảo đội ngũ của họ nắm rõ các bước cần thiết phải thực hiện trong những ngày nắng nóng, đặc biệt chú trọng đến việc **bổ sung nước cho những cư dân có chế độ ăn kiêng và**

**sử dụng chất lỏng đặc**, những người thường có nguy cơ cao nhất.

## Hướng tới tương lai: Phòng ngừa nhiễm trùng (IPC)

An toàn vẫn là ưu tiên hàng đầu khi chúng ta hướng tới năm mới. Hiện tại, chúng tôi đang xây dựng một **chương trình giáo dục IPC** mạnh mẽ để tuân thủ "Tiêu chuẩn Chăm sóc Người cao tuổi Mới số 5", đã được bổ sung vào lịch trình giáo dục năm 2026.



Bắt đầu từ tháng 1 năm 2026, tất cả nhân viên sẽ tham gia các khóa học và bài kiểm tra trực tuyến bắt buộc về Phòng ngừa và Kiểm soát Nhiễm khuẩn, Vệ sinh Tay và các quy trình sử dụng đồ bảo hộ cá nhân PPE. Hơn nữa, chúng tôi đang khuyến khích sử dụng ứng dụng Dịch vụ Phòng ngừa Nhiễm khuẩn (IPS), hiện đã được thiết lập sẵn trong tất cả các máy tính để bàn trong viện, nhằm hỗ trợ nhân viên duy trì môi trường làm việc an toàn.



## Cuộc đua làm cả quốc gia như ngừng lại: Melbourne Cup 2025

Giải đua ngựa Melbourne Cup không chỉ đơn thuần là một cuộc đua ngựa; đó là một sự kiện quốc gia vượt ra ngoài phạm vi thể thao, quy tụ mọi người vào ngày thứ Ba đầu tiên của tháng Mười Một. Năm nay, tinh thần của trường đua Flemington đã sống dậy ngay tại Viện dưỡng lão AVACS, tạo nên một ngày đầy chất thời trang, niềm vui và những kỷ niệm khó quên cho cư dân của chúng tôi.



### Thời trang trên sân cỏ

Không khí háo hức hiện rõ khi cư dân chuẩn bị cho ngày lễ lớn, diện những bộ trang phục đẹp nhất để chào mừng sự kiện này. Điểm nhấn của sự kiện là vô số những chiếc mũ cài đầu được làm thủ công đầy màu sắc và được các cư dân đội. Từ những chiếc lông vũ rực rỡ đến những chi tiết lấp lánh, những chiếc mũ độc đáo này được chế tác bởi đội ngũ nhân viên tận tâm của chúng tôi, thể hiện sự hợp tác ấm áp, góp phần làm tăng thêm vẻ lộng lẫy cho ngày hội.



### Hội hộp dò vé ngựa đua

Để tăng thêm phần hào hứng cho lễ hội, trò chơi dự đoán kết quả cuộc đua ngựa Melbourne Cup truyền thống đã diễn ra sôi nổi. Trên những chiếc bàn trải khăn xanh, những tấm vé dự đoán với tên các chú ngựa như "Parchment" và "Chevalier Rose" được bày biện, tạo cơ hội cho nhân viên, cư dân và gia đình tham gia vào cuộc tranh đua thân thiện. Đó là một hoạt động hòa nhập, kết nối chuyện trò và cả sự háo hức.

### Bữa tiệc cho các lễ hội



Không có buổi lễ nào trọn vẹn nếu thiếu những món ăn ngon. Các nhân viên tận tâm của chúng tôi, trong trang phục màu đỏ rực rỡ, đã có mặt để phục vụ một bữa tiệc thịnh soạn. Từ khoai tây chiên và gà viên nóng hổi đến đồ uống giải khát và

kem, cả nhóm đã làm việc chăm chỉ để đảm bảo mọi người đều được tận hưởng không khí lễ hội.

### Sự kiện chính

Khi đồng hồ điểm gần 3 giờ chiều, "cuộc đua làm cả quốc gia như ngừng lại" đã trở thành tâm điểm chú ý. Cư dân tập trung tại sảnh chính, mắt dán chặt vào màn hình khi những chú ngựa phi nước đại trên đường đua. Tiếng cười và tiếng reo hò vang vọng khắp nơi, tạo nên một cảm giác đoàn kết và thân ái mạnh mẽ. Lễ hội Melbourne Cup tại AVACS không chỉ đơn thuần là cuộc đua; đó còn là lời nhắc nhở về tầm quan trọng của sự kết nối và sức mạnh của việc cùng nhau tận hưởng những niềm vui giản dị trong cuộc sống. Chúng tôi xin cảm ơn đội ngũ nhân viên tuyệt vời của mình vì đã nỗ lực hết mình để làm cho ngày lễ này trở nên thật đặc biệt.



## Một xứ sở của lễ hội thần tiên: Tiệc Giáng sinh năm 2025 của cư dân AVACS



Mùa Giáng sinh năm nay tại Viện dưỡng lão AVACS thật ấm áp, biến nơi đây thành một xứ sở thần tiên đúng nghĩa. Những đồ

trang trí tuyệt đẹp tô điểm cho các khu sinh hoạt chung, với những sợi kim tuyến lấp lánh và một cây thông Noel trắng lộng lẫy tạo nên một bầu không khí vui tươi chào đón cả cư dân và khách đến thăm.



### Những món ăn được chuẩn bị bằng cả tấm lòng bởi đội ngũ RAO

Tinh thần sẻ chia đã bắt đầu từ rất lâu trước khi bữa tiệc được khai mạc. Đằng sau hậu trường, đội ngũ nhân viên Nhóm Sinh Hoạt và Giải trí (RAO) tận tâm đã làm việc không mệt mỏi để đảm bảo mọi chi tiết đều hoàn hảo. Những bức ảnh từ tuần trước sự kiện cho thấy cả nhóm đã chuẩn bị và đóng gói hàng trăm túi quà một cách chu đáo, đảm bảo rằng mỗi cư dân đều cảm thấy được quan tâm và trân trọng.



Để tạo thêm điểm nhấn ẩm thực đặc biệt, đội ngũ RAO cũng đảm nhiệm phần thực đơn tráng miệng. Họ đã chuẩn bị kem tự làm với ba hương vị riêng biệt, gợi nhớ về những nét văn hóa truyền thống: Khoai môn, Đậu đỏ và Mè đen. Các món tráng miệng được thiết kế tỉ mỉ để phù hợp với không khí lễ hội và được trình bày với hai màu đỏ và xanh lá cây đặc trưng của mùa lễ, tạo thêm hương vị thơm ngon và không khí lễ hội cho thực đơn.



### Chia sẻ Niềm vui và kết nối Cộng đồng

Điểm nhấn của mùa lễ hội, dĩ nhiên, là bữa tiệc Giáng sinh đặc biệt. Phòng ăn tràn ngập năng lượng khi các cư dân tụ tập thưởng thức bữa trưa ngon miệng trong không khí vui vẻ. Căn phòng ngập tràn sắc màu lễ hội, với các cư dân diện những bộ trang phục lộng lẫy như mũ ông già Noel và băng đô tuần lộc, thực sự đã làm tăng thêm tinh thần lễ hội.



Đội ngũ quản lý, cùng với ông già Noel thân thiện và vui tính, đã đi vòng quanh chào hỏi từng cư dân. Tiếng cười vang vọng khắp căn phòng khi ông già Noel trao những món quà chu đáo mà đội ngũ RAO đã chuẩn bị từ trước. Những nụ cười, cái ôm và ánh mắt lấp lánh được ghi lại trong các bức ảnh phản ánh niềm hạnh phúc sâu sắc được mọi người đang có mặt chia sẻ.



## Không chỉ đơn thuần

**là một bữa tiệc.** Sự kiện này không chỉ làm bừng sáng một ngày mà còn củng cố tinh thần cộng đồng và lòng nhân ái mạnh mẽ vốn là đặc trưng của AVACS. Bằng cách kết hợp truyền thống Giáng sinh của Úc với hương vị và sự ấm áp quen thuộc của Việt Nam, lễ hội đã nhắc nhở mọi người rằng AVACS không chỉ là một viện dưỡng lão, mà còn là một nơi đặc biệt để sống, yêu thương và nhiều niềm vui trong mùa lễ hội



## Nâng cao khả năng di chuyển và chia sẻ niềm vui: AVACS đã hân hoan đón nhận thang nâng xe lăn mới phục vụ cho các chuyến đi chơi của cư dân



Tại AVACS, chúng tôi cam kết đảm bảo cư dân của mình được sống một cuộc sống trọn vẹn, duy trì kết nối với cộng đồng và với nhau. Chúng tôi rất vui mừng thông báo về một nâng cấp quan trọng cho phương tiện di chuyển của viện: lắp đặt một thang nâng xe lăn thủy lực hoàn toàn mới trên xe buýt của chúng tôi. Sự bổ sung ý nghĩa này đảm bảo các chuyến đi chơi được toàn diện, an toàn và dễ tiếp cận cho tất cả mọi người.

## Lễ khai trương hoành tráng xe nâng nhằm tạo điều kiện di chuyển dễ dàng hơn.

Để đánh dấu dịp đặc biệt này, Giám đốc cơ sở Shirley, đội ngũ RAO và cư dân đã tập trung tham dự lễ cắt băng khánh thành chính thức ngay trước chiếc xe. Sự kiện này không chỉ kỷ niệm việc nâng cấp xe nâng mà còn mở ra một chương mới về sự tự do cho cư dân của chúng tôi.



Lắp đặt mới này có một thang nâng dạng lưới chắc chắn, an toàn cao được triển khai từ phía sau xe. Công nghệ này cho phép nhân viên chăm sóc của chúng tôi dễ dàng và an toàn hướng dẫn cư dân ngồi xe lăn lên xe buýt, loại bỏ những rào cản vật lý trước đây gây khó khăn cho việc đi lại của một số cư dân.



## Thang nâng xe mới giúp cư dân tại AVACS có những chuyến đi chơi thuận tiện hơn

Thang nâng mới đã được lắp đặt đúng vào mùa lễ hội bắt đầu, giúp người cao tuổi có thể tận hưởng không khí lễ hội cùng cộng đồng. Cư dân đã có những chuyến đi đến các trung tâm mua sắm như Harvey Norman, chụp ảnh trước những màn trang trí Giáng sinh tuyệt đẹp.



## Cùng ăn Nhâm Trà tại Cabravale Resort Club

Ngoài việc phục vụ mua sắm, thang nâng này còn giúp việc tổ chức các buổi ăn uống giao lưu trở nên dễ dàng hơn. Một khoảnh khắc đáng nhớ là chuyến đi gần đây của chúng tôi đến Câu lạc bộ nghỉ dưỡng mới khai trương Cabravale. Cư dân và nhân viên đã quây quần bên những chiếc bàn tròn lớn để thưởng thức bữa trưa Nhâm Trà (Yum Cha) truyền thống, làm nổi bật niềm vui văn hóa của việc cùng đi ăn uống chung. Ngoài việc nghỉ ngơi trong sảnh hiện

đại của câu lạc bộ, chiêm ngưỡng những vật trang trí hay thư giãn trong sảnh chờ sang trọng, thì nụ cười trên khuôn mặt của cư dân chính là phần thưởng tuyệt vời nhất.



Thang nâng mới này không chỉ đơn thuần là thiết bị; nó còn là cầu nối với thế giới bên ngoài, đảm bảo rằng mọi cư dân tại AVACS đều được tiếp tục là một thành viên sống tích cực và hạnh phúc trong cộng đồng của chúng ta.



## Những Sự Kiện Sắp Tới

Đừng bỏ lỡ những hoạt động thú vị mà chúng tôi đã lên kế hoạch cho mùa lễ hội!



**Tết Nguyên Đán**

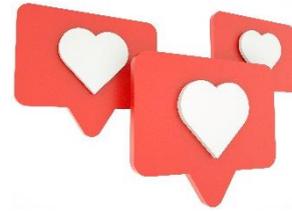
**Chủ nhật, 8 /2 /2026**

**Ngày lễ Tình nhân**

**Thứ năm, 12 /2 /2026**

**Ngày Quốc tế Phụ nữ**

**Thứ năm, 5 /3/ 2026**



## CHÚNG TÔI ĐÁNH GIÁ CAO PHẢN HỒI CỦA BẠN

Chúng tôi tận tâm cung cấp dịch vụ chăm sóc có chất lượng cao nhất và hoan nghênh những nhận xét, lời khen và khiếu nại của quý vị vì những điều này giúp chúng tôi liên tục cải thiện các dịch vụ mà chúng tôi cung cấp. Quý vị luôn được hoan nghênh cung cấp phản hồi trực tiếp cho nhân viên trong viện; Ngoài ra, quý vị có thể điền vào các mẫu đơn phản hồi có sẵn trong viện của chúng tôi và đưa đơn phản hồi cho nhân viên, hoặc bỏ vào hộp thư phản hồi hay gửi bưu điện lại cho chúng tôi.

## Các cuộc họp cư dân

Cuộc họp Cư Dân Thương Trú & Đại diện của chúng tôi được tổ chức mỗi 2 tháng một lần và Cuộc họp Ủy ban Cố vấn Thương trú được tổ chức hàng quý. Xin vui lòng ghi chú lại và chúng tôi rất hoan nghênh và đánh giá cao sự tham gia của quý vị vào cuộc họp này. Những ngày họp này sẽ được thông báo qua email đến các thành viên ủy ban và đại diện cư dân.



## CỐ VẤN

Giám Đốc Viện

## BAN BIÊN TẬP

Hội Đồng Quản Trị AVACS

Nhóm phụ trách sinh hoạt giải trí

# THANK YOU!

Đội ngũ AVACS đã nỗ lực hết mình để cung cấp dịch vụ chăm sóc chất lượng cao nhất cho những người dễ bị tổn thương nhất trong xã hội, đặc biệt là khi đối mặt với những thách thức liên tục do dịch COVID-19 gây ra tại các cơ sở chăm sóc người cao tuổi. Chúng tôi xin cảm ơn cư dân và đại diện của họ vì sự kiên nhẫn, thấu hiểu và hỗ trợ.

