



Bản Tin Cộng Đồng

Action on Disability within Ethnic Communities

Ấn Bản Mùa Xuân 2003

Vui chơi tại Viện Bảo Tàng Melbourne – Chủ Nhật ngày 10 tháng 8 năm 2003

Vào một ngày Chủ Nhật tràn đầy ánh nắng trong tháng 8, một số người chăm sóc người khuyết tật và gia đình của họ cùng với các tình nguyện viên đã tham dự một buổi tham quan Viện Bảo Tàng Melbourne và đây là một phần của Chương Trình GreatBreak của ADEC (*ADEC's GreatBreak Programme*). Chúng tôi may mắn vì đã được CarerLinks North trợ cấp một số tiền để mua vé vào cửa và ăn trưa, Dyson's Bus Company cho mượn một chiếc xe buýt để làm phương tiện chuyên chở trong ngày, và Manny Mizzi, một bệnh nhân thật tuyệt vời tình nguyện làm tài xế xe buýt; Chúng tôi cũng có một người tình nguyện làm bạn đồng hành cho mỗi gia đình trong 9 gia đình tham dự để giúp đỡ họ khi cần. Tất cả những đóng góp này giúp cho chuyến đi chơi được vui thú và suôn sẻ.

Chúng tôi được Bà Margaret, Giám Đốc Phụ Trách Hướng Dẫn Nhóm Tham Quan của Viện Bảo Tàng tiếp đón tại cổng vào. Bà đã tổ chức 4 hướng dẫn viên riêng biệt cho 40 khách thăm viếng trong đoàn chúng tôi. Trong chuyến thăm viếng dài 1 giờ đồng hồ, chúng tôi đã được giới thiệu những điều kỳ thú của khu rừng nhiệt đới, gặp con ngựa Phar Lap huyền thoại ở trong Phòng Trưng Bày Úc Châu; được sờ vào xương con khủng long ở Phòng Trưng Bày về Sự Tiến Hóa; hiểu biết nhiều hơn về hoạt động của cơ thể con người trong Phòng Trưng Bày Trí óc và Cơ Thể; và để cho phụ huynh và trẻ em được chơi các trò chơi và vui đùa trong Viện Bảo Tàng Trẻ Em.



Lúc đó là tới giờ ăn trưa và chúng tôi gặp nhau tại quán cà phê và ngồi riêng ở một chỗ đầy ánh nắng ấm áp. Chúng tôi ăn bánh săng-uych ngon miệng, trái cây, bánh sô-cô-la hạnh nhân, uống trà và cà-phê và nước cốt trái cây. Mọi người trong nhóm có thời gian tự do đi trở lại để xem lại những đồ triển lãm và phòng trưng bày.

Chúng tôi được cho biết là có thể coi người ta cho lươn ăn và có một cuộc trình diễn điệu nhảy của người thổ dân Aborigine tại Bunjilaka Aborigine Centre. Theo tài liệu của Viện Bảo Tàng, danh từ 'Bunjilaka' bắt nguồn từ hai từ ngữ của tiếng Woi Wurrung ở vùng Melbourne và có nghĩa là 'vùng đất của Bunji, đáng sáng tạo'. Các em nhỏ được mời tham gia

nhảy múa và ai ai cũng đều rất thích thú với cuộc trình diễn này. Chúng tôi học được vài từ của ngôn ngữ người thổ dân Aborigine nhưng tôi không nghĩ rằng chúng tôi có thể nói chuyện được nhiều với họ.

Vài người nói rằng họ muốn có thêm thì giờ để đi thăm các phòng trưng bày và triển lãm tại Viện Bảo Tàng Melbourne – thật là một Viện Bảo Tàng vĩ đại!



Dĩ nhiên, với lệ phí vào cửa chỉ có 6 đô-la cho người lớn, những người chăm sóc người khuyết tật và trẻ em dưới 16 tuổi được vào cửa tự do, chẳng có gì có thể ngăn cản chúng tôi trở lại vào một ngày khác. Viện Bảo Tàng Melbourne là một nơi lý tưởng để chúng ta có thể đến thăm hoài mà không chán. Ở đây có quá nhiều điều để tìm hiểu; bạn luôn luôn thấy có những điều mới để học hỏi và những lãnh vực mới để khám phá. Tôi hy vọng những gia đình đã tham gia chuyến đi ngày Chủ Nhật này sẽ trở lại nhiều lần nữa để hưởng những chuyến tham quan vui thú.

Mary-ann Liethof, Điều Hợp Viên Người Thiện Nguyện của Multicultural Family Respite Service (*Dịch Vụ Đa Văn Hóa Giúp Các Gia Đình Được Nghỉ Ngơi Trong Khi Chăm Sóc Người Khuyết Tật*).



Cung Cấp Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần tại ADEC – Một Trường Hợp Cá Nhân để Tham Khảo

Câu chuyện sau đây căn cứ trên một trường hợp mà tôi đã gặp mới đây. Có rất nhiều yếu tố trong trường hợp này liên quan tới những vấn đề tiêu biểu mà tôi và nhóm mà tôi điều hợp thường phải gặp và phải giải quyết. Dịch vụ sức khỏe tâm thần do ADEC cung cấp không phải chỉ giới hạn trong những trường hợp về chứng trầm cảm. Tuy nhiên, chứng trầm cảm là hiện tượng thường thấy ở những người bị khuyết tật cũng như những người chăm sóc cho họ. Do đó, tôi nghĩ sẽ có thể là điều hữu ích nếu đưa ra một thí dụ ngắn gọn về sự trợ giúp mà ADEC có thể cung cấp trong lãnh vực này. Muốn biết thêm chi tiết về các dịch vụ sức khỏe tâm thần của ADEC, xin liên lạc với tôi qua điện thoại số 9383 5566 – Hua Cao, Transcultural Mental Health Access Coordinator (*Điều Hợp Viên về Tiếp Cận Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần trong Các Sắc Tộc với Các Nền Văn Hóa Khác Nhau*)

Bà L đã sang Úc định cư cách đây ít lâu. Mới đây, bà khám phá ra rằng chồng bà đã có bạn gái. Bỗng chốc bà cảm thấy hoàn toàn hụt hẫng. Bà không ăn không ngủ được và cảm thấy xấu hổ cho bản thân mình. Bà không hiểu tại sao chồng bà lại đối xử tệ bạc với bà như vậy.

Sau đó, chồng bà dọn ra khỏi nhà. Tình trạng của bà L càng ngày càng tệ hại. Hầu như bà chỉ ở nhà một mình và khóc. Bà không còn quan tâm tới bất cứ ai ở xung quanh mình nữa. Bà bắt đầu cho rằng cuộc đời chẳng có gì là đáng sống nữa.

Chính trong thời gian này mà bà đã tìm cách tự tử. Một người bạn vô tình ghé ngang thăm bà lúc đó và đã đưa bà vào nhà thương. Ở nhà thương, bà được chẩn bệnh là bị chứng trầm cảm. Chỉ sau một thời gian rất ngắn, bà được cho xuất viện.

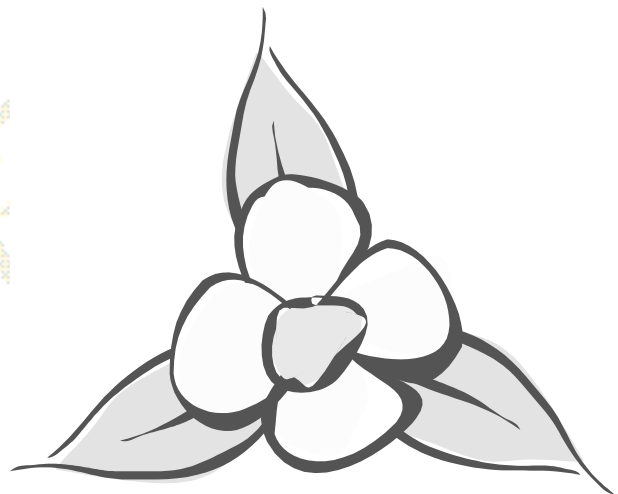
Một vài người bạn lo lắng về việc bà L ở một mình và mời bà về sống chung với họ một thời gian. Họ cảm thấy lo ngại về hành vi thái độ của bà. Bà nói năng chậm hơn bình thường rất nhiều. Bà không còn hăng hái và không muốn làm những gì mà trước kia bà thường ưa thích. Bà ngủ rất nhiều và bắt đầu mập ra. Bà khó mà có thể quyết định điều gì, dù là nhỏ nhặt. Khi người trong gia đình tới thăm, bà không chứng tỏ có cảm xúc gì. Bạn bè và thân nhân của bà không biết chắc là thái độ dửng dưng của bà là do tác dụng của thuốc men hay do bệnh của bà.

Sau đó bạn của bà đưa bà tới Mental Health Self-Help Group (*Nhóm Hỗ Trợ Nhau về Bệnh Tâm Thần*). Sau khi nghe một vài thành viên trong nhóm nói về những kinh nghiệm của họ – đặc biệt là kinh nghiệm của một bà lớn tuổi chăm sóc cho chồng bị chứng trầm cảm nghiêm trọng – bà L bắt đầu thấy thanh thản và nói về chứng bệnh của mình cho các thành viên khác trong nhóm.

Thời gian trôi qua, bà L được một thành viên trong nhóm khuyến khích tham gia các sinh hoạt của nhà thờ. Dần dà bà bắt đầu giúp các người khác trong nhà thờ và làm quen với một vài người bạn mới. Bà dùng khả năng may vá của mình để may trang phục cho các thành viên nữ trong ban hợp xướng của nhà thờ. Bà rất sốt sắng tham gia vào những công việc như vậy. Bà cảm thấy mình vẫn là con người rất hữu ích. Lòng tự tin của bà đã gia tăng mạnh mẽ.

Hiện nay, bà vẫn còn tham gia vào những sinh hoạt nhóm tương trợ sức khỏe tâm thần và nhóm hỗ trợ lẫn nhau. Bà cũng tham gia rất tích cực vào công việc nhà thờ. Bà đã tìm lại được sự vui sống và nụ cười.

Với thuốc men và được những người tốt và chân thành hỗ trợ, những người bị chứng trầm cảm có thể bắt đầu lại một cuộc sống mới.



Hỗ trợ và Ủng Hộ Cá Nhân

Những nhân viên hỗ trợ và ủng hộ cá nhân của ADEC giúp các người bị khuyết tật hoặc những người chăm sóc họ không thuộc nguồn gốc nói tiếng Anh. Thân chủ của ADEC đến từ khắp nơi trên toàn Tiểu Bang Victoria và từ nhiều nguồn gốc khác nhau. Những người chúng tôi giúp đỡ có thể là những người bị khuyết tật về thể chất, trí tuệ, tâm thần hoặc hành vi cư xử, có thể là những người bị khiếm khuyết về thị giác hay thính giác, hoặc bị tổn thương não bộ hay trì trệ tâm trí. Nhiều thân chủ của chúng tôi bị nhiều khuyết tật cùng một lúc. Chương trình Hỗ Trợ và Ủng Hộ Cá Nhân, qua sự làm việc và cộng tác với nhau, nhằm hỗ trợ cho thân chủ chúng tôi để đạt được những mục tiêu là đáp ứng được nhu cầu của cá nhân và để bảo đảm là họ được đối xử công bằng trong việc tiếp cận và tham gia sinh hoạt trong cộng đồng.

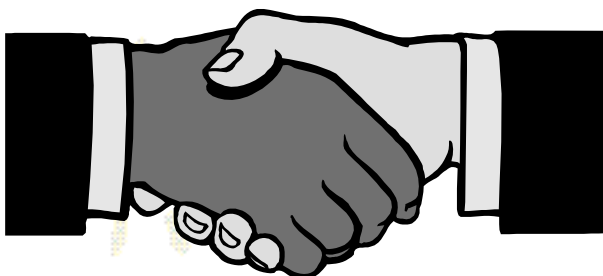
Nhằm mục đích giúp cho mọi người hiểu thấu đáo về những khó khăn mà những người khuyết tật không thuộc nguồn gốc nói tiếng Anh thường gặp phải, trong những bản tin cộng đồng của ADEC ấn hành vào những kỳ tới, chúng tôi sẽ trình bày một số trường hợp để nghiên cứu. Những vấn đề mà những người trong trường hợp này gặp phải có thể dùng làm thí dụ cho những trường hợp mà những người hỗ trợ và ủng hộ cá nhân của ADEC có thể giúp đỡ.

Trường hợp 1

Bà S là một người mẹ độc thân bị bệnh tâm thần. Bà S ở với một người con trai 18 tuổi là Jason trong một căn hộ 2 phòng ngủ ở chung cư cao tầng của chính phủ. Bà chỉ có lợi tức duy nhất là Disability Support Pension (*Trợ Cấp Khuyết Tật*) và không có nguồn lợi tức nào khác. Điều này gây ảnh hưởng tới mối liên hệ của Jason và người mẹ, tới sự phát triển của em và khả năng của em khi cư xử trong cộng đồng. Vì thế dẫn đến việc học của Jason bị sa sút và gần đây em bị bắt gặp chơi cờ bạc.

Bà S và Jason cảm thấy buồn khổ và lạc lõng vì cảm thấy mất mát mối liên hệ trong một gia đình gắn bó và những khó khăn này chưa bao giờ được đề cập tới trong một bối cảnh thích hợp với nền văn hóa của mình. Bà S. và người con tiếp tục chịu đựng và không có hy vọng gì để cải tiến ngay hoàn cảnh của mình.

Những nhân viên hỗ trợ và ủng hộ cá nhân của ADEC thường ngày giúp đỡ những người trong những hoàn cảnh như trên hoặc những hoàn cảnh khác khi mà quyền lợi của cá nhân thường bị quên lãng bằng cách này hay cách khác. Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc với Bernarda hoặc Elizabeth qua điện thoại số 9383 5566.



Chúc mừng



ADEC xin chúc mừng một trong hội viên vĩnh viễn của chúng ta là ông Kamal Ishak, người đã được trao tặng Australian Centenary Medal (Huy Chương Kỷ Niệm Ngày Quốc Khánh Úc Lần Thứ 100). Phần thưởng danh dự này đã được Ngài Tổng Toàn Quyền trao cho ông Ishak vào ngày 15 tháng 5 năm 2003.

Huy chương này là huy chương kỷ niệm đặc biệt của nước Úc nhằm ghi nhận những thành quả đã đạt được vào lúc chúng ta bước vào một thế kỷ mới, một thế kỷ của một nước Úc bao gồm rất nhiều cộng đồng và để nhấn mạnh vào những sự đóng góp cao quý vào xã hội Úc.

Một hội đồng độc lập đã đề nghị danh sách những người xứng đáng được khen thưởng trong dịp kỷ niệm lần thứ 100 ngày Quốc Khánh Úc và những người này được các chính quyền Liên Bang, Tiểu Bang và Lãnh Thổ đề cử để được tưởng thưởng.



Carers' Week (Tuần Lễ của Những Người Chăm Sóc Người Khuyết Tật) đã gần tới

Multicultural Carers' and Disability Programme (Chương Trình Hỗ Trợ Người Chăm Sóc và Người Khuyết Tật Thuộc Các Nguồn Gốc Văn Hóa Khác Nhau) đã dành ra một cơ hội độc đáo để hỗ trợ cho những người sử dụng dịch vụ của ADEC. Vào tháng 10, mỗi nhóm người chăm sóc thuộc chương trình của ADEC sẽ tham gia vào Carers' Week (*Tuần Lễ của Những Người Chăm Sóc Người Khuyết Tật*). Carers' Week là một sự kiện được tổ chức hàng năm nhằm mục đích công nhận và chúc mừng sự đóng góp vô cùng thiết yếu và liên tục của những người chăm sóc người khuyết tật cho xã hội. Năm nay, việc chào mừng Carers' Week sẽ được tổ chức ở khu vực xung quanh Springval Town Hall (Thuộc Hội Đồng Thành Phố Greater Dandenong). Carers' Week sẽ bắt đầu vào Thứ Năm 23 tháng 10 năm 2003.

ADEC đang chuẩn bị đóng góp hai tiết mục cho tuần lễ này, một ở vùng phía nam và một ở vùng phía bắc. Những thông tin bổ sung về Carers' Week sẽ được thông báo khi gần đến ngày phát động tuần lễ.

Muốn có danh sách của mỗi nhóm chăm sóc người khuyết tật trong giai đoạn cuối năm hoặc muốn biết thêm chi tiết về Carers'Week, xin điện thoại cho Laurice số 9383 5566.

Trẻ Em Bị Chứng Viêm Khớp Tuổi Thiếu Niên (Juvenile Arthritis)

Bạn không cần phải già mới bị chứng viêm khớp. Bất cứ ở lứa tuổi nào cũng có thể mắc chứng bệnh này. Dịch vụ Thanh Thiếu Niên và Gia Đình của Arthritis Victoria (*Cơ Quan Giúp Đỡ Những Người Bị Viêm Khớp Victoria*) phụ trách chăm sóc sức khỏe và an sinh của trẻ em và thanh thiếu niên bị chứng viêm khớp và các chứng bệnh về xương và cơ bắp khác, cùng với gia đình của các em.

Chứng Viêm Khớp Tuổi Thiếu Niên xảy ra ở trẻ em từ khi mới lọt lòng mẹ cho tới 16 tuổi. Cứ trong 1000 thanh thiếu niên ở Victoria thì lại có 1 em bị chứng viêm khớp. Chứng bệnh mãn tính và không có biểu hiện rõ rệt này rất thường gây ra những vấn đề về thể chất, tinh thần cho những người mắc chứng này và cho anh chị em cùng với thân nhân trong đại gia đình của người bệnh. Con số thống kê hiện nay cho thấy là có khoảng 900 thanh thiếu niên trong tiểu bang chúng ta đang phải chịu đựng chứng bệnh mãn tính này.

Tại Arthritis Victoria, chúng tôi cung cấp những dịch vụ sau:

- các cuộc họp hỗ trợ phụ huynh trong vùng xung quanh đô

thị Melbourne và khi có thể được, tổ chức những cuộc họp này tại những cộng đồng ở các thị trấn nhỏ.

- các ngày sinh hoạt quanh năm.
- buổi cắm trại cuối tuần hàng năm cho tất cả các thành viên trong gia đình.
- các buổi hội thảo thông tin cho phụ huynh, người chăm sóc và các chuyên viên quan tâm tới chứng bệnh này.
- những cuộc viếng thăm tại trường để nói chuyện tại những buổi họp PD (phát triển kỹ năng chuyên môn của giáo viên) và những buổi họp phổ biến thông tin khi được cộng đồng nhà trường yêu cầu.
- Những tờ thông tin về Chứng Viêm Khớp Tuổi Thiếu Niên, các biến chứng, vấn đề đối xử phân biệt, các nguồn tài liệu, phương tiện dành cho hội viên cùng với các đề tài khác.
- một chatroom (*địa chỉ thảo luận trực tuyến trên mạng*) và một diễn đàn dành cho hội viên.

Nếu muốn biết thêm chi tiết về các dịch vụ được cung cấp, xin liên lạc với Anne, Điều Hợp Viên Dịch Vụ Thanh Thiếu Niên và Gia Đình, qua điện thoại số 85318021, hoặc gửi thư điện tử cho địa chỉ email anne@arthritisvic.org.au.



Action on Disability with Ethnic Communities
13 Munro Street, Coburg VIC 3058

Postage
Paid

PP329770/00011

Các Chi Tiết Để Liên Lạc Với Chúng Tôi

13 Munro Street Coburg

Điện thoại: 9383 5566

Fax: 9383 5185

Điện thoại miễn phí: 1800 626 078

Email: info@adec.org.au

www.adec.org.au

Tất cả số tiền hiến tặng trên 2 đô-la đều được khấu trừ vào lợi tức khai thuế.