



当下
热议

ATAGI建议： 65岁以上长者需尽快接种防疫、防流感疫苗

澳洲免疫小组声明：

澳大利亚免疫技术咨询小组（ATAGI）于3月25日发布声明，建议额外接种“COVID-19疫苗加强针”及【季节性流感疫苗】，以确保冬季来临前特殊人群的健康得到更好的保障。

悉尼冬季来袭~

寒冷的天气，正是病毒、流感容易爆发的时候。

因此，政府推出“冬季加强针”以及【季节性流感疫苗】。

以确保冬季来临前，特殊人群的健康得到更好的保障！

此次“冬季加强针”将于4月4日，与【季节性流感疫苗】接种计划同时实施。

关于两种疫苗，您一定要知道这些~

冬季加强针

谁有资格接种：

- 65岁及以上成年人
- 老年护理及残障护理机构居民
- 16岁及以上免疫功能严重受损的人群
- 50岁及以上的原住民及托雷斯海峡岛民

何时可以接种：

1. 特殊人群需在接种完第一针加强针后四个月，才能接种。
2. 若接种完第一针加强针后，感染新冠，则需康复后四个月，才能接种。

另外，如需提前接种，间隔也不能少于3个月。

疫苗种类选择：

首选辉瑞或莫德纳公司研发的 mRNA 疫苗，如接种第二针 mRNA 疫苗后发生严重副作用（如：过敏性休克，心肌炎等），则可使用阿斯利康作为加强针。

疫苗接种建议：

接种第一针加强针后 3-4 个月，保护效果降至最初的 75%至 80%左右。对原本抵抗力较弱的 65 岁以上的长者来说，感染风险大大增加。

季节性流感疫苗

谁有资格接种：

- 65岁及以上的成年人
- 5岁以下儿童
- 孕妇
- 原住民及托雷斯海峡岛民
- 有一定医疗条件的人

何时可以接种：

4月4日起通过 GP、社区卫生诊所、所有符合条件的药房接种。

接种尽量在 6-9 月之间完成。可同时接种“冬季加强针”和【季节性流感疫苗】。

另外，国家免疫计划（NIP）还提供了一种特定的增强型流感疫苗，来保护 65 岁及以上的老年人。

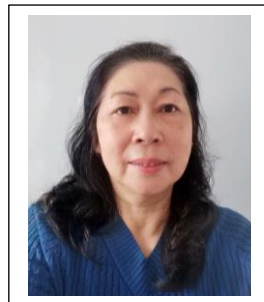
如果您已经完成了第一针加强针的接种满四个月，您可以联系您的个案经理帮您预约“冬季加强针”，以及【季节性流感疫苗】的接种。

如果您在此次疫苗接种存在疑问，欢迎联系我们，Melbar的专业团队会为您解答！



蒙延

Yan Meng



蒙延是中国广西人。赴澳前在银行从事多年数据管理工作。退休后曾照顾过自己的母亲，后来来澳洲与女儿团聚。来澳后，在英语培训班中，通过和同学的聊天，了解到了这个行业。

蒙延认为：“首先居家养老行业的前景自不用多说，但是对于我来说最重要的还是这份工作是一份自我价值的体现，同时，也让我体会到了帮助他人后，自身的愉悦感。”正是这样一份工作，给蒙延的退休生活带来了无限的色彩。

完成学业后的蒙延在老师的推荐下加入Melbar。因为之前有过照顾老人的经验，再加之过去的银行工作养成的细心认真的工作态度，让她的工作进展顺利，公司也经常收到来自长者及家属的赞赏。

另外，蒙延同时作为女儿和母亲的双重身份，也让她更理解为人子女对父母的爱，以及父母不愿耽误子女工作的心。所以，蒙延每次工作都会给予老人满满的关怀，希望在照顾好老人的同时，也可以让他们的子女安心。

“我照顾的一位阿姨，记忆力不太好，经常出现时间混乱。有一次阿姨很晚给我打语音，问我是不是在楼下了，要给我开门。我就想通过语音跟阿姨解释，但阿姨耳朵也有点背，于是我跟阿姨说挂断电话，用文字形式跟她解释了情况，并告诉她已经很晚了，该去睡觉了，明天我就会去找她。”考虑到阿姨的特殊情况，蒙延想到了用便利贴提醒阿姨的方法。

她会通过文字的形式提醒阿姨该干嘛了。比如，她会在茶几上贴上提醒阿姨喝水的贴纸，在餐桌上贴上提醒阿姨吃饭的，还会在冰箱上贴上提醒阿姨将吃不完的饭菜放回冰箱后记得关好冰箱门的贴纸。

“这份工作是我在这个行业的第一份工作，除了帮助他人带给我的成就感，愉悦感外，也让我的生活变得更加鲜活。不仅切实的帮助了服务的长者，同时，也改变了我的生活状态。另外，我能够得心应手的完成自己的工作，更离不开公司的帮助与指导。很多在学校学到的知识还不能熟练的应用到实践中，或是一时想不起。多亏了公司的培训和指导，以及在遇到任何状况后的专业支持。”

MELBAR 最新资讯

CONTINUOUS
IMPROVEMENT

调查问卷



疫情解封，我们的生活逐渐回归正轨。Melbar在封城期间举办了多次线上活动，也感受到了长者及家属们的热情。

终于！我们可以与长者及家属们在线下相聚了！

Melbar将在近期，与悉尼各大华人社区开展合作，为长者及家属提供固定日期、固定时间的活动场所。希望可以更好的回馈社区，造福一直以来不断给予Melbar支持与建议的长者及家属们。

同时，也希望可以通过这些线下活动让长者们在晚年生活中不断充实自己，结交好友，丰富生活。

为了能够更好的满足各位长者，对于Melbar线下活动的需求。

特此发布**调查问卷**。

希望各位长者能够提出宝贵的意见及建议。

调查问卷填写方式：

1. 扫描二维码：
2. 回答问卷中问题
3. 完成问卷后提交



扫码关注

Melbar微信公众号

每周为您送达新鲜养老资讯，生活百科，社群故事以及我们最新服务信息！



Melbar一直在不断持续改进，您的反馈意见对我们非常宝贵。无论是认可还是建议，这都是我们直接了解您居家养老体验，给您带去更好服务的重要途径之一。期待您的反馈！