

社区交流

2023 TANI 活动

移民女性健康幸福项目

2023年5月-6月，每周三上午10点半-12点半。更多信息请联系TANI。

信息交流日

时间：2023年4月12号，
周三上午10点半 - 下午3点
地点：Onehunga 社区大厅 (3 Pearce St, Onehunga, 奥克兰)

民族社区信息日 (英语)

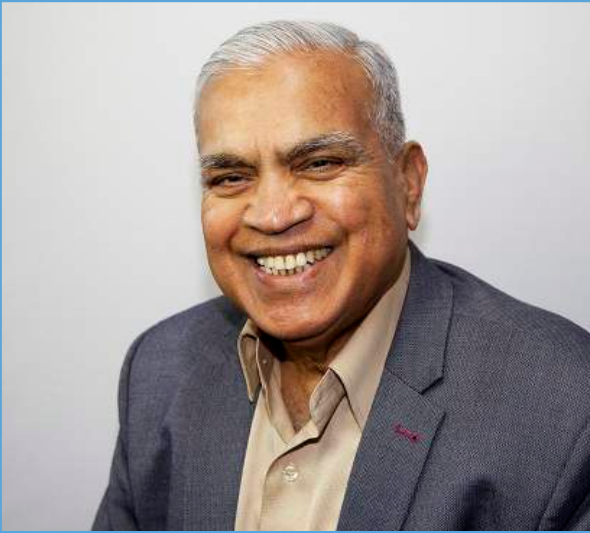
时间：2023年4月26号
周三上午10点-12点
地点：Fickling Convention Centre,
546 Mt Albert Road, 奥克兰

华人健康研讨会

主题：长者健康与社会服务
时间：2023年5月31号
周三上午10点 - 12点
地点：Onehunga 社区活动大厅, 3
Pearce St, 奥克兰

本期主题:

- » 亚洲健康联络中心促进亚裔群体健康
- » 亚洲健康项目
- » 卫生保健信息及支持服务
- » 安全服务以及预防家暴的信息
- » 社区新闻及活动



主席寄语

Kia ora koutou katoa

祝大家农历新年快乐，“兔年”象征着优雅，仁慈，美丽和好运。

The Asian Network Inc. (TANI) 与成千上万受到近期飓风和恶劣天气影响的家庭同站一起。我们团队一直在为当地社区提供支持，如果您在获取任何服务方面需要任何支持或建议，请随时与我们联系。

很高兴为大家带来我们的秋季健康报，本期内容包括了许多支持服务信息以及上一季度的一些活动亮点。最想与大家分享的是，TANI 最近一直在多个论坛上倡导制定亚洲健康战略的必要性，并认为简化解解决亚洲健康问题方法尤为重要。这些举动无疑将为居住在新西兰的广大亚裔社区带来更好的健康和福祉。

我鼓励您成为最近成立的民族健康联合会 (Ethnic Health Collective) 的成员，这是一个确保少数族裔社区获得健康平等的协作平台。该民族健康联将以社区为主导，提供政策建议，提高新西兰族裔群体的健康水平。

我们欢迎并重视您的建议和持续支持。TANI 团队期待着在即将举行的 TANI 面对面和在线活动中见到您！

祝大家身体健康，注意安全。

TANI主席：Lingappa Kalburgi 博士
MNZM, JP



TANI 地区联络会议

2023 年 2 月 22 日，TANI在Pearce Street Hall举行了约有 70 人参加的联络会议。

会议伊始，与会者们分成两组分别介绍了自己和各自所属的组织。大家对此相互认识和解的过程反响热烈，认为这种方式便于找到志同道合的组织，有利未来各方合作。

新西兰统计局在会议中介绍了即将进行的人口普查的信息。其中重点提到本次人口普查将是迄今为止最具包容性的一次。所有普查信息提供包括普通话、日语、韩语和印地语，以及其他亚洲语言等在内的27种语言选择。并支持音频、盲文、易读和大字体等特殊格式信息，以适应不同身体状况的残障人士选用。

Sherly Parackal 博士则分享了南亚饮食与活动干预 (SADAI) 研究的结果。这是一项试验性随机对照试验，尝试通过适应文化特点的数字化干预措施，开发使用一种共同参与的方法，来促进新西兰南亚人的健康饮食和运动。

最后，Nandita Mathur 介绍了 Ethnic Health Collective 的最新情况。她解释了创建该团体的原因和目标、核心团队的组成信息和加入团体的条件要求，并鼓励在场的与会者加入该组织活动。



健康宝贝 健康未来

有几种方法可以通过调节女性的荷尔蒙来支持良好情绪的发展。这里有一些建议：

1. 每周每天至少锻炼30分钟，促进内啡肽的分泌。
2. 健康均衡的饮食，多吃水果、蔬菜、瘦肉蛋白和健康脂肪。
3. 每晚保证7-8小时的睡眠，避免情绪波动。
4. 练习一些减压技巧，比如瑜伽、冥想或深呼吸。
5. 对于明显的激素失衡，可以考虑激素治疗。
6. 在服用新的补充剂之前，请咨询你的医疗保健提供者。
7. 通过均衡的饮食和有规律的运动来保持健康的体重。

健康宝宝的健康未来是由卫生部资助的一项免费的健康饮食和运动项目。在这个季节，即2023年4月至6月，该项目将以尼泊尔社区为重点，举办为期五周的营养和的健康生活的讲习班，我们还赠送5,000元的食品杂货代金券和奖品。

亚洲健康联络中心(TANI)正在自豪地为南亚的母亲们提供这个项目。为了有资格参加下一季，你需要是一位尼泊尔妈妈，怀孕或有一个4岁以下的孩子，住在奥克兰和怀特马塔(Waitemata DHB)地区，您将会成为健康宝贝健康未来项目的新成员。

请随时通过短信或致电BUSHRA IBRAHIM 022 4647 448 (新西兰注册营养师和健康生活方式教练)或联系Poonam 0211897808

关于为民族社区制定国家健康和福祉政策/战略的请愿书



新西兰近五分之一的人来自亚洲或其他少数民族(如中东人、拉丁美洲人和非洲人)，这种文化和语言多样化的人口增长非常快。我们认为，这一人口的大量保健需求未得到满足，不能用“健康移民效应”或“模范少数民族”来解释。

我们认为，国家卫生部(Te Whatu Ora)的政策对实现“人人享有健康”至关重要，这加强了Te Tiriti原则。

这份请愿书是建立在公共卫生协会，学术界和社区组织以往工作的基础上提出的，要求众议院敦促新西兰卫生部制定一个全国性的，实体层面的政策和区域实施计划，以改善亚洲和其他少数民族人口群体的健康和福祉”。周立峰博士说：“通过请愿程序，我还希望提高人们对亚洲和族裔健康的认识，并为改变政策以及在新西兰提供健康和福祉服务的方式起到推动的作用。”

希望你能支持下面的请愿书和推广。只需点击链接<https://petitions.parliament.nz/85905553-327d-410b-8cb2-a482f3955a16>，如果您支持这项重要的倡议，请随时签名。



拨打免费健康热线

一般健康信息，请拨打全天免费电话：
0800 611 116

咨询更多有关新冠的信息，请拨打
0800 358 5453

欲了解更多新冠疫苗的信息，请拨打：
0800 28 29 26 (每天早八点-晚八点)

亚裔家庭服务中心 开启新的篇章



2023年2月22日，新西兰副总理 Hon-ourable Carmel Sepuloni、新西兰多元、包容与少数民族事务部部长 Honourable Priyanca Radhakrishnan 在新西兰国会共同为亚裔家庭服务中心 (Asian Family Services, 下简称AFS) 的新里程碑揭幕。

AFS CEO Kelly Feng称, “AFS的独立对我们这个公益机构来说是一个重要的里程碑。这些解决方案将根植于社区和生活在社区中的人民。公益机构是连接政府和社区的桥梁; 与政府机构建立了深度信任关系的公益机构是提高新西兰民众幸福度的重要一环。我们必须团结起来, 加强合作, 共同为我们的社区打造一个更好的服务系统、提供更好的服务而努力。”

“我们会继续为亚裔社区发声, 提高我们在政府机构和社区的知晓度, 我们会继续为新西兰政府的政策咨询提供支持, 让新西兰亚裔社区的需求被听到、被看到。更重要的是, 我们会继续不遗余力地提供更多文化适宜的服务, 支持和帮助生活在新西兰的亚裔人群!”

需要帮助? 拨打0800 862 342 联系我们, 了解亚裔家庭服务中心更多信息, 登陆AFS网站: www.asianfamilyservices.nz



Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government

Unite
against
COVID-19

MANATU
HAUORA

致Yong Rahn Park 女士 最热烈的祝贺

我们热烈祝 Park女士因其在韩国社区的服务而被授予女王服务勋章 QSM。在过去的十多年时间里 她一直活跃于新西兰的韩国社区, 协助韩国家庭定居和融入当地, 并促进韩国文化传播到更广泛的社区。她还在2012年建立了韩国积极老龄化慈善信托基金。资料来源: www.times.co.nz



奥克兰市议会的年度预算咨询

奥克兰市议会 2023/2024 年度预算协商过程已经开始, 我们希望 听到您的声音!

拟议预算旨在解决持续的财务压力, 同时优先考虑奥克兰人有需求和重视的服务。

在有限的选择里, 我们需要平衡下一财政年度的预算。

我们作为一个区域, 有一些艰难的选择要做。这是您发表意见的机会。请 告诉我们哪些问题对您很重要。

您的反馈可以由线上, 通过电子邮件、电话, 或邮寄的方式, 或在 Have Your Say 活动中提交。我们鼓励奥克兰人参与并让大家的声音都被听到。如您想了解更多信息, 请访问 akhaveyoursay.nz/budget 或预订电话反馈意见-请致电09 301 0101。



我可以获得一只 残疾援助犬吗？

残疾援助犬是为有医学症状或残疾的人



提供的，这些人能通过残疾辅助犬受益。您可以直接向培训和认证残疾辅助犬的组织之一申请。

您将需要提供您的

医生出具的医学症状或残疾证明。你需要承诺照顾这只狗，参加培训计划并支付持续的费用（举例）。

欲了解更多信息及相关链接，请访问

www.cab.org.nz/article/KB00039334

关于残疾资助的 免费研讨会



了解以及获取残疾资助信息具有挑战性，残疾人往往并未获得他们可用的所有选项。

Manawanui 是个性化资助的主要机构，为社区选择适合他们个人情况的资金提供帮助。

Manawanui 的社区工作坊展示了不同的残疾资助选项，以及如何以适合客户及其家庭、朋友和社区组织支持网络的方式管理资金。这些免费研讨会对所有有兴趣想更多了解残疾资助框架的人开放。

有兴趣举办免费的 Manawanui 信息？

发送电子邮件至 liam.sanders@manawanui.org.nz 或致电 Liam 电话 027 228 1678 了解更



所有的孩子 都拥有发声的权利

Caleb 患有唐氏综合症，这使说话对他来说非常困难——但多亏接受定期的言语和语言治疗，他正学习通过手势、姿势和发声交流。Caleb 与他的治疗师一起努力，最近学会了在一系列语境中清楚地使用“向上”一词！

所有孩子都值得被别人听到他们的声音，但如果没有适当的支持，像 Caleb 这样的孩子经常在他们的一生中保持静默。UpsideDowns（颠倒）是一个慈善组织，致力于确保新西兰患有唐氏综合症的所有孩子都可以学习说、读、写并与亲密的人沟通。

因为这种疗法不是公共资助的，UpsideDowns 的使命是确保社区的所有唐氏综合症儿童可以获得这些改变生活的服务。UpsideDowns 项目治疗师让孩子们学习沟通技巧以帮助他们与他人互动，参与主流学校生活，过上充实、独立的生活。

沟通的旅程很长，这是 UpsideDowns 与孩子们从出生至 21 岁一直合作的原因。如果您生活中有年轻人患有唐氏综合症并需要言语和语言疗法，请现在就与 UpsideDowns 取得联系。

更多信息请访问：www.upsidedowns.co.nz



Safari 多元文化游戏小组和参与 (Engage) 计划

如果您最近有幸走进我们的六个 Safari 游戏小组之一，可能会看到孩子们在寻找藏在杯子下的玩具、记忆卡，或在挥舞着丝巾和小棒随音乐跳舞。

这些看起来像是游戏小组中典型的孩子们的活动，实际上是一套精心设计制作的“游戏”。经常玩这些游戏，将有利于孩子们学会“自主调节”情绪。这个能力是他们日后生活中通向成功的重要指标。这就是参与计划：一个全国性项目，旨在帮助儿童通过参与游戏，来培养他们的情感、认知和行为技能。在Safari，我们正努力使该项目适合我们年轻和多元文化的受众群体。访问网站www.belong.org.nz获取更多信息。



4岁前的学校检查 B4 School Check

B4 School Check，是一项针对孩子语言、发育、成长和行为的全面而有益的评估。社会和情感发展、口腔健康以及如厕、营养和睡眠等其他一般性问题也包括在内。此检查也是一个机会，与您讨论您的孩子可能遇到的任何潜在疑虑或问题。我们希望尽可能看到那些接近4岁生日时看到孩子们，这样就可以在他们开始上小学之前提供支持。您可以拨打 0800 104 105 为您4岁的孩子预订 B4 School Check。我们期待与您和您的孩子见面。



华人健康研讨会- “过敏的预防与管理”

该于2023年3月14日在Te Manawa 图书馆举行。109人参加了此次活动，其中89人现场参加，20人参加Zoom在线会议。该会由TANI(亚洲健康联络中心)与Te Manawa 合办。演讲嘉宾来自新西兰过敏基金会 (Allergy NZ)



The Big Latch On 旨在通过创造安全和包容的场所，为正在养育婴儿的父母们提供社区支持。它为家长们提供了一个结识新朋友并获得社区服务和信息的机会。

家长们和他们的家庭成员可以参加The Big Latch On的现场活动，或参加线上的Brelfie 活动。该活动的目的即是保护、促进和支持母乳喂养家庭。注册将很快开放。请密切关注我们的网站和 Facebook 以获取更新。如果您有任何问题，可以发送电子邮件至 events@wha.org.nz。



25-69岁女性的宫颈筛查



所有有过性生活的 25-69 岁女性都应定期进行宫颈的检查。

我们为Counties Manukau (奥克兰南部和东部)的居民服务, 工作人员会提供, 印度语、马来语、印尼语、粤语和普通话。

我们在 Manukau SuperClinic、Botany SuperClinic、Pukekohe 医院、Mangere 和 Otara 设有正规的涂片诊所。您可能有资格接受免费宫颈检查。请致电预约: 0800 729 729

Supporttoscreening@middlemore.co.nz

45-69 岁女性免费乳房检查

45-69 岁女性免费乳房检查主要的筛检查地点是: Manukau Super Clinic。

我们还有其他的诊所:

- ☐ Mangere Community Health Centre)
- ☐ Mercy Radiology - Botany SuperClinic
- ☐ ARG Howick & ARG Pukekohe

电话预约 0800 270 270 或发送电子邮件至: bscm@middlemore.co.nz

洪水和过敏

过敏和哮喘患者需要格外保护自己。洪水可能会带来和留下有害物质, 如化学物质、毒素、细菌和病毒。



最重要的是, 霉菌可能会开始在被洪水淹没的家庭或建筑物中生长。霉菌在潮湿或腐烂的物质和通风不良的环境中生长。它们也可能生长在地毯和家具中 - 如果没有适当干燥或更换, 可能会使您生病, 特别是如果您有霉菌过敏。霉菌产生孢子, 暴露于高浓度孢子环境中会与呼吸系统疾病有关, 如过敏性鼻炎、哮喘和鼻窦炎等。

如果您有霉菌过敏的风险, 但要参与洪水后的清理工作, 您可以使用以下提示:

- ☐ 穿戴防护装备, 如防护眼镜、口罩和手套。
- ☐ 在家中创造通风 (例如打开窗户)
- ☐ 检查房屋或建筑物是否有潮湿和霉菌生长
- ☐ 排干洪水并处理剩余的沉积物。
- ☐ 清洁所有与洪水接触过的东西。
- ☐ 处理无法立即清洗和清洁的物品, 尤其是发霉的物品。

考虑聘请可以进行霉菌修复技术的专业清洁工作者。

公告:

现在新西兰所有Epipens® (肾上腺自动注射笔) 都为被诊断为有过敏反应风险的人提供了全额资助。这种药物需要特别授权的处方。更多详细信息请访问:

<https://pharmac.govt.nz/news-and-resources/consultations-and-decisions/2022-12-15-decision-to-fund-adrenaline-auto-injectors-for-the-emergency-treatment-of-anaphylaxis/?fbclid=IwAR1C87t-CBOBz72guGES8YACdZscGhwDC9--N5AKkl5tusaV6jmf1GjQdc>

如有问题请访问 educator1@allergy.org.nz 或 allergy@allergy.org.nz

您会得丙肝吗?
早测试, 早治疗。

及时治疗, 丙肝可以治愈。
这意味着, 在治疗结束后的三个月,
丙肝病毒将从您的血液中消失。

慢性 (长期) 丙肝会导致肝脏炎症、肝硬化和肝癌。及时治疗可治愈丙肝。如果您对以下任何一个问题做出肯定的回答, 那么您可能是患丙肝的高危人士:

1. 您是否曾经住在或在丙肝流行区域接受过健康服务, 比如中亚, 印度次大陆, 中东, 东欧?
2. 您是否2012年前移民到新西兰?
3. 您是否1992年前被输血?
4. 您是否曾经接受过未经消毒的设备来纹身或穿孔或在非正规的地方进行纹身或打耳洞, 鼻洞?
5. 您是否曾得过艾滋病或肝功能异常?
- 您是否曾用针管或针头吸过毒, 即使只有一次?

了解更多, 请访问 www.hepcinfo.co.nz

*If required. The person shown is a model, not a patient. AbbVie Limited, PO Box 11437, Manners Street, Wellington 6142. TAPS BG1962 NZ-VHC-200010. HCV0068. February 2022.

abbvie

青少年心理健康：来自一位母亲的叙说

獲得心理愉悅的五種方法

在你的生活中使用這五種簡單方法，你將受益匪淺



我们 20 年前从中国移民到新西兰奥克兰。我们是万千家庭中一个普通的亚洲家庭。2021 年，我 15 岁的女儿 S 无法起床去上学，一天要睡 20 个小时。她的家庭医生建议她吃点药，但我们拒绝了好几次，担心药物的副作用。与此同时，我们监测了她嗜睡的模式，发现她在月经期间经历了这种过度睡眠。她的家庭医生为此开了一些药。然而，药物引起了严重的副作用，包括哭泣和情绪低落。我们非常担心和困惑。

2022年初，女儿依旧经历经期过度睡眠，她也开始了兼职工作。她在月经期间仍然无法上学。她的新家庭医生转介她去看心理健康医生。这次的药对她有帮助，但她在一次复活节派对上喝了点酒后复发了。这导致她的情绪变得更加激烈，她几天无法入睡，也没有吃东西。最后，她和我发生争执，警察也介入了。警方将她送往医院，并联系了政府儿童部门。专业人士怀疑我可能虐待了我的女儿。我当时觉得很丢脸，很担心并且我的心理健康也受到了影响。我不知道为什么这会发生在我和我的家人身上。我非常苦恼和伤心了。[未完待续]

免费培训计划 - 提升文化和语言上的多样能力



eCALD，新西兰卫生部很高兴地宣布为工作在语言多样化的亚洲和难民社区的心理健康和成瘾的专业人员推出一个新的免费文化能力训练课程。这个项目是由新西兰卫生部心理健康和成瘾人力资源委员会资助的。该项目可免费用于整个精神健康和成瘾领域的工作人员。

该计划旨在为心理健康和成瘾工作人员提供文化理解和实践技能，以满足不同亚洲和难民社区获得独特的服务和支持需求。要了解更多信息，请访问我们的网站 www.eCALD.com

4级健康促进证书



该健康促进证书由曼努考理工学院（MIT）和健康促进论坛（Health Promotion Forum）联合颁发。它向学生介绍健康促进的原则、概念和实践。本课程将使您了解健康促进在社区和全国范围内更广泛的作用和重要性。如需更多信息，请访问：

<https://hpfnz.org.nz/>

[professional-development/certificate-of-achievement](https://hpfnz.org.nz/professional-development/certificate-of-achievement)

资金消减：不适当的决定

奥克兰市议会提议大幅削减甚至取消奥克兰公民咨询局（CABs）的所有资金。这可能导致奥克兰的 CAB 服务完全关闭。我们900 名训练有素的 CAB 志愿者每年帮助大约 160,000 名奥克兰人。我们帮助任何遇到问题的人们寻求解决方案。包括那些弱势群体的人。

由于奥克兰最近的恶劣天气引发了可怕的洪水，人们绝望地来到我们这里，因为他们的房屋无法居住，他们一无所有，也不知道怎样才能得到帮助。在线信息如此之多，但许多人很难获得在线帮助——我们帮助他们获得所需的信息。如果该提案获得批准，将使奥克兰的很多人不知道去哪里寻求帮助，因为 CAB 通常是第一个停靠港。我们是我们的城市和整个奥克兰社区的重要服务。

请在线签署请愿书来帮助公民咨询局：

<https://our.actionstation.org.nz/petitions/save-auckland-cabs>



活跃亚裔旨在通过体育运动促进亚洲群体的交流融合。我们倾听亚裔在参与身体锻炼的感受与心声，我们鼓励相关组织提供包容性环境，设施，员工；我们呼吁社会为亚裔提供更多的体育休闲机会；我们帮助有经济困难的群体；我们扶持亚裔俱乐部；我们帮助儿童，女性，中老年人，残疾人，以及多元化性别人口。我们一直在提高亚裔健康幸福水平的路上。

我们是一个区域性组织，北岸Harbour Sport，中区Sport Auckland，西区Sport Waitākere，南区CLM Community Sport一起组织实施很多优质体育活动，

如果您有参与体育活动的困难与想法，请跟相应区域的员工联系。

北岸：[Alvin, alvinc@harboursport.co.nz](mailto:Alvin,alvinc@harboursport.co.nz)

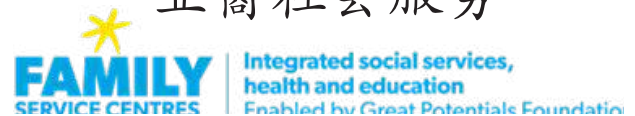
[Daniel, danield@harboursport.co.nz](mailto:Daniel,danield@harboursport.co.nz)

中区：Sherry, sherry@sportauckland.co.nz

西区：Honglu, honglu.zhang@sportwaitakere.nz

南区：AK, ak@clmnz.co.nz

Papakura 和 Takanini 的亚裔社会服务



大潜力基金会是一个促进教育和父母支持的慈善信托。我们在 Papakura 和 Takanini 的家庭服务中心为社区提供综合健康、教育和社会服务

我们的免费服务和项目包括：咨询、社区社工、首席专业人员、HIPPIY（家庭早期学习项目）、早期学习中心 (Papakura)、游戏小组 (Takinini)、英语语言班。我们讲粤语、印地语、马拉雅拉姆语、普通话、马拉地语、旁遮普语、泰米尔语等。

请随时与我们联系。欢迎推荐。周佩里，社会服务团队负责人 - perry.zhou@greatpotentials.org.nz; 电话：021 0200 9722

更多信息请访问：

www.greatpotentials.org.nz

需要健康保健信息吗？

请访问 www.healthpoint.co.nz，该网站提供有关医疗保健专业人士，转诊期待，服务项目和常见治疗的最新信息。



“老年人的圣经” — 长者生活的指南



Eldernet Group 发布了最新的“从这里开始”手册，以纪念已经发行了30多年的通常被人们称为的“老年人的圣经”。

长者网络集团 (The Eldernet Group) 董事埃莉诺博杰 (Eleanor Bodger) 表示，“从这里开始”就是通过为人们提供他们所需要的，能帮助他们做出适合他们的决策所需要的工具，并赋予他们力量让他们能够度过人生的这个阶段。它的页面充满了基本信息，包括管理财务和法律事务、有关退休设施的详细信息、在家中获得帮助、如何关注护理人员、文化服务以及整个地区的日托提供者。

这本书是免费的，可以在 www.wherfromhere.co.nz 网站或致电 0800 162 706 在线订购。

Sustain and Enable 机构 提供的免费房屋评估



我们 Sustain and Enable 机构，知道最近在奥克兰发生的洪水给许多家庭和个人带来了大量的挑战，尤其是那些弱势群体。在这个困难时期，我们希望尽我们所能来扶持我们的社区，这就是为什么我们向受影响地区的 55 岁以上的人、流动人口和残疾人社区提供免费评估。

我们的评估可以帮助您识别家中潜在的危及安全隐患和健康的危害，例如发霉或水渍，并提供改进建议。我们理解您的家是一个避风港，所以希望确保它对您和您所爱的人是安全和健康的。

如果需要安排免费的评估或者您有任何疑问，请发送电子邮件至 referrals@se.org.nz 和我们联系。

明智的饮食选择 - 为实现可持续的健康与幸福

Syed M. Shahid 博士

从 COVID-19 中康复的人更有可能患上长期慢性疾病 (CDs)，包括糖尿病、癌症、心血管疾病、呼吸系统疾病和精神疾病，这些疾病每年可以导致 4100 万人死亡，占全球所有死亡人数的 71%。可改变的风险因素，例如不健康的饮食、缺乏体育运动、吸烟和饮酒等会增加慢性疾病的死亡风险。这些因素可以导致关键的代谢变化，比如肥胖、高血压、血糖和脂肪水平。

与 The Asian Network Incorporated (TANI) 和奥克兰市议会图书馆合作的一系列关于健康的知识讲座和研讨会即将被举行，以提高人们对健康饮食的意识并提供关于明智饮食选择的实用的知识 (例如，间歇性禁食、一天一餐、生酮和地中海饮食)。

去年8月6日在Glenfield德图书馆举办的“糖尿病的患病风险”的研讨会和9月9日在Mount Albert图书馆举办的“饮食和营养在预防慢性疾病中的作用”的研讨会，这两场研讨会都得到了社区的积极参与和高度的赞赏。更多的研讨会和便利会议即将在今年下半年被举行。



牛羊肉公司的调查



新西兰Beef + Lamb New Zealand公司生产的营养类的产品深受新爸爸妈妈们的喜爱。为了确保我们的循证产品资源与父母喜欢的类型的信息相关，我们正在进行两项调查以收集反馈意见——一项怀孕的调查和一项婴儿的初食调查。

请随时与您所在社区的家长分享这些调查。每个完成调查的问卷都将参加抽奖，以赢取 Edwards & Co 'Olive' 提供的婴儿车。点击下面的链接，参与调查

<https://www.beeflambnz.co.nz/>

TANI 哈密尔顿 (Hamilton) 办事处新闻

自2021年封锁期间成立开始，TANI 哈密尔顿 (Hamilton) 办公室一直在积极地推广亚裔社区人群的健康。该团队由一个TANI员工Cindy Pak和三名志愿者组成。这些志愿者为说汉语和说韩语的社区群众提供语言帮助。2022年TANI哈密尔顿办事处推广了新冠疫苗，普及了应对疫情的政策变化，也把卫生部的快检盒和其他物资送到亚裔社区。他们也组织了许多健康活动，其中包括流动宫颈检查诊所，青少年健康课外活动，女性健康项目，针对移民和难民子女的假期活动，心理健康和咨询研讨会以及其它许多活动。

自从2023年起，TANI 哈密尔顿办事处就开始为萨玛中心 (SHAMA) 和怀卡托韩国学校的移民和难民妇女提供免费的流动诊所。他们还提供了针对亚裔社区人群开展的无需预约的信息讲座，还为他们提供了的免费英语课程的信息。TANI哈密尔顿办事处也在计划为2023年人口普查提供语言支持 (汉语和韩语)，和怀卡托中文学校一起提供免费的流动宫颈检查诊所，提供关于在新西兰经营小企业的讲座，乳房筛查计划，针对移民和难民子女提供的艺术理疗假期项目，以及其它活动。



The Asian Network Incorporated

亚洲女性免费子宫颈检查

年龄在25至69岁之间

立即预订您的检查时间！
每位都会得到一个礼品袋！

上午 9:30 - 下午 12:30
4月1日 & 29日 周六
Between A block & Gallagher Hub
(Gate 3, Tristram Street, Hamilton Central)

027-445-1299

<https://forms.gle/cVbfrYNDuNQS2tWY5>

关于性暴力的民族社区话题



作为一个社区组织，萨玛中心 (Shama) 已经发起了一个名为“让我们谈谈” (Let's Talk) 多语言和多媒体的项目，来鼓励人们讨论在民族社区里关于性暴力的话题。萨玛中心的预防性暴力计划 (Prevention of Sexual Violence) 的负责人朱安尼塔·罗哈斯 (Juanita Rojas) 表示，人们不容易通过英语或其它语言获得关于性暴力的信息，因此该项目应运而生。各个社区领导人纷纷响应，帮忙制作出不同语言的视频，目前在“让我们谈谈”的官网上已经有14个视频了，还有更多的视频正在制作中。这些视频可用不同的语言来观看，其中包括阿拉伯语，波斯语，马来语，日语，韩语，西班牙语，塔加拉族语，坎纳达语和北印度语。

奥克兰大学法学院毕业生萨玛尔·库尔卡尼 (Samarth Kulkarni) 是其中一位社区领导人。他用坎纳达语配上英文字母制作了一个视频，在网上受到了广泛的欢迎，得到了两万五千次观看记录。过去的20年里，萨玛尔在哈密尔顿和新西兰各地与各个民族社区建立起来的关系激发了他对“让我们谈谈”的项目的热情。

任何少数民族个体，只要经受过性暴力伤害都可以在办公时间从萨玛中心那里获得帮助。可以致电 07 8433810 或者打电话发短信 022 1359545 找社工倾诉。安全通话热线 (Safe to Talk) 也24小时在线提供服务0800044334，语言翻译热线 (Language Line) 也随时在线。

“让我们谈谈”的视频可以在萨玛中心的官网上找到

<https://shama.org.nz/how-we-help/national-response-for-sexual-harm/lets-talk>

详情咨询请洽朱安尼塔·罗哈斯。如果您有问题，需要帮助或者想要与我们合作，欢迎您联系TANI哈密尔顿办事处。联系Cindy Pak (韩语) seunghee.pak@asiannetwork.org.nz, Wendy zhai (中文) wenming.yantai@gmail.com 可获得更多信息。

華人環保教育信託基金主辦
Albert-Eden地區議會 贊助

又開業啦! 保護環境 免費維修

維修咖啡館 Repair Cafe New Zealand

2023年4月2日(星期日)
下午3:00pm至6:00pm
The Mt. Eden Village Centre
449 Mt Eden Rd, Mt Eden

在Mt. Eden Rd和
Ngauruhoe St
交界處

維修咖啡館又開業啦!

我們可以為您做的維修工作包括:
小型電器, 傢具, 衣服, 木工, 一般維修
新增的: 台式電腦, 手提電腦, 平板電腦, 手機的硬件, 軟件。

歡迎大家光臨! 讓我們一起為保護環境盡點力!

我們可以維修您雙手可攜帶的小電器, 小傢具!

為使更多人受惠, 我們僅接受每人只登記一件物品。有超過一件物品的, 請等到大廳里的每個人都登記了, 才能登記您的第二件物品。

和以前一樣, 這是一項免費服務(歡迎捐款)

***志願者和訪客必須戴口罩
***注意: 下午5:30pm後不接受維修項目

PLAY FESTIVAL
SATURDAY 8 APRIL, 11am-4pm
Tuna Mau/Western Park, Freemans Bay

多元文化游戏节
2023年4月8号, 上午11点-下午4点

欢迎参加免费的家庭日, 探索来自不同文化的传统游戏

For more info
SCAN HERE

Play Festival celebrates cultural identity, facilitates intercultural connections, and creates a safe and inclusive environment for people to play, interact and JUST HAVE FUN.

BROUGHT TO YOU BY
Waitemata Local Board
PLAYFULLY
AKTIVE
CONSCIOUS KIDS

信息交流日

An informative day for seniors, people with disability and families

地点
Pearce Street Hall
3 Pearce Street
Onehunga

- 信息交流
- 表演
- 健康检查
- 抽奖

时间
2023年四月十二号
十点半至两点半

如有问题, 请联系秀: zhengxiu@ilsnz.org

Independent LIVING CHARITABLE TRUST Maungakiekie-Tāmaki Local Board The Asian Network Incorporated

民族社区信息日

时间: 2023年4月26号, 周三上午10点

地点: Fickling Convention Centre (Waikowhai Room)
546 Mt Albert Road, Three Kings, 奥克兰

这次活动是为了帮助我们民族社区更多地了解当地关于公共场所和社区资金的信息。

新的 Albert-Eden 地区委员会成员将参加会议并向大家介绍他们自己。

The Asian Network Incorporated

Albert-Eden Local Board Puketāpapa Local Board

Light refreshment will be provided.
Please RSVP to danielle.park@asiannetwork.org.nz (Limited seats).

联系人: Lily 徐/Vishal Rishi, The Asian Network Inc. 亚洲联络健康中心 (TANI), 101 Church Street, Onehunga, Auckland 1061. PO Box 27550, Mt. Roskill, Auckland 1440.

电话: 09 815 2338 中文请按2

lily.xu@asiannetwork.org.nz | www.asiannetwork.org.nz

本期翻译人员: Anni Tang, Alice Ding, Amy Peng, Kerry Liu, Nancy Chang, Linna Lu, Sarah Wang, Iris Shao, Annie He, Jian Chen, Lily Xu