

籬笆的那邊

2009年10月第2版

房屋周

在今年房屋周的慶祝活動中更加熟悉您的鄰居。了解如何.....

簡述：Jackie Dacey

維州公房租客協會負責人向大家談一談她的工作。

與您交流花園節約用水的竅門，說不定您還會贏獎。

《籬笆的那邊》

Portland 的居民 Christopher Chapman 贏取了居民通訊《租客消息》更名的競賽。

“我在公房地區居住，每周會有那麼一兩次和籬笆的那邊鄰居聊天。我們談點有趣的事情，隨便地聊當地發生的事情。”

“有那麼一次，我正一邊侍弄車子一邊和他閑聊，我一想這正是那本通訊的好名稱，”Chapman 先生說。

《租客消息》更名的競賽競爭激烈，有好幾個來自維州各地的極有創意的競爭者參賽。

Chapman 先生贏得了一張 V/Line 火車日票，他打算用這張票和太太 Lisa 一起來墨爾本玩。

據 Chapman 說，“這個獎來得正是時候，我和太太正商量著到墨爾本玩一陣子，參觀博物館的展覽。我們很興奮。”

《籬笆的那邊》很了解您對我們刊登哪些故事和話題有什麼看法。

請把您的想法寄到：

**The Editor
Office of Housing
PO Box 4057
Melbourne VIC 3000**

或電郵：

overthefence@dhs.vic.gov.au

人人都需要鍛煉

所有年齡和身體狀況的人都能得益於健康飲食和鍛煉，而天氣變暖，外出進行身體鍛煉更加容易。

研究顯示，一天多達 30 分鐘的身體活動可令您感覺更好，有更充沛的能量，能減少諸如心臟病和糖尿病等疾病的風險。

更多地做些身體活動可有各種不同形式，無論參加有組織的鍛煉、娛樂性活動或按常識多作活動都可以。

取得身體健康和良好體質效果的一個好方法是做些適當地活動身體的事情，如輕快地步行。步行是加強身心健康的最好的活動之一，不小心受傷的可能性非常小，而且也不會造成疼痛。

如對健康和鍛煉有任何疑問，一定要諮詢家庭醫生或醫療保健專業人士的意見。

您想贏取價值\$50的 Coles 超級市場的購物券嗎？

您應該如何保持身體健康的？也許您是當地步行小組的成員，或者在積極地參與花園的活動。無論您如何去保持身體健康，我們都有興趣了解您的看法。

請把您保持身體健康的竅門告訴我們，最佳的主意將贏取價值\$50的 Coles 超級市場購物券。

2009 年房屋周

結識您的鄰居 – 建立聯繫

這些活動可以是燒烤、鄉村集市或社區藝術項目，也可以是公房的種植日，或者是跳舞、進行遊戲和享受各種美食的多元文化聚集活動。

都市南部地區租客參與負責人 Susan Blackburn 說，在維州各地公房進行的一年一度的房屋周慶祝活動“總有食物。”

去年的公房周在 80 處都市和鄉村地區中心舉行了活動，邀請了公房租客參加活動。

她說：“活動的氣氛非常正面，租客們互相交往，交流信息，或者與結識平時只在街頭插肩而過的某個人”。

2009 年房屋周 – “結識您的鄰居，建立聯繫”將在維州各地於 11 月 26 日至 12 月 3 日舉行。Hume 地區租客參與代理負責人 Sharon Prentice 表示，這一周的活動對地區性市鎮具有特別重要的意義。

公房管理部門的員工以及其他支持服務機構通常都會參加房屋周的活動，並在活動上派發小冊子，與大家討論參與者可能不知道的當地服務、活動及學習課程等。

“有些人可能未意識到他們可尋求幫助或指導，因此即使當時拿了小冊子回家，也有可能在此後打電話來了解可一年當中都可接受的服務的情況。”

Susan 說：“公房周的活動就是為了慶祝人們之間的聯繫，是愉快的活動，是非常好的主意。”

有關 2009 年您當地房屋周的活動詳情，請聯絡當地公房管理處，或瀏覽：
www.housing.vic.gov.au/housing-week。

不斷湧現的好主意

參加維州生機勃勃花園的競賽，展示您的聰明才智和節約用水的花園！

維州生機勃勃花園的競賽現已開始，您可參加以下類別的競賽：

- 最佳節約用水家庭花園
- 最佳節約用水公共花園
- 最佳節約用水陽臺或小型封閉式花園
- 最佳節約用水食用植物花園
- 最有創意節約用水花園
（由皇家植物園給與支持）
- 個人節約用水地塊（社區花園）

地區獲獎者將獲得價值\$50的購物券，全州的獲獎者將獲得購買花園設備的價值\$100的購物券。

請在2009年11月17日之前撥打免費電話：**1800 663 662** 登記參賽。

詳情請瀏覽：www.housing.vic.gov.au 或發電郵：vicbloom@dhs.vic.gov.au。

簡介： 維州公房租客協會

今年一月，**Jackie Dacey** 成為了維州公房租客協會的面孔之一。她曾從事社區發展及公房管理及制定制度等工作，其新工作是要確保維州 65,000 名公房租客能對許多與公房有關的事情充分地發表其意見。

任何租客均可成為維州公房租客協會的成員 - 成為其成員免費。**Jackie** 現在擔當了該機構的負責人，希望更多的租客能參與這個高層組織的活動。該組織的宗旨是讓租客對其生活環境有更大的控制權，並能直接向政府和公房管理處表達其意見。

Jackie 表示，公共房屋是複雜、多樣化和多元文化的地方，雖然某些個別的公房有其獨特之處，“但其他的一些情況是更系統性而又更常見的情況。”

維州公房租客協會最近處理的一件事情顯示了不同的公房會很經常地遇到類似的問題，以及維州公房租客協會如何去改變這些情況。

Jackie 說，在都市地區的公房，租客的停車位被在大街上找不到停車位的非租客占用，這是相當常見的問題。被占用了停車位的租客被迫把車停在大街上，因而可能導致被罰款。

維州公房租客協會正在與公房管理處研究，以制定更好的制度，減少出現這種情況。

Dacey 女士說，維州公房租客協會已為 31 個租客團體提供支持和培訓，但她在任內第一年的主要目標之一是增加以個人身份參加協會的成員。

有關如何成為維州公房租客協會成員，或者我們可如何進一步幫助您的詳情，請致電：**9481 4500**，**1800 015 510** 或瀏覽：www.vpta.org.au。

清除廢物

您的家有占地方的舊家具、烹飪用具、或無用的衣物嗎？

有關了解處理廢物的最佳方法是與當地市政府聯系。把東西亂扔家外或街上是違法行爲，可導致被罰款甚至被告上法庭。

市政府可建議派人清收大件廢物，送到填埋場或轉運站，組織人進行清理或甚至送給慈善機構。

您的家，您的權利

公房管理處出了一本說明公房居住者的權利與責任，名爲《**您與您的家**》的新出版物，並向所有新租客派發。

這本彩色的出版物對於人們如何做以盡可能在公房住得舒服，介紹了一些有用的資訊，包括解決沖突的建議、租金的資訊、以及有房屋維護之需時如何做的方法。

這本小冊子的一個明確的信息是，租客有權獲得公房管理處提供公平、及時、誠實而反應迅速的服務。

類似地，公房租客要遵守入住前所獲的租賃協議上規定的權利與責任。

若需了解公房租客權利與責任的詳情，或索取《**您與您的家**》，請聯系當地公房管理處，或瀏覽：
www.housing.vic.gov.au。

便利的家居

對於有殘疾方面之需的居民，諸如擰開水龍頭等容易之事可以是件極難之事。

這就是爲何所有新建公房都有方便有特別之需者的重要設置。

公房管理處每年斥資兩百五十萬元用於改裝現有房屋，以方便有額外之需者。

這些特別設置可包括：

- 安裝在家居內外的安全易抓的扶手
- 尺寸較大的燈開關
- 控制杆式水龍頭和門把
- 經改善的浴室進出通道
- 爲聽力障礙的租客而安裝的可視報警器

若因殘疾而需對房屋改裝，需向當地公房管理處提供家庭醫生、職能治療師或其他醫療保健專業人士的信函。

居民們互相提醒防火安全

火災令人們付出生命財產的代價。

對明火密切注意，烹飪時小心謹慎，能減少居民和財產的火災危險。

爲幫助在居民中互相提醒防火安全，公房管理處目前正在試行一項培訓與就業項目，讓租客掌握對當地社區進行教育和講解的必要技能。

十一位公房租客將於 10 月份畢業（正好是維州社區安全月），能為公房管理處向人們講解防火安全的知識。

這些租客在 Carlton 的萬國教堂接受了由 Swinburne 技術學院提供的“社區安全”第三級證書課程的培訓。

他們將作為共同主講人，向當地社區講解防火安全的訊息，並且在某些情況下用他們自己社區的語言進行講解。

該培訓資格讓人們獲得能在所有行業中的公眾安全機構工作所需的技能。

對北墨爾本的居民 Josie Hill 女士而言，該教育課程讓她增長了才幹，受到了鼓舞。

“我當初確實有點膽怯，因為我這樣的年齡重回學校似乎很不在。”

“經過五個半月之後，現在再看一看我自己，覺得有很多東西想與其他人交流。”

如果您對參與公房租客就業項目有興趣，請致電 **1800 451 553**，或發電郵：
ptep@dhs.vic.gov.au。

如果您想安排有關人士對您的公房租客團體講解防火安全的知識，請聯系：03 9096-5376。

竅門：在夏季中保持涼快的好方法

夏季即將到來，尤其在白天氣溫高而晚上又比平常炎熱之時，可以有許多保持涼快的方法。

白天炎熱之時，您一定要：

- 喝大量的水和液體（不要喝酒）（注意：若醫生平常限制您對液體的攝入量，或者在服用利尿劑【fluid tablets】，也許需看醫生核對一下在天氣炎熱時可喝多少水）；
- 洗個涼水淋浴或浴缸澡；
- 穿寬松的衣服，最好是棉布和淺色的衣料；
- 察看年老體衰及患病者是否需幫助應付炎熱天氣；
- 若非通風良好，不要依賴風扇；在晚上開窗戶，利用風扇形成微風對流；
- 白天關閉遮光簾和窗簾，擋住陽光；
- 知曉中暑的跡象和症狀，以及如何應對。

如果您在戶外，切記使用防曬油、戴帽子、遮蓋皮膚、經常地喝大量的水，“**做好防曬措施**”。

在房屋周活動中和鄰居打招呼

維州公房居民使用這麼多語言，您肯定能在下面找到用得上的招呼用語。

語言	招呼用語
阿拉伯語	Salaam aleikum
阿姆哈拉語（埃塞俄比亞、以色	Teanastellen

列、埃及)	
波斯尼亞語	Zdravo
廣東話	Ni How
克羅地亞語	Zdravo
達裏語（阿富汗）	Chotor asty
希臘語	Yah su
希伯來語	Shalom
北印度語	Na-mast tey
匈牙利語	Jo napot
意大利語	Buon giorno
高棉語	Sok sabai jie te
馬其頓語	Zdravo
國語	Ni How
波蘭語	Dzien dobry
羅馬尼亞語	Buna
俄語	Halo
塞爾維亞語	Zdravo
索馬裏語	Maalim wanaqsan
西班牙語	Hola
蘇丹語（丁加語）	Chubuk
提格裏尼亞語（厄立特裏亞和埃塞俄比亞）	Selam
土耳其語	Merhaba
越南語	Chao

請留意：這一部分的資訊來自各種不同的網上資源。

公房管理處 – 地區辦公室的聯系資料

都市西部地區	Ascot Vale	12 Churchill Avenue, Ascot Vale 3032	(03) 9371 6200
	Broadmeadows	56 - 58 Coleraine Street, Broadmeadows 3047	(03) 9309 1255
	Carlton	480 Lygon Street, Carlton 3053	(03) 9341 8200

	Collingwood	229 Hoddle Street, Collingwood 3066	(03) 9417 5144
	Fitzroy	90 Brunswick Street, Fitzroy 3065	(03) 9417 7322
	Footscray	71 Moreland Street, Footscray 3011	(03) 9275 7516
	North Melbourne	33 Alfred Street, North Melbourne 3051	(03) 9326 6377
	Preston	679 - 685 High Street, Preston 3072	(03) 9479 0122 或 1300 664 977
	Richmond	112 Elizabeth Street, Richmond 3121	(03) 9429 5174
	Sunshine	16 - 18 Hertford Road, Sunshine 3020	(03) 9312 5022
都市南部地區	Cheltenham	Level 2, 4 - 10 Jamieson Street, Cheltenham 3192	(03) 8585 6200
	Dandenong	Level 4, 311 - 319 Lonsdale Street, Dandenong 3175	(03) 9767 8777
	Frankston	Level 1, 431 Nepean Highway, Frankston 3199	(03) 9784 3200
	Prahran	259 Malvern Road, South Yarra 3141	(03) 8646 3600
	South Melbourne	Level 2, 20 Clarendon Street, South Melbourne 3205	(03) 8646 3600
都市東部地區	Box Hill	883 Whitehorse Road, Box Hill 3128	(03) 9843 6577
	Ringwood	25 Ringwood Street, Ringwood 3134	(03) 9871 5199
Barwon 西南 部地區	Colac	54b Bromfield Street, Colac 3250	(03) 5231 2574
	Geelong	Level 2, State Government Offices, corner Fenwick and Little Mallop Streets, Geelong 3220	(03) 5226 4540
	Hamilton	50 Thompson Street, Hamilton 3300	(03) 5571 9114

	Portland	16 Julia Street, Portland 3305	(03) 5523 9999
	Warrnambool	Shop 2 109 Lava Street, Warrnambool 3280	(03) 5561 9444
Loddon Mallee 地區	Bendigo	74 - 78 Queen Street, Bendigo 3550	(03) 5434 5555 或 1800 645 329
	Mildura	253 Eleventh Street, Mildura 3500	(03) 5022 3111
	Swan Hill	210 Beveridge Street, Swan Hill	(03) 5032 0100
Grampians 地區	Ballarat	Corner Mair and Doveton Streets, Ballarat 3350	(03) 5333 6660
	Horsham	21 McLachlan Street, Horsham 3400	(03) 5381 9777
Hume 地區	Benalla	26 Church Street, Benalla 3672	1800 635 862
	Seymour	16 Station Street, Seymour 3660	1800 680 694
	Shepparton	163 Welsford Street, Shepparton 3630	1800 631 439
	Wangaratta	43 - 47 Rowan Street, Wangaratta 3677	1800 818 540
	Wodonga	55 Hovell Street, Wodonga 3690	(02) 6055 7777 或 1800 644 873
Gippsland 地 區	Bairnsdale	7 Service Street, Bairnsdale 3875 (僅限預約)	(03) 5144 9100 或 1800 674 624
	Morwell	7 - 11 Hazelwood Road, Morwell 3840	5136 2400 或 1800 650 813
	Sale	150 York St, Sale 3850	(03) 5144 9100 或 1800 674 624

公房維修電話中心：13 11 72

如果您想以**便於使用的格式**獲得這份出版物，請致電 **1800 663 662**，或發電郵：
clientservices.housing@dhs.vic.gov.au。

出版者：澳大利亞維州墨爾本維州民事服務部公房管理處

© 2009 年維州版權所有

本出版物也在此網站刊登：www.housing.vic.gov.au

授權者：維州政府，地址：50 Lonsdale Street, Melbourne