

2026

长者服务指南



City of
Canada Bay

市长致辞



欢迎查阅《加拿大湾市长者服务指南》——这是一份详尽的指引，旨在介绍本社区为支持步入老龄阶段的居民所提供的各项资源与服务

广大长者 是构筑加拿大湾市独特社区魅力的重要基石。我们致力确保每一位长者都能通过市政府设立的项目与活动，以及本

地区各种文娱俱乐部与社区团体，积极融入并参与社区生活。保持身心活跃与社会参与，是维持整体健康福祉与高品质生活的关键。我衷心希望本指南不仅能帮助您发掘新爱好、参与新活动，让晚年生活充实、健康、快乐，而且能为您提供重要信息，助力您过上独立且富有成就感的生活。

本指南汇总了众多政府机构与社区组织的信息，涵盖针对长者的医疗保健、休闲文娱、公共交通、住房服务等方方面面。我真诚鼓励辖区内的长者们充分利用这些本地资源，保持积极活跃、安享健康人生。

加拿大湾市市长
迈克尔·梅格纳 (Michael Megna)

目录

加拿大湾市政府服务	4
俱乐部	6
社区中心	8
社区团体与活动	8
电脑与数码协助	12
祖父母与隔代照护	12
认知障碍症支持	13
家庭暴力援助	14
紧急情况与求助电话	15
防跌倒指导	16
餐饮与食物援助服务	16
财务支持与理财素养	18
健康与福祉	19
住房服务	23
法定权益、维权与法律信息	24
防诈骗与网络安全	29
交通与出行	30
志愿服务	31

致敬传统土地守护者

加拿大湾市政府承认并尊重澳大利亚原住民和托雷斯海峡岛民，特别是作为我们居住、学习和工作土地最初居民及传统守护者的旺格尔 (Wangal) 原住民。市政府向过去、现在以及未来的长者们致以崇高敬意。

翻译与传译服务

若您在加拿大湾市居住、工作或学习，并知晓有人需要翻译协助来获取本指南中的服务，可使用全国翻译与传译服务处 (TIS National)。

致电 TIS 请拨打：131 450，或请求工作人员协助您接通。

信息截止日期：2026年6月

加拿大湾市政府服务

巴士郊游

加拿大湾市政府为辖区内55岁以上的居民组织社交巴士出游。共设有两个巴士小组：海湾联谊组 (Bay Connection) 与活力长者组 (Active Adults)。海湾联谊组每两周开展一次活动，专为居家生活且行动较不便的长者设计。若您精力充沛且年满55岁，可参加每月活动两次的活力长者组。

电话：9911 6587
网址：canadabay.nsw.gov.au/community/community-services/seniors

图书馆服务

各图书馆面向所有年龄段提供各种服务。欢迎访问下方网站了解如何注册会员、图书借阅限额以及如何使用公用电脑等信息。图书馆还提供太平绅士 (JP) 认证、社交小组、长者数码科技支持、作家讲座等丰富活动。

网址：canadabay.nsw.gov.au/libraries

五码头图书馆 (Five Dock Library)
地址：Level 1, 4-12 Garfield Street, Five Dock
电话：9911 6310

康科德图书馆 (Concord Library)
地址：60 Flavelle Street, Concord
电话：9911 6210

罗德斯 - 联络中心学习空间 (Rhodes - The Learning Space at the Connection)
地址：30 Shoreline Drive, Rhodes
电话：9911 6332

居家图书馆外借服务 (Home Library Service)

若您因年迈或患病无法亲自前往图书馆，可能符合申请居家图书馆送书上门服务的资格。

文体休闲设施

加拿大湾市拥有丰富的健身、体育与休闲设施。

网址：canadabay.nsw.gov.au/community/facilities-and-venues

康科德椭圆球场休闲中心 (Concord Oval Recreation Centre)
地址：8 Gipps Street, Concord
电话：9121 0244
网址：concordrec.com.au

五码头休闲中心 (Five Dock Leisure Centre)
地址：Corner of Queens Road and William Street, Five Dock
电话：9911 6300
网址：fdlc.com.au

罗德斯休闲中心 (Rhodes Recreation Centre)
地址：6 Gauthorpe St, Rhodes
电话：9121 0295
网址：rhodesrec.com.au

游泳中心

我们的两个室外游泳中心按季节开放，由 **Belgravia Leisure** 公司运营管理，提供丰富的课程活动并可欣赏优美水景。

德拉莫因游泳中心 (Drummoyne)
地址：Henley Marine Drive, Drummoyne
电话：9181 1530

卡巴里塔游泳中心 (Cabarita)
地址：Cabarita Park, Cabarita Road, Cabarita
电话：8757 3059

内西区以及邻近地区其他地方政府

伯伍德市政府 (Burwood Council)
网址：burwood.nsw.gov.au/For-Residents/Our-Community/Seniors

坎特伯雷-宾士镇市政府 (City of Canterbury and Bankstown Council)
网址：cbc.city.nsw.gov.au/community/community-services/seniors/seniors-in-the-city

内西区市政府 (Inner West Council)
网址：innerwest.nsw.gov.au/live/community-well-being/seniors

斯特拉斯菲尔德市政府 (Strathfield Council)
网址：strathfield.nsw.gov.au/live/seniors-and-disability-services



俱乐部

草地滚球俱乐部 (Bowling)

康科德滚球俱乐部 (Concord Bowlo)

地址: 1A Clermont Avenue, Concord

电话: 8752 5570

网址: canadabayclub.com.au/concordbowlo

五码头滚球俱乐部大本营 (The Home Grounds - Five Dock Bowling Club)

地址: 20B Barnstaple Road, Five Dock

电话: 8488 8995

格林利斯公园滚球俱乐部 (Greenlees Park Bowling Club)

设有男子组、女子组及退伍老兵组比赛。

地址: 14 Ian Parade, Concord

电话: 9743 1907

电邮: bowls@briarsports.com.au

巨龙体育协会及 DSA 龙舟俱乐部 (Dragon Sports Association and DSA Dragon Boat Club)

地址 Uhrs Point Reserve,

Concord Road, Rhodes

网址: dsadragon.org

高尔夫俱乐部

巴恩韦尔公园高尔夫俱乐部

(Barnwell Park Golf Club)

地址: Corner of Lyons Road West and William Streets, Canada Bay

电话: 9713 1162

网址: barnwellparkgolfclub.com.au

康科德高尔夫俱乐部 (Concord Golf Club Ltd)

地址 Majors Bay Road, Concord Phone: 9743 6111

网址: concordgolfclub.com.au

梅西公园高尔夫俱乐部 (Massey Park Golf Club)

地址: 1 Ian Parade, Concord Phone: 9743 1917

网址: masseypark.com.au

退伍军人俱乐部 (RSL Clubs)

五码头俱乐部 (Club Five Dock)

提供餐饮、音乐以及定期活动与课程, 如宾果游戏 (bingo)、知识竞答 (trivia) 和健身律动课程。

地址: 66 Great North Road, Five Dock

电话: 9712 2055

网址: clubivedock.com.au

亚拉拉退伍军人日间俱乐部 (Yaralla RSL Day Club)

为长者提供各类活动等。

地址 17-19 Burton Street, Concord

(St Luke's Church后面)

电话: 9736 2840 或 0401 700 509



赛艇与帆船 (Rowing/Sailing)

阿伯茨福德赛艇俱乐部 (Abbotsford Rowing Club)

地址: Battersea Street, Abbotsford

联系 abbotsfordrc.weebly.com/contact.html

网址: abbotsfordrc.weebly.com

德拉莫因赛艇俱乐部 (Drummoyne Rowing Club)

地址 461 Henley Marine Drive, Drummoyne

电邮 contact@drummoynerowingclub.com.au

网址: drummoynerowers.com.au

德拉莫因帆船俱乐部 (Drummoyne Sailing Club)

地址: 2-4 St Georges Crescent, Drummoyne

电话 9719 8199

网址: dsc.org.au

悉尼赛艇俱乐部 (Sydney Rowing Club)

地址: 613 Great North Road, Abbotsford

电话: 9712 1199

网址: sydneyrowingclub.com.au

综合体育俱乐部

布赖尔斯体育俱乐部 (Briars Sports)

旗下设有曲棍球、无板篮球、英式橄榄球及板球俱乐部, 涵盖青少年与成年/长者各级体育项目, 并提供丰富的社交文娱活动。

地址: 14 Ian Parade, Concord

电话: 9743 1907

电邮: sports@briarssports.com.au

网址: briarssports.com.au

其他俱乐部

加拿大湾俱乐部 (Canada Bay Club)

提供广泛多样的文娱活动, 包括宾果游戏、高尔夫、信息技术培训课程、室内滚球、长者健身操班、桥牌俱乐部、麻将以及太极拳等。

地址: 4 William Street, Five Dock

电话: 9713 4322

网址: canadabayclub.com.au

社区中心

康科德长者活动中心 (Concord Senior Citizens Centre)

中心周一至周五定期举办各类文娱与社交活动。

地址: 9-11 Wellbank St, Concord

电话: 0401 887 192

电邮: barryjford@yahoo.com.au

德拉莫因社区中心 (Drummoyne Community Centre - DCC)

服务于加拿大湾市辖区的邻里睦邻中心, 面向包括儿童、家长及长者在内的全年龄段居民开展服务与课程。

地址: 10 Cometrowe St, Drummoyne.

电话: 9719 8102

网址: www.dcc.org.au

德拉莫因长者中心 (Drummoyne Senior Citizens Centre)

为老年人提供丰富多样的活动, 位于五码头区。

地址 422 Lyons Road Five Dock

电话: 0414 512 361

社区团体与活动

澳大利亚缝纫协会 (Australian Sewing Guild)

全国性非营利组织, 致力于将缝纫视为创意和充实生活的活动。协会为从初学者到资深缝纫爱好者的各个阶段人群提供最新的缝纫资讯及友好的互助支持网络。

网址: aussew.org.au

加拿大湾社区合唱团 (Canada Bay Community Choir)

免面试试音合唱团, 成员主要来自加拿大湾市及周边社区。定期于晚间进行排练, 依正式章程运作。

电话: 0418 206 988

电邮: info@cbcch.com.au

网址: cbcch.com.au

奇斯威克社区活动组 (Chiswick Community Activities Group)

为本地及周边社区居民提供艺术班、萨尔萨舞(Salsa) 教学等文娱活动。

地址: Corner Blackwell Point Road

and Parkview Road, Chiswick

电邮: ccag@gmail.com

电话: 0493 109 961

网址: ccagwebsite.wixsite.com/ccag



加拿大湾市历史文物学会 (City of Canada Bay Heritage Society)

学会的博物馆收藏了从19世纪晚期至今展现本地区历史风貌的珍贵展品。学会还定期组织雅拉拉庄园(4月与10月)及位于德拉莫因的瑞芬德尔(Rivendell)的导览游览。

地址: 1 Bent Street (PO Box 152), Concord

电话: 9743 3034

网址: canadabayheritage.asn.au

社区菜园/花园 (Community Gardens)

加拿大湾市Drummoyne、Concord、Chiswick和Rhodes建有社区花园。社区花园是本地居民共同劳作、打造丰产园地、交流知识与园艺技巧的共享绿色空间。

网址: bit.ly/ccbgardens

康科德园艺俱乐部 (Concord Garden Club)

位于康科德社区中心外的园艺爱好者俱乐部。

地址 1A Gipps St, Concord

电邮: concordgardenclubsydney@gmail.com

康科德雅拉拉演讲俱乐部 (Concord Yaralla Toastmasters)

地址: Meeting Rooms 1 & 2 at The Connection, 30 Shoreline Drive, Rhodes

电邮: concordyarallatoastmasters@gmail.com

电话: 0420 769 400

德拉莫因艺术协会 (Drummoyne Art Society)

地址 57A Wellbank Street,

Concord (DAS Gallery 57)

电话: 0468 419 981

电邮: drummoyneart@outlook.com

网址: drummoyneart.com

新州刺绣协会(Embroiderers Guild of NSW)

适合所有热爱刺绣或渴望学习刺绣技艺的人士，亦欢迎加入志愿服务。

地址: 76 Queen St, Concord West

电话: 9743 2501

网址: embroiderersguildnsw.org.au

加拿大湾市男士工坊 (The City of Canada Bay Men's Shed - Harry's Shed/The Shed)

男女居民均可参与的动手创作的空间，大家在此一起制作手工物件、学习新技能并进行社交。

地址: Concord Community Centre Lower ground floor, 1 Gipps St, Concord

电邮: secretary@canadabayshed.com Website: bit.ly/ccbmensshed

澳大利亚全国长者协会 (National Seniors Australia)

非营利组织，致力于在就业及退休领域为澳大利亚在职及退休长者发出有力倡导之声。

电话: 1300 76 50 50

网址: nationalseniors.com.au

新州木工协会 (NSW Woodworkers Association)

位于阿伯茨福德 (Abbotsford)、设备齐全的木工工作坊。

地址: 50A Spring Street, Abbotsford

电邮: membership.woodworkersnsw@gmail.com

woodworkersnsw@gmail.com

网址: woodworkersnsw.org.au

年长女性网络 (Older Women's Network)

通过对重要议题的倡导、服务支持、资源提供及健康中心，促进年长女性的法权益与整体福祉。

地址: 8-10 Victoria St, Newtown

电话: 9519 8044

网址: ownnsw.org.au

普罗伯斯俱乐部 (Probus Club Inc)

普罗伯斯俱乐部面向退休和半退休人士。参与活动须先成为会员。本地区及周边有多个分会，包括 Russell、Lea、Abbotsford、Concord、Concord West、Cabarita 与 Breakfast Point 以及 Drummoyne 等。

地址: Russell、Lea、Abbotsford、Concord、Concord West、Cabarita 与 Breakfast Point 以及 Drummoyne 等。

电话: 1300 630 488

网址: probussouthpacific.org/directories/lookup

org/directories/lookup

罗德斯多元文化社区协会 (Rhodes Multicultural Community Association)

为多元文化家庭及长者提供文化活动与支支持，如舞蹈、健身、资讯讲座及基础英语班，并提供志愿服务机会。

电邮: RMCA_Secretary@outlook.com

网址: rmca.org.au

扶轮社 (Rotary Clubs)

汇聚跨代群体，通过公益活动深化社区纽带。查询俱乐部时需在活动地点栏输入郊区名与国家。本地社包括: Five Dock、Concord 及 Drummoyne 扶轮社。

地址: Five Dock、Concord 及 Drummoyne 扶轮社。

电话: 9633 4888

网址: rotarydownunder.com.au/how-to-join-rotary

SHARE 健身协会

非营利组织，为50岁以上人士提供经济实惠且针对性强的健身与运动课程

电话: 8580 0628

电邮: info@share.org.au

悉尼全犬种训犬俱乐部 (Sydney All Breeds Dog Training Club)

内西区由志愿者运作的非营利性训犬俱乐部，提供科学训育课程，协助培养听话快乐的爱犬。

电邮: enquires@sabdtc.com

网址: sabdtc.com

VIEW 俱乐部 (VIEW Clubs)

为女性提供定期联谊聚会、交流互助的平台，并积极支持弱势儿童教育。

电邮: view@thesmithfamily.com.au

网址: thesmithfamily.com.au/view-clubs

圣安布罗斯志愿者协会 (Volunteers at St Ambrose - VASA)

通过每月组织早茶聚会、利用市政府社区巴士每两周协助购物一次，以及为本地就医问诊提供交通接送，与社区长者保持密切关怀联络。

电话: 9736 3686 / 8765 1295

网址: stambrose.org.au/social_justice

西区宝石加工俱乐部 (Western Suburbs Lapidary Club)

开设工作坊及专业课程，拥有完善设施供会员研习宝石打磨加工、纯银首饰制作、珐琅彩绘、串珠、链甲编织、失蜡铸银、蜡模制作及刻面宝石琢磨等技艺。

地址: Concord Community

Centre, 1a Gipps St, Concord

电话: 9744 9949

网址: gemlapidarycouncilnsw.org.au/clubs

近期社区活动

请访问以下网址，了解市政府主办及支持的本地最新文娱节庆与活动资讯。

电话: 9911 6555

网址: canadabay.nsw.gov.au/whats-on

电脑与数码协助

澳大利亚长者电脑俱乐部协会 (Australian Seniors Computer Clubs)

代表遍布澳大利亚各地的长者电脑与数码技术俱乐部。可访问官网查找离您最近的协会俱乐部。

网址: ascca.org.au/clubs/our-members

“紧密相联”数码培训计划 (Be Connected Program)

联邦政府推出的免费数码学习项目，涵盖从互联网入门、视频通话到智能设备设置的全方位课程。

电话: 1300 795 897

网址: beconnected.esafety.gov.au

加拿大湾市政府下属图书馆

各图书馆全年在不同时段举办针对长者的数码技术协助项目与培训。

网址: canadabay.nsw.gov.au/libraries 与 canadabay.nsw.gov.au/whats-on

长者数码达人课程 (Tech Savvy Seniors programs)

由新州政府与澳洲电信 (Telstra) 联合资助的免费长者培训课程，涵盖广泛的智能设备与网络实用技能。

网址: telstra.com.au/tech-savvy-seniors

卫斯理长者学院 (Wesley School for Seniors)

提供丰富多元的学习课程，其中包括电脑与数码技能培训。网址: bit.ly/wesleyschoolforseniors

部分社区中心、普罗伯斯俱乐部及长者公民活动中心亦不定期开办电脑学习课程，详情请参见本指南的“社区中心”和“社区团体与活动”章节。

祖父母与隔代照护

潮范祖父母 亲子玩乐组 (Groovy Grandparents Playgroup)

由志愿者主导的亲子活动小组，专供儿童与其祖父母在学期期间参与互动。

地址 Drummoyne Scout Hall, 11

Denning Street, Drummoyne

电邮: groovygrandparents@optusnet.com.au

电话: 0413 624 556

网址 playgroupnsw.org.au/playgroup/drummoyne-groovy-grandparents

新州家长咨询热线 (Parent Line NSW)

为承担隔代抚养育儿重任的祖父母提供专业建议、育儿指导与资源支持。

网址: parentline.org.au/

grandparents-raising-grandchildren

澳大利亚民政服务局祖父母照护者咨询专线 (Services Australia Grandparent Advisors Line)

设有专属顾问，为承担儿童照料职责的照护者

(如祖父母) 提供咨询。

电话: 1800 245 965

网址: servicesaustralia.gov.au/grandparent-foster-and-kinship-carer-advisers

认知障碍症支持

巧手慧心：艺术与认知障碍工具包 - 当代艺术博物馆 (Museum of Contemporary Art)

由当代艺术博物馆开发的在线互动资源，专为认知障碍症患者及其照护支持网络量身打造。

网址: mca.com.au/learn/art-dementia/artful-online-toolkit

全国认知障碍症援助热线 (National Dementia Helpline)

提供全天候24小时全年无休的免费电话热线服务，提供咨询、专业建议，并指引您获取进一步的援助与照料。

电话: 1800 100 500

认知障碍社交与互助小组

Uniting 认知障碍主题咖啡馆 (Uniting Dementia Café - Decafé)

专为认知障碍症患者及其照顾者设立的轻松非正式社交聚会，每月第四个星期二上午10:30 至中午 12:00 在咖啡馆举行。

电话: 1800 486 484 报名

电邮: ask@uniting.org

认知障碍安居生活计划 (The Living Well with Dementia program)

由内西区邻里互助会 (Inner West Neighbour Aid) 主办，于每月第一和第三个周四在康科德的五感花园 (5 Senses Garden) 举行，联络汇聚认知障碍患者与家庭照护者。

电话: 9799 5099 to register

电邮: emel@iwna.com.au

悉尼地方卫生区 (Sydney Local Health District)

若您对自己或家人的记忆力衰退感到担忧，请第一时间联系家庭全科医生 (GP)。GP 可为您转诊至老年医学专家门诊及/或其他各项支持服务。

服务热线每天上午8点至晚上8点开放。

电话: 1300 722 276

认知障碍照料者互助组 (Dementia Support Carers Group)

每月最后一个星期三上午举行交流支持活动。

电话: 9562 5495 报名

电邮 [SLHD-DementiaSupport@](mailto:SLHD-DementiaSupport@health.nsw.gov.au)

health.nsw.gov.au

网址: slhd.health.nsw.gov.au/aged-health

男性认知障碍照料者小组 (Male dementia carers group - Mens Group)

每月第一个星期五在康科德 (Concord) 举行。

电话: 9767 5953 to register

电邮: anne.tunks@health.nsw.gov.au

家庭暴力援助 (包括虐待长者)

1800 Respect-全国反家庭暴力 专线

为遭受或面临性侵犯、家庭暴力风险的当事人及其非施暴支持亲友，提供24小时全天候电话及在线危机心理干预支持。

电话: 1800 737 732

网址: 1800respect.org.au

老龄与残障虐待求助热线 (Ageing and Disability Abuse Helpline)

隶属于新州老龄与残疾委员会 (ADC)。该委员会旨在预防并更好地保护年长者及成年残障人士免受身体虐待、心理虐待、忽视及经济剥削。电话: 1800 628 221

网址: ageingdisabilitycommission.nsw.gov.au

美好生活社区行动协会 (Community Action for Better Living Inc. , CABL)

为社区提供实用与情感心理援助，包括悉尼内西区的健康与关怀中心，下辖Burwood妇女家暴法庭辩护援助处、内西区送餐上门服务以及家庭支持服务。

电话: 9739 6243 或 1800 938 227

电邮: dvburwood@cabl.org.au

网址: cabl.org.au/wdvcas-2

新州家庭暴力危机热线 (NSW Domestic Violence Line)

为遭受家庭暴力的女性提供电话心理辅导、信息咨询和安全庇护转介。

电话: 1800 656 463

网址: facs.nsw.gov.au/

domestic-violence/helpline

亦可查阅本指南中的“法律”部分。

紧急情况与求助电话

紧急求助专线

遇紧急危险请立即拨打: 000 (24小时全天候服务)。

接线员会询问您需要的紧急服务类型 (火警、警察、救护车)，随后询问事故发生地点及最近的交叉路口。

非紧急求助热线

拨打非紧急警务求助热线

电话: 131 444

长者 COVID-19新冠病毒健康指引

网址: nsw.gov.au/covid-19/protecting-yourself/higher-risk-groups/seniors

澳洲能源公司 (Energy Australia)

电话: 13 34 66

新州政府综合应急安全服务

如需获取更多关于新州警察局、新州救护车服务中心、新州消防与救援局、新州海事局、新州州紧急情况服务局 (SES)、国家安全热线及新州乡村消防局的资讯，请访问政府应急门户网站。

网址: emergency.nsw.gov.au

新州公共牙科服务 (NSW Public Dental Service)

电话: 1800 679 336

毒物中毒信息中心 (Poisons Information Centre)

电话: 131 11 26

警察分区指挥部

Ashfield警察局

电话: 9797 4099 (24 hours)

Burwood 警察局

电话: 9745 8499 (24 hours)

Five Dock 警察局

电话: 8753 3599 (7am–5pm)

皇家防止虐待动物协会 (RSPCA)

电话: 9770 7555 或 1300 094 737 (包括野生动物救助专线，以及 RSPCA 社区老年人看护项目热线 (含危急情况下的宠物紧急寄养服务) 网址: rspcansw.org.au/contact-us

新州州紧急情况服务局 (SES - State Emergency Service)

提供洪涝和强风暴灾害紧急救援。电话: 132 500 or 9763 2144 (Strathfield 分部) 网址: ses.nsw.gov.au

悉尼水务紧急抢修热线 (Sydney Water Emergencies)

电话: 13 20 90

网址: sydneywater.com.au



防跌倒指导

新州卫生局 (NSW Health)

提供公共卫生医疗服务资讯及链接，提供社区护士、牙医、营养师、医生、职业治疗师、验光师、药剂师、物理治疗师、足病专科医师及心理医生等医疗专家的服务。

电话: 9391 9000

网址: health.nsw.gov.au

“保持活力与站稳脚跟”指南 (Staying active and on your feet)

帮助您保持活力、守护健康与防止跌倒的专业资讯，涵盖如何改善居家环境安全、发生跌倒后的应对步骤，以及用于降低跌倒风险的日常生活自查清单。

网址: activeandhealthy.nsw.gov.au/assets/pdf/stayactive_Website_final.pdf

“步步稳健” 防跌倒课程 (Stepping On program)

一项经循证医学验证的为期7周的防跌倒训练项目，面向65岁及以上普通成年长者以及45岁及以上原住民成年长者。

电话: 9515 9055

电邮: SLHD-Heal@health.nsw.gov.au

报名: bit.ly/steppingonregistration

网址: activeandhealthy.nsw.gov.au/home/stepping-on

餐饮与食物援助服务

Addi Road 食品便民储藏室 (Addi Road Food Pantry)

在 Marrickville 和 Camperdown 设有网点，在此采购食品杂货可帮助低收入人群

减轻家庭预算负担

网址: addiroad.org.au/food-pantry

彼得舍姆诸圣圣公会教堂 (All Saints Anglican Church Petersham)

举办社区免费烧烤餐并提供爱心餐饮，包括可带回家的冷冻便餐。

地址: 325 Stanmore Road, Petersham

网址: allsaintspetersham.org.au/hub-of-hope

安格利福利会流动食品杂货车 (Anglicare Mobile Community Pantry)

以超低成本提供基础耐储存食品杂货，帮助长者节省生活开销。任何人均可支付极低象征性费用装满一整袋生活主副食。每月第二个周三上午

10:30-11:30 停靠五码头圣阿尔班堂 (St Alban's in Five Dock)；每隔两周停靠德拉莫因圣比德堂 (St Bede's in Drummoyne)。详情请访问网站。网站: cciw.church/events/mobile-community-pantry

圣阿尔班堂 (St Alban's)

地址: 171 Great North Road, Five Dock

圣比德堂 (St Bede's)

地址: 14 College Street, Drummoyne

Ask Izzy 求助搜索引擎

免费且匿名的综合便民服务检索平台，可轻松查找全国与本地的住房、餐食、医疗保健、心理咨询及法律援助等资源。

网址: askizzy.org.au

坎珀当食物便民室 (Camperdown Food Pantry)

开放时间: 周一至周五，中午 12:00 - 下午 4:00.

地址: 31 Pyrmont Bridge

Road, Camperdown

电话: 9569 7633

新州及首都领地食物银行 (Foodbank NSW and ACT)

慈善救济食品分发机构

电话: 9756 3099

网址: foodbank.org.au

纽敦宣道会约旦咖啡馆 (Newtown Mission Jordan Café)

地址: 280A King Street, Newtown

网址: newtownmission.org.au

Oz Harvest 食物救援组织

澳大利亚领先的食物救援组织。如果您需要食物援助，请访问其网站了解更多信息。

电话: 9516 3877

网址: ozharvest.org

Second Bite 慈善救济餐平台

可通过其官网的食物搜索器 (Food Finder) 查找您附近的食物救援服务点。

电话: 1800 263 283

网址: secondbite.org/food-finder

比尔 克鲁斯牧师基金会 - 五饼二鱼餐厅 (The Rev Bill Crews Foundation - Loaves and Fishes restaurant)

在 Ashfield 等多个地点为无家可归及困难人士提供包括免费热餐在内的综合援助服务。

地址: 180 Liverpool Road, Ashfield Phone: 8752 4600

网址: billcrews.org/free-meals-sydney

Together 2 社区邻里互助社

依托罗泽尔邻里中心运作，由本地志愿者为有需要的困难居民提供零工修缮、日杂代购及拨打电话等贴心服务。

地址: 754 Darling Street, Rozelle

电话: 9556 9550

网址: together2.org.au

财务支持与理财素养 (Financial Support and Literacy)

澳大利亚能源监管局 (Australian Energy Regulator)

为在支付电费、燃气费账单方面遇到经济困难的弱势客户提供协调与纾困援助。

电话: 1300 585 165 (可能有电话费, 周一至周五, 上午 10:00 - 下午 4:00)

网址: aer.gov.au

澳大利亚税务局 (Australian Taxation Office - ATO)

联邦政府主要税收机构, 负责管理税收、消费税及退休金体系, 为澳洲人的服务提供资金。

电话: 13 28 65

网址: ato.gov.au

气候变化、能源、环境与水资源部 (Dept of Climate Change, Energy, the Environment and Water)

为长者提供面向长者的省钱信息、政府补贴返还及实用生活资源的指引。

网址: bit.ly/energyadviceforseniors

新州能源与水务申诉专员公署 (Energy and Water Ombudsman NSW)

受理水电燃气账单的投诉, 并对您的水电气账单支付提供协助。

电话: 1800 246 545

网址: ewon.com.au

全国债务求助热线 (National Debt Helpline)

由专业财务顾问提供完全免费且严格保密的债务咨询支持。

电话: 1800 007 007

网址和在线即时咨询: ndh.org.au

无息贷款计划 (No Interest Loans Scheme)

为低收入群体提供小额低/免息无手续费贷款, 用于购买冰箱、洗衣机等必需家电或支付车辆维修费等紧迫生活开支。

电话: 13 64 57

网址: goodshep.org.au/nils-provider-finder

新州长者卡 (Seniors Card)

新州政府推出的年度惠民计划, 为长者发放优惠折扣卡并出版长者年度折扣指南。

电话: 13 77 88

网址: seniorscard.nsw.gov.au

澳大利亚民政服务局 (Services Australia)

为澳洲长者提供支持。您可预约财务信息服务顾问或老年照护专员进行一对一咨询; 官网还提供关于退休规划与老龄护理等免费线上讲座。

电话: 1800 227 475 (Aged Care Line)

网址: servicesaustralia.gov.au/ageing

新州民政服务局 (Services NSW)

提供一系列新南威尔士州政府的补贴和优惠。k 可以预约与“省钱顾问”专家进行咨询。

电话: 13 77 88

网址: service.nsw.gov.au/services/concessions-rebates-and-assistance 或
service.nsw.gov.au/campaign/savings-finder

健康与福祉 (含心理健康)

老年照护与残障国家准入门户 ——居家与社区援助

“我的老龄照护”国家门户 (My Aged Care)

65岁以上长者 (或50岁以上澳洲原住民) 申请联邦政府 居家养老支持计划(Support at Home) 的官方入口。无论需要家务打理、社区

出行支持, 还是考虑入住养老院, 均由该门户受理。如需此类服务, 需要安排评估。

电话 1800 200 422

网址: myagedcare.gov.au

国家残疾保险计划 (NDIS)

国家残疾保险计划 (NDIS) 为65岁以下的符合条件的残疾人提供资金支持, 帮助他们获得更多与家人和朋友相处的时间、更大的独立性、掌握新技能、获得工作机会或在社区中参与志愿服务, 并通过将其转介到各类服务、团体、俱乐部、辅助医疗服务以及提供信息资源, 从而提升其生活质量。

电话: 1800 800 110

网址: ndis.gov.au



悉尼地方卫生区老年健康与康复服务 (SLHD Aged Health and Rehabilitation Services)

可咨询老年健康服务，如急性照护、院外居家医疗 (Hospital in the Home)、社区护理服务、医疗诊所及门诊治疗等服务。

电话: 1300 722 276 (8am–8pm)

电邮: SLHD-ACTCallCentre@

health.nsw.gov.au

网址: slhd.health.nsw.gov.au/aged-health

养老体系导航寻访服务 (Care Finder Services)

为无人帮助、无法自行了解澳大利亚老年护理体系的弱势长者提供支持，帮助他们接入该体系。部分 Care Finder 服务提供商专门为无家可归者、面临无家可归风险者、来自文化和语言背景多样化社区的人群以及曾接受过照护但现已脱离照护体系的人群提供服务。

电话: 1800 346 337

网址: bit.ly/carefinderinfo

照护者门户热线 (Carer Gateway)

澳大利亚联邦政府设立的项目，为照护亲人的照护者提供免费服务和支持。

电话 1800 422 737

退伍军人居家照料服务 (Veterans Home Care)

为符合资格的退伍军人、战争遗孀及鳏夫提供基础居家生活照料服务。

电话: 1300 550 450

网址: dva.gov.au

13SICK 居家医生上门看诊

提供工作日晚间、周末及节假日全科医生上门出诊看诊服务（全额公费报销），适合GP诊所下班后的非急诊就医需求。

电话: 13 74 25

ACON 性少数群体健康组织

致力于支持年长 LGBTQ 群体及 HIV 感染者拥有健康、积极且充满社交活力的生活。

电邮: loveproject@acon.org.au

电话: 9206 2017

Beyondblue 心理健康倡导机构

致力于解决与抑郁和焦虑相关问题的非营利组织。

网址: beyondblue.org.au

电话: 1300 224 636

天主教医疗保健会 (Catholic Health Care)

提供全方位居家支持服务，特别擅长提供杂物清理指导与囤积症问题专业干预清理。

电话: 1300 931 638

网址: catholichealthcare.com.au

康科德复员军人总医院 (Concord Repatriation Hospital)

隶属于悉尼地方卫生区。许多服务可能需要全科医生的转诊。

地址: Hospital Road, Concord

电话: 9767 5000

网址: slhd.health.nsw.gov.au/concord

康科德社区护理服务处 (Concord Community Nursing)

设立于康科德医院附近区域内的社区驻点护士护理服务。

“暖心友伴” - 长者倾听热线 (Friend Line Telephone)

由志愿者为全澳年长居民提供的免费且匿名的友好交谈与倾听热线。

电话: 1800 424 287 / 7226 1708

赌博问题关怀援助 (Gambling Aware)

有关赌博危害以及如何寻求帮助的支持、工具、信息和资源。

电话: 1800 858 858

网址: gambleaware.nsw.gov.au

“走向健康” - 健康辅导服务 (Get Healthy Service)

由新州卫生局提供的免费电话与线上健康辅导服务。

电话: 1800 806 258

网址: gethealthynsw.com.au

“心怀感恩 豁达老去” 线上交流组 (Growing Older with Attitude and Gratitude)

面向55岁以上长者开放，每周一上午

10:00-12:00 通过 Zoom 线上相聚，探讨老龄化相关议题、分享精彩晚年之道并在温馨融洽的氛围中结交新朋友。由志愿者 Marie-Christine 主持。

电邮: growingolderattitudegratitude@gmail.com

全澳健康咨询热线 (Health Direct)

与注册护士直接通话，获取专业初步分诊与症状评估建议。

电话: 1800 022 222

健康老龄化中心 (Healthy Ageing Hub)

可以咨询并获取实用建议，内容涉及健康老龄化以及相关服务和项目的对接。

地址: 320 Liverpool Rd, Ashfield

电话: 1300 327 434

电邮: healthy.ageing@3bridges.org.au

网址: 3bridges.org.au/healthy-ageing-hub

澳大利亚听力中心 (Hearing Australia)

在Burwood 设立的专科中心。

Phone: 9269 3500

Website: hearing.com.au

听力服务计划 (Hearing Services Program)

提供政府补贴的助听器验配服务。

Phone: 1800 500 726

Web: hearingservices.gov.au

生命热线 (Lifeline)

全天候24小时危机支持服务。

电话: 13 11 14

“精彩晚年” 健康生活指引平台 (Live Up)

由联邦卫生与老龄照料部出资设立的免费线上健康老龄化指导平台，旨在助力长者随年龄增长仍能保持独立自主与社交。

电话: 1800 951 971 可致电与规划顾问通话获取专属健康老龄化路线图及 LifeCurve 生活能力评估报告。

电邮: emailsupport@liveup.org.au

网址: liveup.org.au

心理健康专线 (Mental Health Line)

全天候免费专线，直接将居民对接至新州公立精神卫生专业服务系统。
电话: 1800 011 511

新州死亡和丧亲关怀服务 (NSW Death and Bereavement Service)

提供亲友离世后所需办理事务的资讯。
电话: 13 77 88
网址: service.nsw.gov.au/guide/death-and-bereavement

澳大利亚亲睦关系协会 (Relationships Australia)

提供专业心理咨询师与调解员，协助老年人及家庭协商解决老龄化相关分歧与家庭矛盾，并在保障当事人合法权益与人身安全的前提下做出理性决策。涵盖“用心倾听：长者支持与调解”专项服务 (Lets Talk: Elder Support and Mediation)。
电话: 1300 364 277
网址: relationshipsnsw.org.au/support/services/lets-talk-elder-mediation

自杀回访援助专线 (Suicide Call Back Service)

为有自杀意念的人士提供全天候专业心理辅导。
电话: 1300 659 467

澳大利亚民政服务局社工服务 (Social Workers - Services Australia)

电话: 132 850
网址: servicesaustralia.gov.au/social-work-services

中风康复互助俱乐部 - 五码头分部 (Stroke Recovery Club - Five Dock)

为中风康复者及其亲友家属提供沟通联络、社交互动及获取康复讯息的温馨港湾。详情请咨询新州中风康复协会 (Stroke Recovery Association NSW)。
电话: 1300 650 594

悉尼卫生医疗系统传译服务处 (Sydney Health Care Interpreter Service)

面向需要医疗传译的患者、家属或照顾着。请让您的主治医生或医疗机构提前拨打预约（需提前7天预约）。 Phone: 1800 477 233

Telecross 独居晨安问候服务 (澳大利亚红十字会)

由志愿者每天清晨致电独自居家生活的独居长者，确认安好。
电话: 1800 733 276
网址: redcross.org.au/services/telecross

奥利维亚关爱基金会社区朋友圈 (Touched by Olivia)

协助人们建立专属社区支持圈 (Community Circle)，过上更有归属感的生活。可协助照护补助额度无法覆盖全部现实需求的长者。
电话: 0414 207 495
网址: touchedbyolivia.com.au/community-circles

Uniting 长者健身房 (Uniting Seniors Gym)

Uniting 在 Leichhardt 和 Lilyfield 设有专门针对老年人的健身房，帮助长者预防、治疗或管理慢性疾病，或在安全受控的环境中强身健体（可能需列入等候名单）。
电话: 1800 864 846
网址: <https://www.uniting.org/services/aged-care-services/seniors-gym>

Vinnies 救助专线 (Vinnies Assist)

中心救助热线，面向面临生活困境而需要紧急援助食品、衣物及紧急救济代金券的人。
电话: 13 18 12 (拨通后按 3)

澳大利亚视障协会 (Vision Australia)

“新州眼镜补助计划”为符合资格者提供政府资助的配镜及助视辅助器具。
电话: 1300 847 466
网址: visionaustralia.org/services/funding/other-funding/nsw-spectacles

卫斯理慈善使命团综合服务 (Wesley Services)

为弱势群体提供涵盖卫斯理长者学院、住房救助及心理健康在内的一系列扶持方案。
电话: 1300 259 789
网址: wesleymission.org.au/find-a-service

住房服务 (Housing)

原住民无家可归与康复社区服务协会 (Aboriginal Corporation for Homeless & Rehabilitation Community Services)

为无家可归或面临此风险的原住民提供电话专线求助、心理疏导与住房安居转介。
电话: 9799 8446
网址: achrccs.org.au

养老体系导航寻访服务 (Care Finder Services)

为无法独立应对复杂体系的困难长者提供免费协助，帮助对接国家养老体系。部分服务网点专精于无家可归或濒临无家可归长者的救助，可致电总线或访问网站查询此类服务名录。
电话: 1800 346 337
网址: cesphn.org.au/general-practice/help-my-patients-with/aged-care/care-finder

新州住房署服务联络中心 (Homes NSW - Housing Contact Centre)

住房与无家可归者服务，提供一系列社会住房解决方案，以满足社区的需求。
电话: 1800 422 322
网址: nsw.gov.au/departments-and-agencies/homes-nsw 与 facs.nsw.gov.au/housing/help/applying-assistance

Link2Home新州流离失所应急安置专线

有关当地服务的信息、需求评估、转介至专门针对无家可归者的支持服务、临时住宿及其他服务。

电话: 1800 152 152 (Homelessness)

或 退伍军人 1800 326 989

网址: [nsw.gov.au/departments-](http://nsw.gov.au/departments-and-agencies/homes-nsw)

[and-agencies/homes-nsw](http://nsw.gov.au/departments-and-agencies/homes-nsw)

“我的老龄照护” 养老院与居住支持 (My Aged Care)

通过该门户网站，您可以查询到一系列面向老年人的养老院（有时也被称为护理院或居住式护理机构），这些机构专为那些已无法继续居家生活、且在日常起居或健康护理方面需要持续帮助的老年人而设。此外，该门户网站还可用于为无家可归者寻找援助，或获取针对居住环境恶劣及囤积症问题的相关服务。

电话: 1800 200 422

网址: myagedcare.gov.au/aged-care-homes

[myagedcare.gov.au/support-](http://myagedcare.gov.au/support-people-facing-homelessness)

[people-facing-homelessness](http://myagedcare.gov.au/support-people-facing-homelessness)

myagedcare.gov.au/find-a-provider

DPS 养老护理指南 (The DPS Aged Care Guide)

提供居家护理、退休村以及居住式护理机构的资讯。

网址: agedcareguide.com.au/

纽敦邻里中心 (Newtown Neighbourhood Centre)

寄宿服务及面向无家可归者的援助。

电话: 9509 1800（寄宿外展服务）

网址: [newtowncentre.org/outreach-](http://newtowncentre.org/outreach-service.html)
[service.html](http://newtowncentre.org/outreach-service.html)

比尔 克鲁斯牧师基金会 (The Rev. Bill Crews Foundation, 原Exodus Foundation)

设有专业社工、心理疏导、牧灵抚慰、紧急食品应急包配发及全方位生活救济援助。

地址: 180 Liverpool Road, Ashfield.

Phone: 8752 4600

网址: billcrews.org

卫斯理慈善使命团流离失所援助服务(Wesley Mission Homeless Services)

电话: 1300 259 789

电邮 [homelesservices@](mailto:homelesservices@wesleymission.org.au)

[wesleymission.org.au](mailto:homelesservices@wesleymission.org.au)

网址 [wesleymission.org.au/find-a-](http://wesleymission.org.au/find-a-service/housing-and-accommodation/)
[service/housing-and-accommodation/](http://wesleymission.org.au/find-a-service/housing-and-accommodation/)

法定权益、倡导维权与法律信息 (Legal Rights, Advocacy and Information)

新州/首都领地原住民法律服务社 (Aboriginal Legal Service - ALS NSW/ACT)

由原住民社区主导的公益法律组织，在刑事诉讼、家庭法、儿童关怀与保护等案件中为原住民和托雷斯海峡岛民提供法律咨询、转介与法庭辩护代理。

刑事法:电话: 1800 765 767

家事法与儿童关怀保护: 电话:1800 733 233网
址: alsnswact.org.au

新州反歧视委员会 (Anti-Discrimination Board of NSW)

受理与调解因性别、怀孕、种族、年龄、性取向、婚姻/家庭状况、残障或人际关联而遭受歧视的不公正待遇的投诉。

电话: 1800 670 812

网址: antidiscrimination.nsw.gov.au

澳大利亚人权委员会 (Australian Human Rights Commission)

联邦独立法定机构，负责调查并调解关于性别、种族、残障和年龄歧视等违法行为的申诉控告。

电话: 1300 656 419 or 9284 9888

网址: humanrights.gov.au/complaints

行为能力评估咨询机构 (Capacity Australia)

专为认知决策能力障碍患者及相关行业服务机构提供专业行为能力判定指南与教育资源的门户平台。

网址: capacityaustralia.org.

[au/about-capacity-australia](http://capacityaustralia.org)

联邦监察专员公署 (Commonwealth Ombudsman)

受理公众针对澳大利亚联邦各政府行政部门及办事机构的投诉。

电话: 1300 362 072

网址: ombudsman.gov.au/

新州社区司法中心 (Community Justice Centres)

政府设立的免费调解机构，通过调解协助人们友好化解纠纷。

电话: 1800 990 777

网址: cjc.justice.nsw.gov.au/

社区法律中心 (Community Legal Centres)

独立、非营利的基层法律援助机构，专门维护公共利益并针对社会弱势群体提供免费法律信息、法律咨询、转介和案件代理。查找您附近的法律中心可致电 Law Access NSW。

电话: 1300 888 529

网址: clcnsw.org.au

My Aged Care 养老投诉渠道

如果您对老年护理服务的任何方面存在疑虑，该网站会根据具体情况提供相应的投诉渠道。
电话: 1800 200 422
网址: myagedcare.gov.au/contact-us/complaints

新州老龄化理事会 (Council on the Ageing)

代表50岁以上长者权益的最高倡导机构，纯民间非政府机构，致力于积极反映年长群体的呼声与诉求。
电话: 9286 3860 / 1800 449 102
网址: cotansw.com.au

领取养老金与退休金者权益联合会 (Combined Pensioners and Superannuants)

代表广大低收入退休长者在消费者权益、公房与租房、老龄照护、生活成本与收入等方面进行积极倡导维权。
电话: 1800 451 488 or 8836 2100
网址: cpsa.org.au

“请勿来电” 防骚扰登记处 (Do Not Call Register)

免费服务，消费者可在此安全注册个人座机及手机号码，阻断未经同意的推销骚扰电话。
电话: 1300 792 958

新州能源与水务申诉专员公署 (Energy and Water Ombudsman NSW)

受理电力、燃气或自来水供应引起的问题。
电话: 1800 246 545
网址: ewon.com.au

金融权益法律服务中心 (Financial Rights Legal Centre)

服务内容包括消费信贷、银行业务、债务追讨和保险。电话咨询及财务辅导，并提供法律建议和代理服务。
电话: 1800 007 007 (全国债务援助热线)
电话: 1800 844 949 (法律咨询专线)
网址: inancialrights.org.au/about-us

新州医疗投诉委员会 (Health Care Complaints Commission)

受理针对新州境内任何医疗服务提供者（包括医生、护士、牙医、药剂师、心理医生、脊椎按摩师、足科医师等）的投诉。
电话: 1800 043 159 / 9219 7444
电话: 9219 7555 (听障可通过NRS 拨133 677)
网址: hccc.nsw.gov.au

司法联通公益法援 (Justice Connect)

大型法律公益慈善实体，在多领域（包括虐待长者问题）提供帮助。
电话: 8599 2100
网址: justiceconnect.org.au

新州法律通 (LawAccess NSW)

免费法律资讯与转介服务
电话: 1300 888 529
网址: lawaccess.nsw.gov.au

法律援助处 (Legal Aid)

为弱势群体提供免费法律咨询，某些个案可获得法庭代理辩护；备有多种语言的资讯单和各

种资源，以帮助解决法律问题。包括获得妇女法庭支持服务。
电话: 1300 888 529
网址: legaid.nsw.gov.au
Burwood 法律援助: 9747 6155

全国长者协会 (National Seniors Australia)

致力于为广大长者争取更高利益。
电话: 1300 76 50 50
网址: nationalseniors.com.au

新州民事与行政仲裁庭 (NSW Civil and Administrative Tribunal, NCAT)

依法复核社区服务领域州政府各行政部门作出的决定，审理包括租赁纠纷、建筑工程、监护权等裁定。
电话: 1300 006 228
网址: ncat.nsw.gov.au

新州公平贸易局 (NSW Fair Trading)

通过确保合规和保障社区权益，为消费者和商户营造一个公平的市场环境。
电话: 13 32 20
网址: fairtrading.nsw.gov.au

NCAT 成年监护部 (NCAT Guardianship Division)

为有决策能力障碍的人士作出决定。保护残疾和/或患慢性病长者的权益与独立性。
电话: 1300 006 228 (按 2 转成年监护事务)
网址: ncat.nsw.gov.au

新州监察专员公署 (NSW Ombudsman)

新南威尔士州 (NSW) 负责监督社区服务和政府机构工作的独立且公正的政府机构和监督机构。
电话: 1800 451 524
网址: ombo.nsw.gov.au

新州公共信托与监护人公署 (NSW Trustee and Guardian)

新州官方中立受托机构，接受指定担任遗产执行人、遗产管理人、财产代理律师或信托人；提供官方财产全权托管理财服务并依法规制私立财产管理人。
电话: 1300 109 290
网址: tag.nsw.gov.au

新州法律服务专员公署 (Office of NSW Legal Services Commissioner)

受理对所有新州事务律师及出庭大律师的投诉。
电话: 1800 242 958
网址: olsc.nsw.gov.au

老年人权益倡导联盟 (The Older Persons Advocacy Network)

为长者及其代表提供免费支持服务，协助解决与联邦出资的养老服务相关的问题。
电话: 1800 700 600
网址: opan.com.au

澳大利亚残障人协会 (People with Disability Australia)

为残障人士及其关联陪护者提供权益方面的资讯、建议和转介服务。也提供个案/群体权益倡导。
电话: 9370 3100
网址: pwd.org.au

雷德芬社区法律中心 (Redfern Legal Centre)

提供免费法律咨询及个案援助, 开展社区普法教育并推进法律改革。
电话: 9698 7277
网址: rlc.org.au

长者权益服务处 (Seniors Rights Service)

社区法律中心, 为新州长者在防范虐待长者、养老院/旅所/退休村居住权益、分契物业法规等一系列议题及其他涉老法律问题方面提供电话建议、维权、法律咨询和普法教育。
电话: 1800 424 079 / 9281 3600
网址: seniorsrightsservice.org.au

“银色彩虹” 多元性别长者计划 (Silver Rainbow)

旨在改善 LGBTIQ+ 群体在迈入老龄化以及进入养老护理系统过程中的服务体验。
电话: 7209 6301
网址: lgbtiqhealth.org.au/silver_rainbow

租客权益咨询 (Tenancy information, advice and resources)

咨询热线服务时间: 周一上午 10:00-下午 1:00, 周四下午 2:00-5:00; 亦可

致电 8117 3700 转介本地租客维权服务。
电话: 1800 251 101
网址: tenants.org.au

澳大利亚金融申诉局 (The Australian Financial Complaints Authority)

受理银行业务、退休基金和理财服务方面的投诉。
电话: 1800 931 678
网址: afca.org.au/make-a-complaint

新州维林加 拜亚原住民妇女法律中心 (Wirringa Baiya Aboriginal Women's Legal Centre NSW)

专为原住民女性提供的免费法律援助, 涵盖儿童保护、家暴防范及家事法律案件。
网址: wirringabaiya.org.au
电话: 9569 3847 / 1800 686 587

新州妇女法律服务中心 (Women's Legal Services NSW)

为妇女提供法律资讯、意见和转介。
电话: 1800 801 501

家庭暴力法律咨询 (Domestic Violence Legal Advice)

电话: 1800 810 784

妇女法律咨询 (Women's Legal Advice)

电话: 1800 801 501

原住民妇女法律计划 (First Nations Women's Legal Program)

电话: 1800 639 784
网址: wlsnsw.org.au

防诈骗与网络安全 (Scams and Cyber Safety)

澳大利亚竞争与消费者委员会 (Australian Competition and Consumer Commission)

反诈骗观察台 (Scam watch) 系委员会设立运行, 指导公众如何辨识、规避和举报新型电信网络欺诈。编印发布《防诈骗小黑书》(The Little Black Book of Scams) 电子与纸质手册以帮助人们保护自己防止被骗。小黑书下载: accc.gov.au/about-us/publications/the-little-book-of-scams
网址: scamwatch.gov.au

澳大利亚金融申诉局 (Australian Financial Complaints Authority)

面向消费者和金融服务提供商的争议解决服务。
电话: 1800 931 678
网址: afca.org.au

澳大利亚税务局诈骗警报 (Australian Tax Office – Scam Alerts)

电话: 1800 008 540
网址: bit.ly/atoscamalerts

公平贸易局 (Fair Trading)

电话: 13 32 20
网址: fairtrading.nsw.gov.au/buying-products-and-services/scams

网络安全办公室 (Online Safety)

为长者提供网络安全资讯。 网址: esafety.gov.au/seniors

非紧急警务协助报案专线 (Police Assistance Line – non emergency)

用于非紧急警务求助、举报轻微犯罪及所有一般问询。
电话: 131 444

澳大利亚民政服务局 - 诈骗与身份盗窃防护专线 (Services Australia – Scams and Identity Theft)

电话: 1800 941 126
网址: servicesaustralia.gov.au/scams-and-identity-theft

交通与出行 (Transport)

悉尼无障碍社区交通社 (Access Sydney Community Transport)

非营利社区组织，专为年迈、体弱、患病或残疾导致无法搭乘普通公共交通的加拿大湾辖区居民提供贴心接送，并定期安排长者集体郊游活动。

电话: 8241 8000

网址: accesssydney.org.au

宾士镇及坎特伯雷社区交通组织 (Bankstown and Canterbury Community Transport Group)

非营利机构，为因年迈体弱、永久残疾或短期身体损伤而具有特殊出行需求的本地居民（仅限 Concord/Concord West 区域）提供经济实惠的无障碍接送出行支持。

电话: 9772 4928

电邮: info@bcct.org.au

网址: bcct.org.au

Bridj 随选公交响应服务 (Bridj Bus)

通过免费移动应用程序预约的随选动态公共交通系统。居民可在苹果或安卓应用商店下载 App，依照提示流程预约接送。

电话: 8118 7261

网址: ondemand.transitsystems.com.au

德拉莫因社区中心 湾区出行计划 (Drummoyne Community Centre – Bay Rider program)

专为行动困难的本区居民提供个性化交通接

送。协助其参与各类社区文娱活动及社交聚会，同时向社区团体提供小型巴士租借服务。

电话: 9719 8102

网址: dcc.org.au

罗登与卡特勒爵士夫人基金会 “随叫随到 爱心接送” (Pick Me Up Service– Sir Roden and Lady Cutler Foundation)

免费服务，接送身患重病、高龄孱弱、经济拮据及残障居民就医问诊。

电话: 1300 747 763

网址: sirroden.org.au

新州公共交通出行总汇 (Public Transport)

全州火车、轻轨、公共汽车、渡轮等班次路线与票务一站式查询服务。

电话: 131 500

网址: transportnsw.info

出租车交通补贴计划 (Taxi Transport Subsidy Scheme)

电话: 1800 623 724

(Services NSW) or 131 500

网址: transport.nsw.gov.au/projects/programs/point-to-point-transport/transport-disability-incentives-and-subsidies

圣安布罗斯志愿者接送服务 (Volunteers at St Ambrose - VASA)

在需要时为长者前往本地诊所就医提供爱心车辆接送。

电话: 9736 3686 or 8765 1295

网址: stambrose.org.au/social-justice



志愿服务 (Volunteering)

澳大利亚红十字会 (Australian Red Cross)

提供老龄照护志愿探访关怀计划资讯。

电话: 1300 440 813

网址: redcross.org.au/services/companionship-and-social-support/

加拿大湾市政府志愿服务机会 (City of Canada Bay opportunities)

市政府常年提供包括社区出游巴士随车助理、绿化丛林养护及可持续环保项目等多岗位志愿者招募。参与志愿服务是融入本地社区、掌握新技能和结识良友的绝佳途径。

网址: canadabay.nsw.gov.au/community/get-involved/volunteering

澳洲志愿先锋网 (Go Volunteer)

全国性非营利联合门户平台，让查找与参与适合自己的志愿服务工作变得更加简单高效。

Website: govolunteer.com.au

新州志愿服务网 (NSW Volunteering)

提供有关志愿服务的资源和建议。了解如何寻找志愿服务岗位，以及如何招募和管理志愿者。

网址: nsw.gov.au/community-services/volunteering

志愿服务中心 (The Centre for Volunteering)

面向有意从事志愿服务人士的资源与转介中心。

电话: 9261 3600

网址: volunteering.com.au



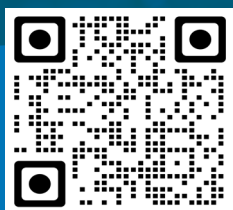
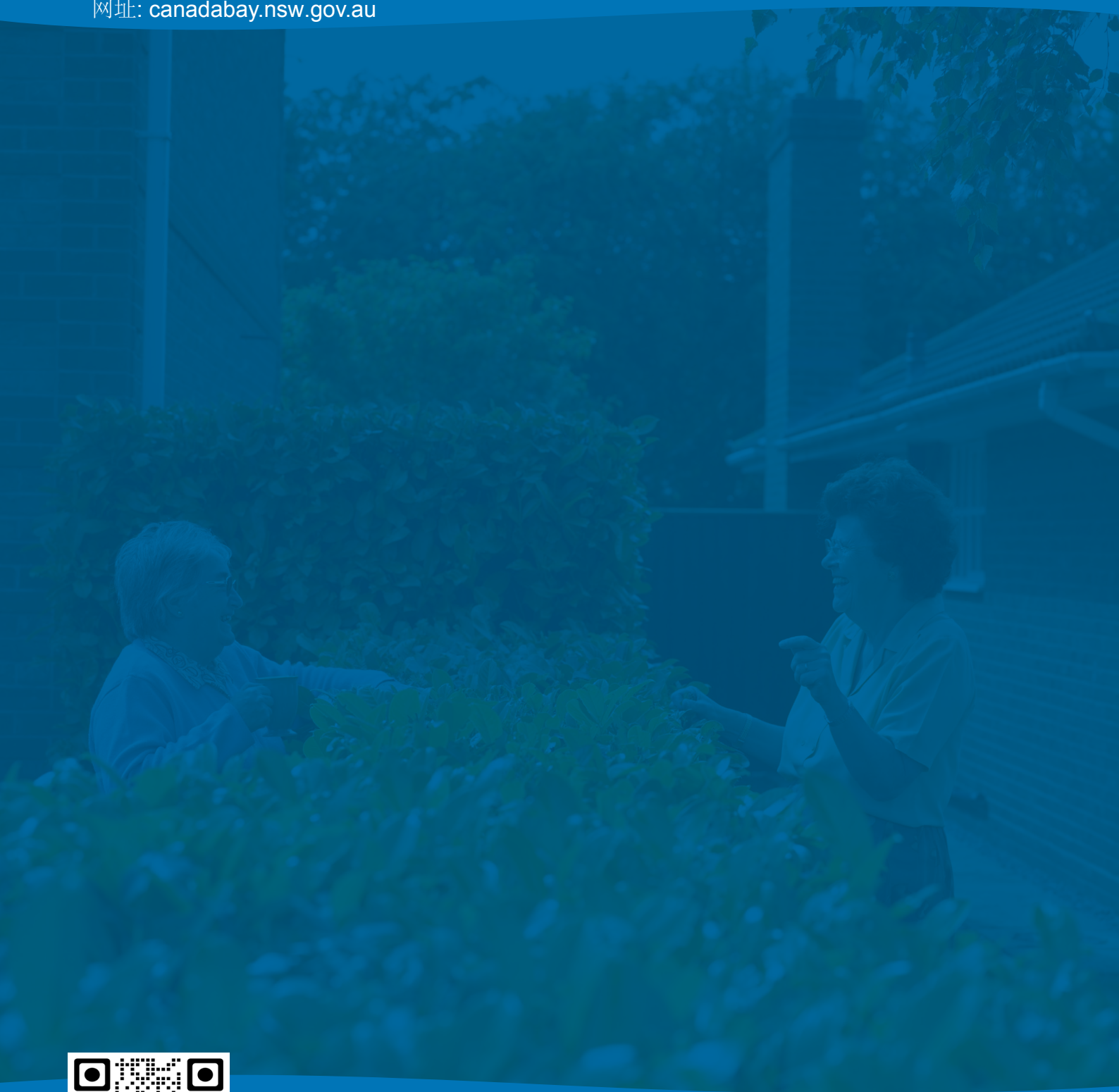
1a Marlborough Street
Drummoyne NSW 2047

电话: 9911 6555

电邮: council@canadabay.nsw.gov.au /

CCBCommunityServices@canadabay.nsw.gov.au

网址: canadabay.nsw.gov.au



扫描二维码即可查看本指南的电子版，
或访问 bit.ly/ccbseniors 了解更多信息