

HEIWA TERRACE 時事通訊

2014 年 7 月

上個月在 Heiwa

- 火宅安全講座為大家提供了許多有益的資訊和知識。請大家謹記以下重要的幾點：
 - 絕對不要在緊急狀況下乘坐電梯。
 - 保持冷靜並聽從指示。
 - 當您認為必須離開房間時，用手背感受門的溫度。如果門是熱的，請不要開門。轉向窗戶。
 - 如果有煙，請盡可能的貼近地面並用您的手和膝蓋前進。
 - 撥打 911。
 - 當您做飯把食物燒著時，請顧及您的鄰居，把門關住，打開窗戶，在門下放置毛巾，避免煙進入走廊。謝謝您的配合。

Heiwa 進行時

- **Thorek 健康中心**引入一支新醫療隊伍並延長服務時間。現在，醫生一週四天會診，護士一週五天服務。請路過向他們打招呼，歡迎他們來到 Heiwa。Chi 醫生會繼續保持他在每月最後一個星期五的會診時間。
- 出行 **Mitsuwa** 將定在 7 月 15，星期二。這是一個採購您們最愛的亞洲商品和到美食街品嚐美食的絕好機會。這次出行的總費用為 10 美元，請到 **Maiko** 的辦公桌外報名。
- 您們提建議，我們採納！去 **Horseshoe** 賭場的旅行將被定在 8 月 12。如果您感興趣，請提前報名。在 之後，將不再退還費用。總費用是 美元，其中包含長途大巴和自助餐。
- 辦公室在 7 月 4 日星期五將關閉。
- **CRISP** 現在提供更多的商品。除了新鮮的水果和蔬菜，他們還提供穀類食品、零食（如燕麥棒）、肉類、罐頭食品和日常用品。敬請查閱他們的新目錄。

來自管理員

- ❖ **來自安保的提醒**：請一直記得關好並鎖好門。即使您在家等客人，或者您在隔壁鄰居家，也要記得鎖門。
- ❖ **HEIWA 社交**：請參照 Heiwa 社交頻道 (ch.4) 獲取各類來自本辦公室的通知及資訊。
- ❖ **床虱 (bed bugs)**：床虱開始在芝加哥猖獗。我們想要保護我們的財產不收床虱的侵害，而這需要您的配合。請定期查看安裝在您床腳處的攔截陷阱。如果您認為已經在您公寓發現了床虱，請馬上通知辦公室。您越早反映，我們就能越快的開始調查並在必要時為您的公寓進行清除。

特別致謝：

所有慷慨的捐贈都會放入一個基金，這個基金是為各類可以給 Heiwa Terrace 居民帶來益處和歡笑的項目活動提供支援而設立的，它也讓我們能夠每天都在餐廳供應免費的咖啡和茶。另外，您善意捐贈的時間和/或必需品都將用於維持 Heiwa Terrace 居民的身體、心理和精神方面的良好狀況。

如果您不希望您的名字被列出，請通知 **Maiko** 或 **Jessica**。名字沒有按特定順序排列。

六月的捐贈 (5/23-6/20):

Fumiyo Uchida Diane Hata Chuan-Ven Fu Mary Jane & Carol Yamamoto
Anonymous Glinda Swan-Robinson Hisako Kometani Bill Pry
Estate of Yukiko Takano

供參考 (www.alz.org)

健忘/失憶症：典型與非典型

這是從老年癡呆症協會獲取的部分清單。它有助於瞭解，記憶力的一些變化是由於老化。癡呆的症狀和老年癡呆症並不單純是因為老化而出現的症狀。正確的診斷並尋求專業的幫助是非常重要的。

典型	非典型
有時忘記名字或者約會，但之後記起	失憶症打亂正常生活：忘記最近瞭解到的資訊；忘記重要的日期和活動；反復的詢問同樣的資訊
在處理收支平衡時出現偶爾的失誤	在計畫或解決問題是遇到困難：難以堅持一項計畫；難以跟蹤每月的帳單或處理與數位有關的事項
在設定微波爐或者錄製電視節目時，偶爾需要人說明	難以完成家裡熟悉的事項：不能開車回家；不能管理預算；不能記起喜愛的遊戲或比賽的規則
對一周的日子感到困惑，但是之後能夠理清	對時間和空間感到困惑：不能跟上日期、季節的變化和時間的流逝；忘記為何會在某地和如何到達某地；難以理解事情，除非它是剛剛發生的
表達中有時不能找到合適的詞彙	在說話或寫作時出現新問題：在談話中不能很好的跟上或加入；在談話中突然停下不知如何繼續，而是一直重複；不能找到恰當的詞彙或叫錯名字