



展望夢想

切合人們生活實況的護理



South Riverdale
COMMUNITY
HEALTH CENTRE
南河谷社區健康中心

2025-26 週年報告

- > 強化我們社區所依賴的體系
- > 將護理與大眾生活的實況相連結
- > 支持為我們社區提供護理的人們

行政總裁與董事會主席致意

一個建立在關懷的社區

自最早期以來，南河谷社區健康中心便一直遵循著一個簡單但偉大的信念：健康護理必須反映人們生活的實況。在實踐中，我們認為健康不僅關乎治療，還關乎住房、食物、歸屬感、安全和人際連結。50 多年以來這種做法將大眾凝聚在一起 — 包括員工、義工、合作夥伴和社區成員 — 齊心協力提供超越南河谷社區健康中心的圍牆、深入人們日常實質生活的護理。

我們深深感謝讓這份共同承諾成為可能的每一個人。我們的員工在每一次交往中都帶著同理心、專業知識與奉獻精神。我們的董事會提供了深思熟慮的領導與治理。而我們的合作夥伴則強化了我們社區所依賴的服務與支持。他們攜手合作，確保每一位走進我們大門的人，都能在自己的生活背景中感受到歡迎、被重視與獲得支持。

在此基礎上，我們繼續以關懷、決心和同理心，來應對社區不斷變化的需求。今年亦帶來了重大的挑戰，包括省政府決定停止資助監督吸毒與治療服務，這將導致我們 Moss Park 地點的關閉。我們深知，這改變將對依賴這護理服務以獲得挽救生命的人們，產生深遠的影響。

在過去的一年中，我們也透過多項新計劃繼續擴展我們的服務，包括流動醫療診所、東多倫多 HART 樞紐（East Toronto HART Hub）、擴展基本醫療護理、全新的足部護理計劃以及煥然一新的官方網站。這些新計劃與我們全新的策略計劃相輔相成，反映出我們致力於提供具備應變能力的社區化護理，以及我們為所服務的群眾與社區發聲、捍衛權益的堅定承諾。

在我們慶祝 50 週年里程碑之際，我們向塑造我們工作的社區，以及每天推動我們工作向前邁進的人們致敬。攜手同心，我們正「展望夢想」— 承襲 50 年來以同理心在每個人所在之處提供服務，並為未來的 50 年塑造一個具包容及應變能力的護理服務。



行政總裁
Shannon Wiens



董事會主席
Rebecca Ho



我們的董事會

強而有力的領導有助於指引我們的前進道路。我們感謝董事會成員的用心治理、深刻的洞察以及對我們社區的堅定承諾。

Bella Bereket
Philip Berger
Matthew Yun-Chun Cheng
Jonathan Fetros
Arman Hamidian
Nisha Hariharan

Emily Hill
Rebecca Ho (Chair)
Riannon John
Sylvia Pivko
Anne Simard
Edward Speicher



50年 的社區健康護理

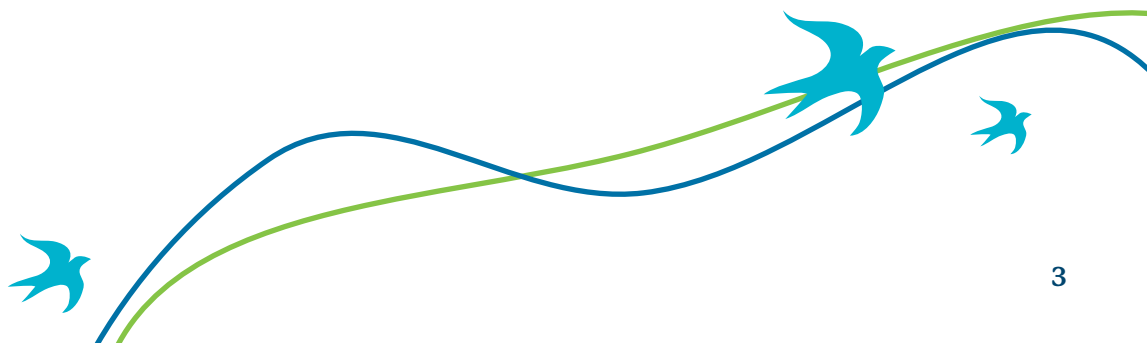
五十年前，我們首次敞開大門。那天有四個人走進來。如今，每年都有數以千計的人造訪。從 Pape Avenue 上的一個細小空間，到現在為整個東多倫多地區的人們提供服務 — 其中許多人有著複雜的健康需求 — 我們與社區一同成長，在最需要我們的地方出現。

我們的故事

在 1976 年，一群鄰居圍繞著一個簡單的念頭聚集在一起：每個人都應該在他們所在之處獲得他們所需要的護理。南河谷社區健康中心僅憑三名員工便敞開大門，並開始建立一些嶄新的事情 — 由社區和人際連結所塑造的護理。

多年來，這項護理隨著我們服務的群眾同步擴展。我們支援了那些在傳統體制中面對障礙的人、提供了全面的基本醫療護理，並為新移民、長者及長期病患者創辦了服務。

從最初的用戶到我們今天服務的每一個人，我們的故事是關於共同傾聽、學習與成長。





塑造我們的關鍵時刻

1976

我們在Pape Avenue開啟大門，迎來了我們最初的四位用戶。

1982

我們領導加拿大最大的鉛量篩查，測試了2,300 兒童和成人。

1998

我們位於Queen 和 Heward的新家成為了我們工作的核心 — 讓社區得到照顧。

2002

推出乳房健康、糖尿病教育以及幼兒支援計劃。

2007

我們的 COUNTERfit 計劃因在減害領域的領導地位而獲得國際認可。

2012

與本區團體合作，我們創立了南河谷良好食物市場。

2015

我們榮獲安大略省健康中心協會頒發的社區參與獎。

2017

我們與 Call-A-Service 合併，擴展了我們在樂融中心 (Harmony Hall) 的服務項目，其中包括接送長者與活力生活計劃。

2019

開辦 MATCH 助產士計劃，為懷孕與產後的家庭提供支持。

2020

我們啟用樂融社區食物中心，以改善獲取健康食物的機會。

2020-2023

我們在疫情期間維持開放，擴展虛擬醫療護理，並提供必需的支援，包括口罩與疫苗接種等。

2026

我們與社區一同持續成長，不斷發展並創新各項計劃與服務，以滿足不斷改變的需求。

展望未來

50 年來，南河谷社區健康中心透過傾聽而不斷成長 — 傾聽我們的社區、合作夥伴以及彼此的聲音。

這份相同的精神將指引我們下一步。當我們展望未來時，我們始終會致力於關懷整個人的護理，並攜手打造一個更健康、聯繫緊密的社區。

我們今日的影響力

惠及數千人生活的護理

每年都有數以千計的人來到南河谷社區健康中心 — 尋求護理、支援、連結與社區歸屬感。在每一個數字背後，都是一個感受到我們全方面服務方式的故事：一種反映他們生活實況的護理，而且往往也延伸到他們的家庭與社區。

數據實錄

去年共服務了 **16,786** 人

— 每個人都擁有獨特的需求、強項與目標。



64% 的客戶來自多元
種族與文化背景

— 反映出我們所服務的社區之
豐富面貌。

62% 的客戶每年收入
低於 40,000 元

— 突顯了普及護理的關鍵角色。

總造訪次數達

175,193 人次

（包括實體與虛擬）

— 在大眾需要之時與地，為其
連結到支援。

基本醫療護理就診達

17,513 人次

— 確保全面且持續的健康支援。

長期病管理就診達

10,331 人次

— 幫助患者在長期疾病狀況
下活得美好。

心理健康與毒品使用支援

就診達 **109,230**

人次 — 關注個人整體健康，
而非僅針對症狀。

參與健康節目與社區服務達

24,030 人次

— 支持學習與人際連結。



提供 **171** 項社區計劃

— 與合作夥伴共同設計，以
滿足不斷變化的區內需求。

參與小組節目達

39,642 人次

— 培養歸屬感與同儕支持。



每一個數字都代表著一個生命受到影響的人、
一個關於韌性與關懷的故事，以及讓這一切成
為可能的合作夥伴關係。

我們的護理模式

為什麼社區健康中心這麼重要

醫療護理不能孤立地發生。

在南河谷社區健康中心，我們深知健康是由日常實質生活所形塑的 — 住房、糧食保障、收入、安全、文化以及人際連結。這就是為什麼我們的護理模式結合了高品質的基本醫療護理、多元化的社會支持以及具參與性的社區計劃 — 讓大眾能以符合其生活方式，在他們感受到「我備受重視」的空間裡，獲得所需的護理。

這種方式同時也強化了更廣泛的醫療體系。作為合作夥伴、倡導者與創新者，南河谷社區健康中心協助確保護理具備協調性、普及性，並能及時應對最需要幫助的大眾。

我們全新的策略計劃正是建立在此基礎上，指引著我們如何將護理與社區相連結，並與合作夥伴攜手協作，以滿足日益增長的需求。

展望夢想： 我們的策略計劃

50 年來，南河谷社區健康中心依著她的社區一同成長。如今，全新的挑戰 — 居所不穩定、生活成本上漲以及對護理需求的增加 — 促使我們必須以嶄新的思維來展望夢想

我們工作的核心願景，是建立一個充滿激勵性、健康且繁榮的社區，在它內人人都有歸屬感。我們全新的策略計劃植根於我們的核心價值：致力於和解與建立關係、健康平等與社會正義、具實質意義的參與、整體觀的服務，以及基於實證與價值觀的實踐。


歸屬感與成長的文化

堅定不移的公平捍衛者

透過堅持不懈的倡導，以及緊密連結且即時回應的護理生態圈，來增進最值得享有平權待遇大眾的福祉。

靈活且連結緊密的體系

無障礙的護理



在這些價值觀的指引下，我們全新的策略計劃透過以下四大關鍵策略，勾劃出一條清晰的前進道路：

策略一：

靈活且連結緊密的體系

我們正協助在整個東多倫多地區，形塑一個更具連結性、能快速對應且由平權驅動的護理體系。透過與合作夥伴的深度協作，我們正編織出一個支持生態圈 — 從基本醫療護理到心理健康、住房支援以及人際社交連結 — 讓大眾能夠獲得全面性的服務，以助他們蓬勃發展。

策略二：

無障礙的護理

無論從何處開始，護理都應該讓人感到無縫銜接。透過連結我們各個服務地點、擴大社區外展工作並整合我們的服務計劃，我們正在打造一個始終如一、開放好客、無障礙且全方位護理的體驗。從流動服務到針對新移民、長者，以及面對複雜心理健康和毒品使用挑戰的人士之各項計劃，我們在人們所在之處與他們會合 — 並與他們並肩同行。

策略三：

歸屬感與成長的文化

我們所做的工作由人開始。我們要培育一種融合公平、健康、歸屬感與成長的文化 — 這份文化將支持並表彰那些無私奉獻的同仁。透過對員工、義工及合作夥伴的投資，我們便會鞏固我們機構的核心。

策略四：

堅定不移的公平捍衛者

我們正持續傾聽、學習、和帶領。我們以對社區的洞察與實證為基礎，推進由公平驅動的護理，並加深我們作為倡導者、教育者及盟友的角色 — 分享我們所學到的，協助為所有人打造一個更公平、更具同理心的體系。



SOUTH
RIVERDALE
COMMUNITY
HEALTH CENTRE

@Shaw
@91h



「展望夢想」
始於我們已經
付諸實行的行
動 — 以下是
過去一年中的
一些精要。

攜手同心，打造更強而有力的護理

護理不是只發生在單一地方 — 更不會單獨地發生。

在南河谷社區健康中心，共同協作是我們工作模式的核心。透過與醫療和社會服務體系中跨學科合作夥伴簽署的 32 份服務協議，我們協助使護理與大眾的生活更緊密地連結、更普及並更及時回應其需求。我們一起建立一個支持性網絡，讓大眾不必獨自面對挑戰 — 並能更容易地找到、更快速地獲得針對整個人健康的個人化護理。

東多倫多無家可歸與成癮康復治療樞紐（HART 樞紐）就是這項工作的一個典範。在過去的一年裡，我們紀念了它成立一週年 — 這是我們在持續擴大護理普及化之工作中的一個里程碑。我們與 St. Michael's Homes 共同領導這項計劃，並與整個社區多個合作夥伴並肩工作。



Cindy Reddick 東多倫多 HART 樞紐用戶

「這個地方救了我一命。我在離開一段非常壞的關係後來到這裡 — 那個人打落了我的牙齒。我是來尋求幫助的，而我也得到了。」

我開始每週來這裡三、四次。那時我正在戒可卡因 — 不是海洛因，因為我已經戒斷海洛因 13 年了 — 從那之後我就一直保持乾淨。

這個地方一直在幫助我建立自信並維持振作，而不是擊垮我。我告訴他們我的近況，他們就會在身邊支持我。他們現在了解我了。這個地方是我心目中的第一名。

我記得有一次，其中一位輔導員在 11 點打電話給我，當時我甚至連床都不想下。但我還是下床了。就是因為她和這個地方。

我不習慣和這樣的人相處，但他們真的很棒。甚至足部治療師都很棒。他們太了不起了。我正在學習如何與他人交談，不再感到被某些事情困住。」



東多倫多 HART 樞紐合作夥伴

東多倫多 HART 樞紐是一個歡迎好客的空間，大眾可以在這裡連結到基本醫療護理、社會支持和住房服務。無論某人是有住房需要，還是準備好考慮不同康復與治療的方案，他們都會受到尊重，不會遇到任何審判或偏見。

我們提供一個舒適且充滿歡迎氣氛的空間，大眾可以在這裡獲得廣泛系列的支持，包括基本醫療護理、心理健康服務與治療、輔導，以及與住房支援的連結。個案經理與用戶並肩工作，協助他們尋找合適的服務、協調照顧，並隨著時間建立起穩固、互信的關係。

東多倫多 HART 樞紐凝聚了 13 間合作夥伴機構，打造出更無縫銜接的護理體驗。人們不需要在不同的服務機構之間疲於奔命地被轉介，而是在一個協作且具支持性的環境中，獲得他們所需的一切。

2-Spirited People of the 1st Nations
Alpha House Recovery Community
Anishnawbe Health Toronto
Comprehensive Treatment Clinic
Cota Health
Fontbonne Ministries
Gerstein Crisis Centre
Michael Garron Hospital
TNG Community Services
The Neighbourhood Organization
The Salvation Army
WoodGreen Community Services



這種協作方法已經產生改變。

去年，

共有 **1,243**
人與東多倫多 HART
樞紐取得連結，
其中有 37 人成功獲得了
住房 — 這是安穩、健康
與康復重要的基礎。

Moss Park CTS

在 2025-26 年度中：

193 人獲得了低門檻的基本醫療護理

→ 超過 190 人與護士取得連結，其中許多人是久違地首次獲得此類服務。

467 次複雜傷口治療

→ 針對可能導致感染或住院的嚴重傷口，進行了近 470 次的傷口護理。

應對了 **446** 次非致命性吸毒過量事件

→ 工作人員透過在現場對吸毒過量進行即時救援，挽救了 446 條生命。

2,875 次社會服務接觸

→ 超過 2,800 人次在接觸中獲得住房、食物或其他基本支援。

300 次成癮治療諮商

→ 提供了 300 次諮商來支援人們的康復旅程，並在最需要的地方提供治療。

2,762 次心理健康支援

→ 為面對孤立與受創傷的人們，提供了將近 2,800 人次的心理健康支援與連結。

提供了 **5,267** 份餐點

→ 供應了超過 5,200 份餐點，幫助滿足基本生活需求。



Moss Park 監督吸毒與治療服務地點 (2018 - 2026)

自 2018 年以來，Moss Park 監督吸毒與治療服務一直是數以千計民眾所信賴的空間。該計劃提供低門檻、具協調性的照顧，其中包括基本醫療護理服務、心理健康節目與服務、毒品使用治療以及社會支援。

透過消除獲取服務的障礙，該地點在我們與服務群眾建立互信關係時，發揮了至關重要的角色 — 這往往始於一個簡單而關鍵的目標：讓他們留在一個更安全的環境中、與社區保持連結，更重要的是，在有毒的毒品危機日益險峻的可悲情況下，保存他們的生命。這些關係通常是長期的，並成為一個支持基礎，以便在個人準備就緒時，考慮治療、康復、住房甚至就業的選擇。

在 2026 年 3 月，工作人員與服務使用者突然得知，Moss Park 監督吸毒與治療服務的公共撥款將於 2026 年 6 月 13 日終止，且該監督吸毒地點必須在該時候關閉。

Moss Park CTS 就是健康護理，且多年來已挽救了數以千計的生命。失去它，大眾將面對災難性和危及生命的後果。這更加突顯了我們經驗豐富且技術高超的員工所發揮的關鍵角色，他們讓這座城市中最值得享有平權待遇的安大略人，能夠連接到挽救生命的護理及其他必須的計劃與服務。

當護理能融入大眾的日常生活時，其成效最為顯著



在南河谷社區健康中心，我們因著大眾所面對的生活實況來設計服務——無論是交通工具不足、語言障礙、孤立無援，還是日益上漲的生活成本。從流動護理到以社區為基礎的節目，我們在人們所在之處與以接觸，讓大眾能以感到受歡迎、切合需求且緊密連結的方式，更容易地獲得支援。

在我們的各項計劃中，這種方式消除了獲取服務的障礙、速進了互信，並協助大眾與護理保持長期的連結。

流動醫療診所

其中一個範例是我們在過去一年推出的流動醫療診所，旨在將醫療照護直接帶入整個東多倫多各個鄰社。

該診所在社區環境中提供基本醫療護理、疫苗接種、健康篩檢和健康促進服務——觸及那些對獲得傳統診所護理具有障礙的人士，包括交通問題或住房不穩定。

透過與紅門庇護所（Red Door Shelter）和活賢社區服務（WoodGreen Community Services）等社區合作夥伴並肩工作，流動醫療團隊在民眾熟悉且信任的空間中與他們會面。這種方法不僅改善了獲取服務的方式，更協助建立了互信關係，並將大眾與持續性的護理相連結。

在人們所在之處與他們會合

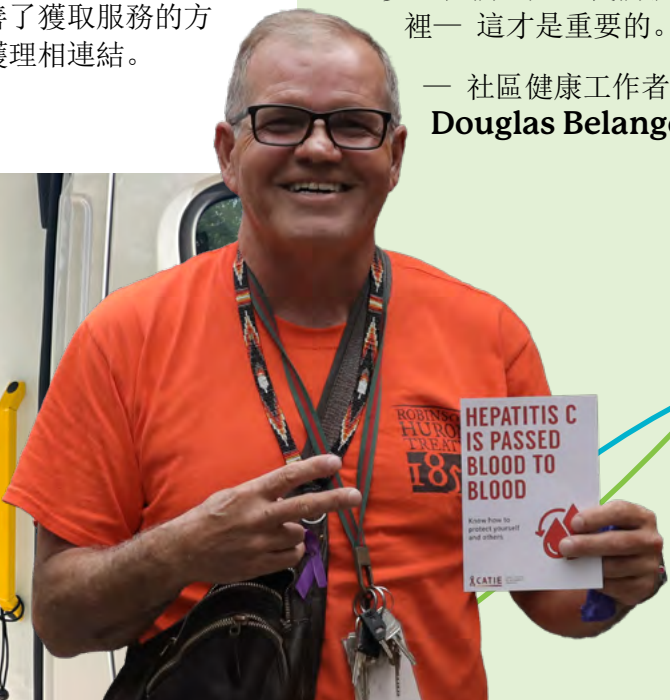
「能夠有機會進行這樣的外展服務就是一切。有了流動診所，我們可以把車停在街道或公園旁，在人們所在之處直接與他們連接。

我已經透過多倫多社區丙型肝炎計劃隨這輛廂型車出勤了 40 多次，最讓我印象深刻的是，這種方式如何大大地改變了我們的互動。能夠邀請某人走進一個溫暖的空間，提供一份點心或甚至只是一雙襪子，進行一次真誠的對話，提供丙肝檢測，並幫助他們與此刻所需的任何事物相連結——這確實帶來了改變。

我們遇到的大多數人都很感激我們能來到他們所在。這輛廂型車創造了一個讓人感到更自在的空間，而從對話中流露出的真誠是令人難以置信的。當我分享我自己也曾參與過丙肝計劃的經歷時，你可以感覺到一種轉變——他們開放了自己。

對我來說，這項工作意義深遠。我感覺不像是在工作。這是關於不帶任何審判給予人們支援，並在他們生活的現實中與他們相會。即使某人還沒準備好邁出下一步，他們也知道我們就在這裡——這才是重要的。」

— 社區健康工作者
Douglas Belanger



擴展基本醫療護理

Health Access (健康獲取) Taylor-Massey, HATM是位於Crescent Town的社區護理樞紐，南河谷社區健康中心對能成為其合作夥伴深感自豪。透過與所有夥伴攜手合作，HATM 在同一個方便的地點，使大眾更容易獲取家庭醫生、護士、心理健康護理以及社區服務。

在Crescent Town和更廣泛的Taylor-Massey社區中，許多人一邊建立新生活，一邊要應對現實中的重重障礙 — 包括語言、收入、住房壓力，以及尋找基本醫療護理的挑戰。對一些人而言，這意味著需要等待過長的時間才會尋求幫助，或在情況變得緊急時才轉求急診室。

在 2025 年，HATM 獲得了基本醫療護理擴展撥款，用以協助個人得到基本護理服務。透過這項投資，南河谷社區健康中心得以聘任更多醫生、執業護士和一名健康促進人員，進而強化了區內的服務能量，並為該社區擴大了獲取醫療護理的普及性。

HATM 及其合作夥伴一起工作，共同打造一個更具連續性、以社區為中心的護理模式。HATM 不僅僅是一個醫療空間，更是一個建立人際關係的社區 — 將關懷帶入社區的核心，並強化大眾與其最需要的服務之間的連結。



數據實錄：

全新足部護理計劃共服務了
97 位用戶 - 為其提供
合適的鞋子/靴子

36% 的用戶居住條件
不佳或正面對無家可歸

93% 的用戶家庭年收入
低於 40,000 元

足部護理

今年，我們擴展了足部護理計劃，以能更好地支援我們社區中感受到無家可歸困境的群眾 — 其中許多人同時也面對糖尿病、毒品使用以及心理健康的挑戰。

足部健康對於整體健康至關重要。糖尿病患者可能會因為血液循環不良而導致腳部知覺減退、傷口癒合變慢，這意味著微小的割傷或受壓點會被忽略，並迅速惡化成嚴重問題。而對於無家可歸者而言，長時間站立著、潮濕的環境，以及破舊或不合腳的鞋子，都會大幅增加傷口、感染甚至截肢的風險。

長期以來，足部篩檢一直是我門例行糖尿病護理的一部分。我們的團隊與每位患者密切合作，評估風險並為他們連接合適的支持，包括足部診療和傷口護理，以確保及時且妥善的護理。這項工作由我們的「足部健康工作小組」提供專業支持 — 該跨部門團隊成員包括足部治療師、護士和資訊管理協調員。他們的工作依隨著安大略省註冊護士協會（RNAO）的「最佳工作實施組織」（Best Practice Spotlight Organization）的計劃，確保護理一致地植根於實證的最佳工作實施。

今年，我們透過改善獲取合適鞋類的機會，強化了我們對預防工作的重視。在市中心安省東部健康團隊（Downtown East Ontario Health Team）的支持以及與 Mark's 商店的合作下，大眾可以獲得一份「處方」，讓他們能免費獲得合腳的鞋子和靴子，以保持雙腳溫暖與乾爽 — 這是降低風險的一種簡單但重要的方法。每個人都會接受合穿評估，並在選擇上獲得指引，必要時還會在訂購和送貨過程中獲得支援。

對於我們的許多用戶而言，這一小小的干預措施帶來了顯著的分別 — 幫助維持他們的活動能力，並讓他們的生活變得容易一點。

在南河谷社區健康中心的 Moss Park 監督吸毒與治療服務（Moss Park CTS）地點，工作人員支援高風險的社區成員獲得了合腳的冬季鞋具 — 有時是他們多年來擁有的第一雙新鞋子。除了實用價值之外，這份影響也深深感動了他們：用戶形容這讓他們感受到被關懷，使他們更有能力照顧自己的健康。

其中一位甚至穿上他的新靴子跳起舞來。





MATCH
MIDWIFERY & TORONTO
COMMUNITY HEALTH



在 2025-26
年度中，早期妊娠
診所的門診看診次
數超過
1,000
人次。



MATCH 計劃： 助產士服務與早期妊娠併發症及流產護理

助產士服務與多倫多社區健康計劃 (MATCH) 持續擴展全方位產後及圍產期護理的可能性。

透過與Michael Garron醫院 (MGH) 合作，MATCH 團隊駐員在該醫院的早期妊娠診所並主導護理工作 — 這是一所附屬於醫院的門診診所，專門支援面對早期妊娠流產或併發症的民眾。

大多數的流產事件都發生在與圍產期護理提供者（如產科醫生、家庭醫生或助產士）取得連接之前。這使得許多人（包括東多倫多社區的居民）在不幸流產時，不得不前往急診室尋求醫療護理 — 而我們從患者那裡得知，這是接受這類護理的一個艱難場所。

透過在Michael Garron醫院的早期妊娠診所駐員，MATCH 團隊正致力於改變這種照護體驗：在一個全心全意且友善的診所空間裡，為面對早期妊娠併發症、流產以及充滿不確定情況的患者，提供高度專業且充滿同理心的護理。

在早期妊娠診所接受助產士看診的患者，能獲得全面的臨床護理，以及心理健康支援與轉介服務。針對更複雜的個案，也能提供專業產科團隊的會診。該團隊已透過延長服務時間和提供電話支援，擴大了診所服務的普及性，同時也為沒有安省健康保險計劃 (OHIP) 的人士開闢了獲取該診所照護的新機會。

這個極為成功的護理模式展示了當醫院與社區護理走在一起時，可能得到的成果 — 以患者為中心、改善獲取服務的機會、彌補醫療體系的縫隙，並確保大眾在其經歷的每一個階段都能獲得深具尊嚴的支援。





長者活力生活計劃的三個有趣分享

正念小技巧：5-4-3-2-1
安定情緒方法

試試這個簡單的安定情緒練習，來減輕壓力並重回當下。



留意以下的事物：

- 5 件你能看見的、
- 4 件你能觸摸的、
- 3 件你能聽見的、
- 2 件你能聞到的，以及
- 1 件你能嚐到的。

這是一個能迅速促進平靜、專注與情緒健康的方法——我們在正念節目中經常一起練習。

中式紅茶茶葉蛋

茶葉蛋是許多亞洲文化中深受喜愛的傳統鹹味點心。將雞蛋在茶葉、醬油和溫和的香料中輕輕慢火煨煮，便能營造出濃郁的味道和美麗的大理石紋外殼。



材料：

雞蛋、黑茶/紅茶、醬油、八角、肉桂棒、水

製作方法：

- 將雞蛋煲熟並輕輕敲碎蛋殼
- 在茶葉、醬油和香料中慢火煨煮 1-2 小時
- 靜置長些時間以獲得更濃的味道

健康地年長小貼士

鼓勵 55 歲以上的成年人以每週進行 150 分鐘的中度運動為目標，以支持體力、平衡感、行動能力與整體健康。



溫和的健身課、瑜伽、太極、森巴舞（Zumba Gold）、排舞和散步，都是保持活力、維持獨立生活能力並降低跌倒風險的好方法。

長者活力生活

我們的長者活力生活計劃協助較年長人士保持健康、感受人際連結並能獨立地生活，同時欣賞他們獨特的故事與文化背景。我們的各項計劃也是與參與者共同創作的，因此能真實反映出我們所服務的長者之需求、傳統與喜好。

這些活動以多種語言提供 — 包括孟加拉語、廣東話、英語、國語和泰米爾語 — 讓大眾能夠以熟悉、感到受歡迎且舒適的方式全力參與。

透過健身課程、健康節目、藝術、教育工作坊、集體用餐計劃和社交活動，長者得以保持活力，並與擁有相同語言、文化和生活經驗的同儕建立具實質意義的連結。從溫和的運動和防跌倒活動，到正念節目、社區合唱團和文化慶事，這些計劃同時滋養了生理與心理健康，協助長者感受到被重視、被看到，並成為社區的一份子。

2025 - 26 年度重點

27,400
人次參與活動

提供 **60**
項計劃/節目

進行了
1,201
場團體/小組活動



樂融社區食物中心

我們的樂融社區食物中心不僅提供食物——它還帶來了人際連結、尊嚴與歸屬感。透過共享餐食、烹飪節目、園藝和經濟實惠的市場，社區成員聚集在一起學習、分享、成長、倡導變革並互相支持。這是一個使人感到受歡迎的空間，大眾可以在這裡培養技能、慶祝文化並增強他們的社區意識。

參與者不僅僅是獲取食物——他們還建立了人際關係、強化了社交連結，並對我們各項計劃做出了深具意義的貢獻。

近期食物權益 (Right To Food) 問卷調查參與者的反饋：

- 92% 的受訪者表示，該計劃是健康食物的重要來源
- 69% 的受訪者表示健康與福祉獲得了改善
- 75% 的受訪者表示感受到強烈的歸屬感
- 70% 的受訪者正在食用更多種類食物
- 89% 的受訪者在這裡結識到新朋友
- 20% 的參與者同時也成為義工

這些體驗得到了該計劃日常工作之規模與觸及範圍有力的支持。在過去的一年裡，樂融社區食物中心為來自泰米爾、孟加拉和華人社區的長者提供了超過 5,400 份營養餐點以及 7,600 份符合其文化傳統的餐點。此外，超過 270 名參與者參加了親自動手的烹飪與食品技能工作坊，並且有超過 260 個家庭與個人收到可帶回家的烹飪禮包（內有食譜與主要食材）。

Sultan Mahmud

樂融社區食物計劃義工

Sultan 是一位長者，也是樂融社區食品中心的熱心義工。在中心裡，他那熟悉而親切的身影早已為大眾所熟知。他積極參與多項社區食物節目，包括良好食物市場、與多倫多種子圖書館 (Toronto Seed Library) 合作的種子包裝活動、園藝活動以及社區集體用餐。

對 Sultan 而言，這個計劃不僅僅是一個做義工的地方——更是一個讓他作出貢獻、與他人建立人際連結並共同成長的地方。

當被問及對未來的期許時，Sultan 分享他對社區的一個簡單卻強大的願景：「我夢想能有更多為長者舉辦的節目，」以及「我的夢想是未來能參與更多的節目。」他同時也表達了更廣泛的期望，盼望南河谷社區健康中心能繼續成長並擴大其影響力。

Sultan 的故事反映了許多參與者透過我們社區食品計劃的親身體驗：這是一個大家不僅能獲得支持，更能主動塑造社區未來的空間。

所有這些節目都深刻體現了南河谷社區健康中心「看到整個人」的意義——回應真實的需求、在真實的地方、並支持大家帶著尊嚴與彼此連結著向前行。



關懷始於我們的同仁

在南河谷社區健康中心，員工、義工、合作夥伴與社區成員之間的關係，是我們所做一切的核心。當提供護理的人員感受到支持、尊重與包容時，這份感受會形塑每一次的互動 — 以及每一次的護理體驗。

這就是為什麼我們致力於投資在一個植根於平等、學習與歸屬感的職場文化。這項工作是持續的，且始於傾聽。



建立一個更具包容性的機構

在過去的一年中，我們繼續推進一個包容、多元、公平、普及與反種族主義行動小組（IDEAA）的工作，深化我們每天都實踐對這核心價值觀的承諾。

該小組由我們的行政總裁與一名有色人種的員工共同主持，凝聚整個機構內部的多元聲音，以協助指引具實質意義的變革。其工作著重於實用性與長期性：了解員工的經驗、找出落差，並採取行動去建立一個更具包容性且公平的職場。

該小組協助：

- 收集員工的反饋與切身經驗
- 從平權的視角審視各項政策、計劃與實施
- 建議變革去支持包容性與問責制
- 透過培訓與學習機會提升員工的能力
- 強化我們如何溝通並怎樣融入整個機構的實行

同樣重要的是，它為公開、誠實的對話創造了空間 — 讓我們的團隊能安心地分享他們的觀點，並協助形塑機構的未來。

在護理與社區中推進健康平等

建立在平等與包容的基礎上，我們透過「健康平權委員會」強化我們健康平權的方針。該委員會凝聚了員工與領導階層，共同改善我們怎樣收集、理解和運用數據，以支持更優質的護理，並解決我們所服務的社區所面對的不平等現象。

該委員會的主要工作重點，是持續推行「健康平權問卷」，包括提高參與率、強化數據質素，並確保將調查結果切實轉化為具體行動。

這些努力已協助我們將數據收集率從 2019 年的 62% 提高到去年的 81%。

該委員會同時也致力於改進各團隊間收集數據的一致性，並發展相關工具與培訓，以協助同事在日常工作中運用健康平權數據。這項工作始於對數據的主權、隱私以及治理尊重態度的承諾 — 確保大眾信託給我們的資訊，能切實用於追求尊嚴、平權，以及為我們的社區提供更優質的護理。



傾聽、學習與採取行動

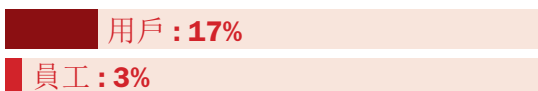
我們同時也進行了員工普查問卷 — 這是重要的一步去了解機構是由誰組成的和如何與我們服務的社區相比。

調查結果突顯了我們的優勢與進步空間：

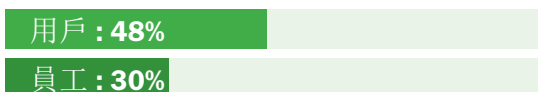
66% 的用戶自認為黑人、原住民或有色人種，而員工的比例則為 50%



17% 的用戶自認為黑人，而員工的比例則為 3%



48% 的用戶自認為生活受殘疾影響，而員工的比例則為 30%



36% 的用戶在加拿大境外出生，而員工的比例則為 45%



這些洞察有助於我們更好地了解在哪些方面存在代表性的落差 — 以及我們需要將精力集中在何處。

這並非一次性的工作。該調查每年進行一次，並會制定行動計劃以指引持續的進展。

與此同時，員工正積極參與培訓，以深化文化謙遜並強化包容性護理。這包括針對反黑人種族主義、原住民文化安全以及性別多元化的學習 — 協助確保護理不僅普及，而且深具尊重、與時俱進並能及時回應需求。

作為致力於學習與發展承諾的一部分，我們同時也為學生和實習生提供支持，協助培訓並指導下一代的社區健康護理提供者。



與社區共同學習

我們對平權的承諾延伸至我們的圍牆之外。

在過去的一年中，我們與社區組織合作，舉辦並參與了多場為學習、反思和慶祝創造空間的活動 — 以紀念自豪日、黑人歷史月以及真相與和解日等節日。

這些時刻都是傾聽、建立關係並加深我們對所服務社區了解的機會 — 同時也強化了我們對平權與包容的共同承諾。



全國真相與和解日

今年，我們有幸與華芳頓社區中心合作，舉辦了一場真相與和解社區活動 — 這是一個植根於人際關係、學習與共同反思的集會。

從活動以原住民鼓樂表演開始的那一刻起，一種踏實與連結的力量便貫穿了整天。一位原住民長者也主持了淨煙儀式（smudging ceremony），為所有與會者創造了一個充滿歡迎、尊重與有意義的空間。

在整個活動中，原住民長者、知識守護者和攤商慷慨地分享了他們的教導、故事與創意作品。一場「香草浸泡液」（Sweetgrass Infusion）工作坊讓參與者有機會了解香草作為一種藥草和它的文化意義，以及在無法隨時進行傳統儀式的空間中，提供易於取得、無煙替代品的重要性。參與者一起製作了香草浸泡液，將其過濾後能化為溫和的噴霧 — 讓人們可以在日常生活中隨身攜帶他們的藥物。

當天的活動還包括職員針對「前殖民時期圖版與和解」進行的簡報，深入探討了殖民如何形塑食物體系。在這些學習時刻，大約有 110 位社區民眾參與 — 其中包括許多家庭與年幼的孩童，以及數位首次走進我們大門的新朋友。

最突出的是現場展現的開放包容態度。社區成員、長者、知識守護者以及工作人員之間自然地展開對話 — 圍繞著可能有些沉重、但對於真相與和解而言卻是不可或缺的議題。

對於社區成員兼珠飾藝術家 **Amanda Spanish** 而言，參與這場活動真是意義深遠：

「留在那裡讓我感覺非常好 — 就像我是一個重要事情的一部分。我能夠分享我的珠飾手工藝、與多年未見的人聯繫，同時也見到新的人們。對我來說，這是為了幫助大眾進一步了解真相與和解，並透過分享我的文化一部分，來向這個日子致敬。」



這場活動強化與社區的關係，並持續為學習、反思和真誠對話創造空間方面，邁出了意義重大的一步 — 這是一項持續推進且非常重要的工作。

關懷提供護理的人

支持我們的團隊，也意味著為員工創造休息、連結與促進康福的空間。

在過去的一年中，我們提供了各項康福計劃與員工活動，旨在支持個人與集體的康福。這些時刻 — 無論是專注於心理健康、壓力管理，還是單純地聚在一起 — 都有助於在節奏快且繁重的工作環境中，創造出一種緊密連結的感覺。

從學習課程、康福活動到非正式的聚會，這些活動為員工提供了充電、反思以及彼此建立關係的時間。

這項工作仍在持續發展。隨著我們繼續傾聽員工的心聲，我們也正探索支持康福的新方法 — 因為我們深知，唯有關懷我們的團隊，才是維持我們為社區提供優質護理的要素。



展望未來

這項是一項持續推進的工作 — 且至關重要。

透過對我們員工的投資，我們正在鞏固護理的基石。我們正在打造一個讓員工感受到支持、重視並能蓬勃發展的職場，同時也讓用戶能體驗到反映他們是誰和需要什麼的護理。

因為當我們的員工獲得支持時，我們的社區也會同樣獲得支持。



展望夢想

我們社區的需求正持續在發展變化。

日益上漲的生活成本、住房挑戰以及對護理需求不斷的增長，正在改變大眾獲取服務的方式 — 以及他們維持健康與保持社會連結所需的事物。在南河谷社區健康中心，我們正透過順應改變、強化合作夥伴關係，以及尋找新方法在人們所在之處接觸他們。

在今年，這項工作已透過多種方式具體落實：一項指引我們前進的全新策略計劃、擴展了圍繞現實生活需求而設計的節目和計劃、與整個東多倫多地區合作夥伴的持續協作，以及全新官方網站的啟用 — 新網站讓大眾能更容易地尋找服務、獲取資訊並與護理取得連結。

在我們紀念服務 50 週年之際，我們始終植根於最初開啟這一切的信念：提供切合大眾真實生活的護理。

我們與社區、員工、董事會、合作夥伴以及支持者攜手同心，正一同展望夢想 — 建立在 50 年來的護理基石，並形塑一個每個人都能獲得所需以支持美好生活的未來。



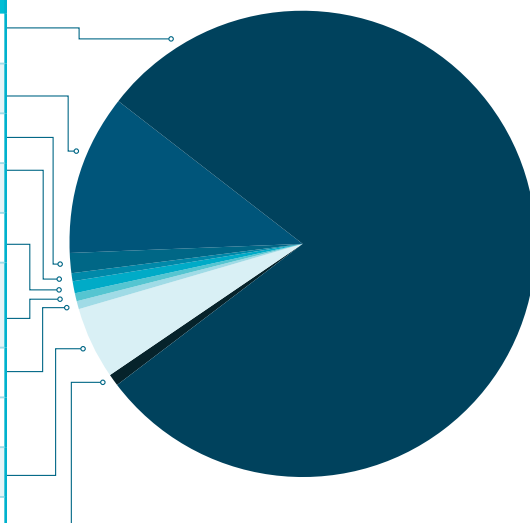
我們的財務狀況

營運收入和支出

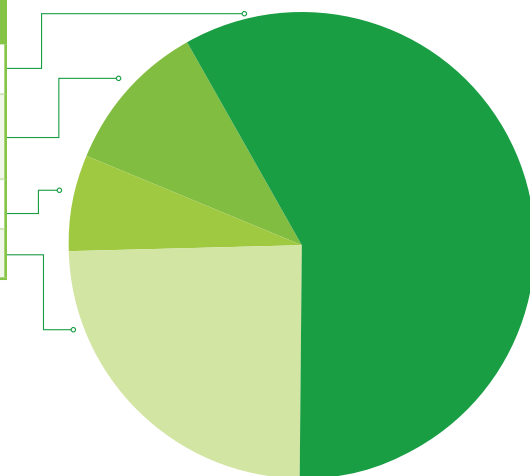
結數日期為2026年3月31日

透明度建立信任。以下是我們如何妥善管理資源，以支持我們社區的照護、計劃與服務。

	2025-2026		2024-2025
收入	\$25,355,343		\$23,269,542
安省健康局	\$20,087,541	79.2%	\$15,130,917
安省衛生廳	2,851,761	11.2%	3,913,886
多倫多市	328,440	1.3%	294,677
大多倫多公益金	166,121	0.7%	166,121
耆老事務廳	175,760	0.7%	153,411
食物權益 (前加拿大社區食品中心)	160,808	0.6%	129,759
加拿大公共衛生局	170,000	0.7%	170,000
加拿大健康部	0	0%	2,106,372
其他	1,262,750	5.0%	1,004,748
利息和租金	152,162	0.6%	199,651



支出	\$25,355,343		\$23,269,542
薪金和員工福利	\$14,853,254	58.6%	\$14,584,664
醫療用品、服務項目用品和雜項支出	2,614,557	10.3%	3,121,217
中心大樓營運、家具和設備	1,722,024	6.8%	1,911,784
外判合約服務*	6,165,508	24.3%	3,651,877



* 在 2025-26 年度，安省健康局 (OH) 給予合作計劃的資金已列入外包合約費用，其中包括：
用於HART 樞紐與房屋計劃的 \$2,789,329 一次性撥款；
以及用於T02AN的 \$2,379,539 基礎資金。

特殊用途資金

南河谷社區健康中心今年並沒有由健康社區計劃撥出任何資助。

這撮要報表摘錄自南河谷社區健康中心截至 2026 年 3 月 31 日年度經審計之財務報表。

我們的捐款人與資助機構

由2025年4月1日至2026年3月31日

我們的工作，皆因大眾的慷慨解囊才得以實現。

我們由衷感謝所有協助將關懷與連結帶入我們社區的捐款人、合作夥伴與支持者。

的捐款人

Adam Wasserman	Irene C.K. Lee	Nancy Gant
Aki Katsura	Irene Lee	Nathaniel Christou
Allison Buchan-Terrell	Ivi Egalik	Ngoc Quyen Wong
Amir Kazemil	James Bailey	Patricia Carson
Ann Peel	Jasmine Lam	Paul Genest
Ann Phillips	Jayne Caldwell	Perry Caicco
Anna Brooker	Jenna Smith	Peter Duckworth- Pilkington
Anne Simard	Jill Barber	Power Corporation of Canada
Ashley Collier	Joey Wong	Qian Yi Li
Audrey Chan	Judy Dunlap	Ravi Yee Joshi
Bea Cormier	Julie Lee	Robert Guerra
Beth Dixon	Kam Hung-Betrina Leung	Sarah Spence
Bruce Reimer	Kam-Hung Yu	Sima JJ Drugs Limited
Cecile Chan	Katherine Roup	So Ping (Kitty) Chan
Charlotte Weisberg	Kathleen Ko	Stella Yeung
Chris Moore	Keltech Ltd	Sue Peter
Claudia Calabro	Ken Thompson	Sunita Jiwrajka
Daisy Lee	Kristen Yee Joshi	Sylvia Pivko
Danielle Astrug	Kwan Oi Lee	Tahmina Akther
David Walmsley	Leslie Hutchison	Teena Pirrotta
Din Pho	Leslie Middaugh	Tran Ly
Dorian Baldwin	Lilian Yeung	Vanessa Opassinis
Duncan McDonald	Linda Boyko	Veronica Belcastro
Elena Lau Chan	Maria & Giuseppe Pirrotta	Woo Kim
Ella Ip	Mary Kathleen Harrison	Yeun Chu (Winnei) Wu-Jim
Esther Ip	Matthew Bruce	Yingie Sun
Gantavya Khanna	Matthew Jaekel	Yuen Ching (Jane) Chow
Gillian Parker	Maurice Smith	Yuk Ying Tse
Gord & Cathe Vandevalk	Melanie Christou	Zhaoqi Wang
Hasan, Munia		
Hsing Lu Hou		

主要資助組織





我們的服務地點

護理在許多地方實踐。在我們的各個服務地點中，我們打造了好客的空間，讓大眾能在這裡獲得支持、與他人連結，並感受到歸屬感。

955 Queen Street East

1245 Danforth Avenue

2 Gower St

(樂融長者中心)

2-14 The Market Place

(樂融長者中心/ 市場地點)

1156 Danforth 2nd floor

(東多倫多 HART 樞紐合)

688 Coxwell Avenue

(東多倫多 HART 樞紐合)

52 Cataraqui Crescent

(Oakridge 樞紐)

134 Sherbourne Street



South Riverdale
COMMUNITY
HEALTH CENTRE
南河谷社區健康中心

416.461.1925
srhc@srhc.com

srhc.ca

✕ @SRiverdaleCHC

f South Riverdale Community Health Centre

📷 @southriverdalechc

