



TÂY ỨC

BẢN TIN

Cộng Đồng Người Việt Tự Do Úc Châu/Tây Úc
Phát Hành vào mỗi Thứ Sáu đầu tháng – Số 11 NGÀY 04/06/2021

DIỄN TIẾN XÂY DỰNG TRUNG TÂM VĂN HÓA (TTVH) – 1 CURTIS WAY, GIRRAWHEEN.

- **Giấy Phép Khai Quang** (Clearance Permit): Cho đến hôm nay, việc xây dựng TTVH đang còn trong giai đoạn chờ giấy phép khai quang.
- BCH đang **cập nhật hóa các tiến trình xây dựng** gửi cho Quốc Hội Canberra để họ chuyển giao \$750,000.
- **Văn phòng cộng đồng trên đường Brisbane.** Cũng trong dự án chúng ta sẽ bán văn phòng trên đường Brisbane vì nó rất bất lợi: không có chỗ đậu xe cho đồng hương, tiền phí tổn corporate rất cao, và xa trung tâm người Việt. Trong tương lai, văn phòng CĐ sẽ được dời về TTVH số 1 Curtis way Girraween để thuận tiện cho mọi người.
- **Thành Lập Ủy Ban Xây Dựng TTVH:** Việc xây dựng TTVH sẽ rất cần đến nhiều bàn tay đóng góp. Quý thân hữu nào thấy mình có tay nghề đặc biệt, hay có khả năng hoặc kinh nghiệm về mọi lãnh vực như: xây cất, tài chánh, gây quỹ, quản trị, thiết kế, vườn tược,.....và nhất là có tâm nguyện muốn góp sức vào di sản văn hóa cho các thế hệ con cháu về sau, xin vui lòng liên lạc với Bs Dũng 0488042182 để cùng nhau xây dựng.
- **Phong Trào Thu Lượm Ve Chai:** trong tháng 5/21, số tiền kiếm được là \$985.50.
- Cảm ơn quý đồng hương và các anh em thiện nguyện đã đi thu góp Recycle cho CĐ, cho tới hôm nay trương mục Xây Dựng Trung Tâm Văn Hóa Cộng Đồng đã được số tiền là: \$165,519.52

Available

\$165,519.52

BSB 066-118 Account 1044 6058

- Vì lý do Covid-19 nên BCH sẽ không đi tham dự Đại Hội Cộng Đồng Liên Bang kỳ 26 tổ chức tại Darwin ngày 11-13/6/2021.

DANH SÁCH MẠNH THƯỜNG QUÂN ĐÓNG GÓP VÀO QUỸ XÂY DỰNG TRUNG TÂM VĂN HÓA TÂY ỨC (trong tháng 5/2021)

No.	TÊN HỌ	\$\$\$
01	ÔNG NGUYỄN THANH HƯƠNG	100.00
02	BÀ TRẦN THỊ HƯNG (SYDNEY)	200.00
03	BÀ HUỲNH HẰNG PHƯƠNG (SYDNEY)	200.00
04	CÔ NGUYỄN THỊ DUNG (SYDNEY)	200.00
05	BÀ LƯU THỊ BÍCH (SYDNEY)	200.00
06	ÔNG BÀ KHẨU TẤN LÂM	100.00
07	ÔNG BÀ MAI THIÊN NHÂN	200.00
08	ẤN DANH	50.00

TRƯỜNG VIỆT NGỮ CỘNG ĐỒNG TÂY ỨC

Tại **TRƯỜNG TRUNG HỌC GIRRAWHEEN**
Calvert Way – Girrawheen 6064

Giờ học: **2 giờ đến 4 giờ chiều - mỗi Thứ Bảy**
Nhận học sinh từ 5 tuổi trở lên. Ghi danh tại trường.

Lớp Học Tiếng Anh Miễn Phí

Cộng Đồng Người Việt Tự Do Tây Úc tổ chức lớp học tiếng Anh miễn phí:

- tại Trường Trung Học Girrawheen
- **Thứ Bảy hằng tuần từ 2 giờ đến 4 giờ.**
Ghi tên : 9328 9391

Giúp Đỡ Đồng Hương

trong việc điền các loại form nhà nước, liên lạc với những cơ quan chức năng, tìm hiểu thêm về đời sống ở Úc, giúp giải quyết khó khăn trong cuộc sống ...

Quý đồng hương cần giúp đỡ xin vui lòng liên lạc:

Văn Phòng Cộng Đồng Người Việt Tự Do
Unit 4-5, 155 Brisbane Street, Perth WA 6000.

Thứ Hai – Thứ Sáu: từ 10 giờ đến 16 giờ

Điện thoại: 9328 9391 hay Email: vpcdwa@gmail.com

Đồng hương có thể lấy BẢN TIN TÂY ỨC miễn phí tại Nhà Thờ Công Giáo, Quán Thế Âm Ni Tự, chùa Chánh Giác, văn phòng Cộng Đồng, phòng mạch Bác Sĩ & Nha Sĩ. Nếu quý vị nào muốn nhận Bản Tin Tây Úc online bằng màn hình và sớm, xin email về bantintayuc@gmail.com, hoặc điện thoại văn phòng Cộng Đồng 9328 9391, chúng tôi sẽ gửi Bản Tin cho quý vị qua email.

Ngoài ra quý vị có thể đọc Bản Tin trên 2 websites:

congdongvietwa.net hay Vietnamesewa.org.au

hay Facebook: [vietnameseCommunityinAustraliaWaChapter](https://www.facebook.com/vietnameseCommunityinAustraliaWaChapter)

CENTRELINK CÓ QUYỀN KIỂM TRA TÀI KHOẢN NGÂN HÀNG CỦA QUÝ VỊ KHÔNG?



Xin thưa là KHÔNG. Khi được hỏi là Centrelink có quyền vào trang mục ngân hàng để kiểm tra không? Ông Hank Jongen, Điều Hành của Services Australia cho biết: Centrelink KHÔNG CÓ QUYỀN xem tài khoản ngân hàng của bất cứ ai. Tuy nhiên Centrelink có thể dùng những dữ liệu tương ứng (data-matching) của những cơ quan khác trong chính phủ để truy tìm những người lãnh trợ cấp gian lận.

Thí dụ một người báo với Centrelink là lợi tức đi làm trong năm là 10,000 nhưng đến lúc khai thuế cuối năm thì khai lợi tức là 30,000. Con số sai biệt này sẽ báo động cho hệ thống dữ liệu tương ứng. Trong trường hợp như vậy Centrelink có quyền yêu cầu ngân hàng cung cấp dữ liệu về tài khoản mà không cần sự đồng ý của người bị điều tra.

Thông thường Centrelink không có quyền khấu trừ tiền từ tài khoản của người gian lận. Họ chỉ có thể giảm bớt tiền trợ cấp cho đến khi người gian lận trả hết nợ.

Để cho khỏi bị rắc rối về sau, nếu bạn đang hưởng trợ cấp mà nhận được một món tiền nào đó, dù ít hay nhiều cũng phải báo cho Centrelink biết trong vòng 14 ngày. Dựa vào nguồn gốc của số tiền đó, Centrelink sẽ liệt kê số tiền đó là lợi tức (sẽ ảnh hưởng đến tiền trợ cấp) hay không là lợi tức?

- Lợi tức : khi số tiền đó do buôn bán đồ vật hay nhà cửa hay tiền công làm việc ...
- Không lợi tức: nếu là quà tặng, hưởng gia tài hay tiền người khác trả nợ...

Khi bị Centrelink cắt hay giảm tiền trợ cấp, bạn có quyền gửi đơn kiện đến Administrative Appeals Tribunal trong vòng 13 tuần sau khi nhận quyết định của Centrelink.

Nguồn: www.welfarerightscentre.org.au

SINH TỐ D - VITAMIN D

Sinh tố D rất cần thiết cho con người vì :

- Giúp cho sự thẩm thấu chất vôi (calcium) ở bao tử
- Điều hòa lượng calcium trong máu.
- Giúp cho xương được cứng cáp.

Thiếu sinh tố D sẽ làm cho xương dễ bị gãy và đau nhức.

Sinh tố D có nhiều nhất do ánh nắng mặt trời rọi trên da và trong một số thức ăn như cá có nhiều chất mỡ (cá thu, cá hồi...), gan bò, cheese, lòng đỏ trứng, nấm ... Ngoài ra người ta còn cho thêm sinh tố D vào sữa, cốm, sữa chua, sữa đậu nành...

Nhưng tốt nhất vẫn là phơi nắng mỗi ngày từ 10 - 15 phút.

Tất cả mọi người từ trẻ nhỏ đến người già đều cần đến sinh tố D để tồn tại. Ở những nơi ít có ánh nắng mặt trời thì người ta cần phải uống phụ thêm sinh tố D viên. Trung bình khoảng từ 600IU đến 1000IU mỗi ngày.

CUỐI NĂM TÀI KHÓA - CHUẨN BỊ SẴN SÀNG CHO VIỆC KHAI THUẾ

Để chuẩn bị cho việc khai thuế cuối năm chúng ta cần phải:

1. Thu thập những dữ liệu về chi tiêu (hóa đơn) và giấy chứng nhận lợi tức trong khoảng thời gian từ 01/07/2020 đến 30/06/2021.
2. Chuẩn bị:
 - Nếu tự khai thuế thì phải có tài khoản myGov và sẽ nộp thẳng qua myTax. Thời gian nộp sẽ từ 01/07/21 đến 31/10/21.
 - Nhờ chuyên viên khai thuế (có đăng ký với sở thuế) khai dùm. Tuy nhiên phải hết sức cẩn thận vì có nhiều người gian sẽ lợi dụng sự nhẹ dạ tin người của quý vị để lấy chi tiết cá nhân mà làm những chuyện phi pháp khiến quý vị dễ dàng đi tù oan.
3. Những văn bản cần thiết khi nộp khai thuế:
 - Số thuế cá nhân
 - Chi tiết tài khoản ngân hàng để sở thuế trả tiền thuế dư vào thẳng tài khoản.
 - Chi tiết về lợi tức:
 - a) bảng lương,
 - b) lợi tức đầu tư,
 - c) tiền lãnh trợ cấp,
 - d) tiền lời ngân hàng ...dù ít hay nhiều cũng phải khai.
4. Chi tiết về chi tiêu hay khấu trừ:
 - a) Đóng góp các cơ quan từ thiện.
 - b) Chi phí liên quan đến công việc.
 - c) Medicare.
 - d) Chi tiết về lợi tức của vợ hay chồng.
 - e) Chi tiết của các khoản tiền hỗ trợ cho con (nếu có).

Việc lưu giữ hồ sơ từ đầu năm tài khóa sẽ giúp cho việc khai thuế của quý vị dễ dàng hơn. Tất cả những hóa đơn hay biên nhận cần phải được cất giữ tại một nơi an toàn.

Nếu quý vị cần giúp đỡ để điền tờ khai thuế, thì dịch vụ Tax Help sẽ sẵn sàng hỗ trợ miễn phí cho quý vị. Dịch vụ này chỉ dành cho người có lợi tức dưới \$60,000/ năm.

Hãy gọi số **13 28 61** để làm hẹn tại trung tâm Tax Help gần nhất. Khi đến gặp Tax Help, ngoài những giấy tờ đã kể ở phần trên, quý vị còn cần phải mang thêm:

1. ID và mật khẩu của tài khoản myGov, nếu chưa có tài khoản myGov thì các tình nguyện viên có thể sẽ giúp quý vị tạo tài khoản.
2. Mang theo điện thoại di động để nhận mã số truy cập vào myGov.

Nguồn: ato.gov.au/TaxHelp



COVID-19 & TÂY ÚC

Kể từ tháng 2/21, chiến dịch chích ngừa Covid-19 đã được phát động rộng rãi trên toàn nước Úc, cho đến đầu tháng 6 thì tổng số dân Úc được chích ngừa là 4.6 triệu, trong đó có khoảng hơn 500 ngàn (2.6%) đã chích đủ 2 liều. Riêng tại Tây Úc có hơn 467 ngàn người đã chích ngừa và 63 ngàn người đã chích xong liều thứ hai. (nguồn: Covidlive.com.au)

Mặc dầu đã được chích ngừa, nhưng chúng ta vẫn phải:

1. Thường xuyên rửa tay với xà bông hay nước khử trùng
2. Đứng cách xa nhau nơi đám đông, nếu có thể.
3. Dùng khẩu trang ở nơi đông người như sân bay, trên máy bay, xe bus, xe lửa...
4. Sử dụng thường xuyên SafeWA App.

CÓ NÊN CHÍCH ASTRAZENECA HAY CHỜ PFIZER ?

Mục đích của chích ngừa là để bảo vệ người đã được chích ngừa không bị lây bệnh và nếu có bị lây bệnh thì bệnh sẽ không bị nặng, thời gian cần phải điều trị sẽ không kéo dài.

Mặc dầu ở Úc chích ngừa không bị bắt buộc, muốn chích hay không là quyền tự do của mỗi người, nhưng nếu đa số mọi người trong cộng đồng đều chích ngừa cả, chỉ có một nhóm nhỏ không chịu chích ngừa, thì những người này khi mắc bệnh sẽ nặng hơn và thời gian nằm bệnh viện sẽ lâu dài hơn, tổn kém nhiều hơn. Đó là chưa kể đến những bất tiện khác như khi cần phải đi liên tiểu bang hay đi ra nước ngoài. Số lượng người trên trái đất được chích ngừa càng đông thì việc kiểm soát Covid-19 càng dễ dàng hơn.

Theo thống kê cho biết thì số người “do dự” trong việc đi chích ngừa ở Úc càng ngày càng đông, nhất là khoảng tuổi trên 50 (từ 42 % tăng lên 52%), sau khi biết rằng những người trên 50 chỉ được chích thuốc ngừa AstraZeneca mà không có sự chọn lựa nào khác.

AstraZeneca hay Pfizer ???

Hiện nay trên thế giới có khoảng 16 loại thuốc chích ngừa Covid-19, nhưng nước Úc chỉ dùng 2 loại là Pfizer và Astra, đến cuối năm 2021 thì có thêm Moderna (25 triệu liều)

	AstraZeneca	Pfizer
Kỹ Thuật	viral vector	mRNA
Nơi sản xuất	Anh- Úc (Melbourne)	Đức & Mỹ
Giá thành	\$3.00 - \$4.00	\$19.50
Nhiệt độ dự trữ và thời gian dự trữ	Nhiệt độ tủ lạnh thường (6 tháng)	Ấm 70 °C (6 tháng) Ấm 2 °C (5 ngày)
Mức độ hiệu nghiệm	90% - 95%	95%
Số liều chích	02	02
Thời gian giữa 2 lần chích	12 tuần	3 tuần
Số quốc gia đang sử dụng	172 quốc gia	103 quốc gia
Gây bệnh sau khi chích	KHÔNG	KHÔNG
Tuổi được chích	Trên 18 tuổi	Trên 16 tuổi
Số liều Úc đã đặt hàng	53.8 triệu	40 triệu

Ngoài biến chứng gây ra cục máu đông ở những người trẻ (rủi ro là 6 trường hợp trên 1 triệu người), AstraZeneca có mức độ hiệu nghiệm không thua gì Pfizer. Ngoài ra AstraZeneca còn được sản xuất tại Melbourne và có thể dự trữ ở nhiệt độ tủ lạnh thường (2 độ đến 8 độ), do đó việc di chuyển và bảo quản sẽ đỡ tốn kém rất nhiều.

Nếu so sánh thì biến chứng tạo cục máu đông do AstraZeneca (6/1,000,000) gây ra sẽ không thấm thía gì so với một số thuốc ngừa thai (1/1000). Biến chứng này sẽ càng thấp đối với những người cao tuổi.

Mới đây ở Do Thái, đã có một số trường hợp viêm tim xảy ra ở thanh thiếu niên sau khi được chích Pfizer. Thuốc chích ngừa nào cũng có thể gây biến chứng, nặng hay nhẹ tùy trường hợp.

Thái độ do dự này càng tăng thêm vì người ta tin rằng Pfizer là thuốc TỐT nên được xài trước trong giai đoạn 1a cho những người tuyến đầu và nhân viên y tế, AstraZeneca là thuốc KÉM nên sử dụng cho người dân.



Điều này không đúng, Pfizer được dùng trước vì được sản xuất sớm nên đa số dân Mỹ đều được chích Pfizer và khi đến Úc thì được ATAG công nhận trước.

Thực tế AstraZeneca ngoài mức độ hiệu nghiệm (95%) không thua gì những thuốc khác, còn cho thấy đã kiểm soát tốt đẹp những biến dạng ác hiểm của siêu vi ở Anh.

Do đó những ai còn đang ở trong tâm trạng “do dự - ngần ngại” hãy cân nhắc xem **biến chứng** (hiếm xảy ra) quan trọng hay là **sức khỏe của cá nhân và mọi người trong cộng đồng** quan trọng, rồi tùy theo đó mà quyết định.

Nếu bạn chọn đợi đến cuối năm để được chích Pfizer hay Moderna, thì chưa chắc những thứ thuốc bạn chọn sẽ có vào thời điểm đó và trong thời gian chờ đợi có thể không chừng bạn đã bị nhiễm bệnh rồi !!!

BA LIỀU VÀ SAU ĐÓ MỖI NĂM MỖI CHÍCH ?

Theo Giám Đốc Điều Hành của Pfizer, thì trong vòng 6 đến 12 tháng sau khi đã chích hai liều rồi, mọi người có thể sẽ cần phải chích thêm liều thứ ba. Rồi sau đó, hằng năm đều phải chích lại giống như chích ngừa cảm cúm.

Đây chỉ là một ý kiến và chưa được WHO xác nhận.

(Nguồn: NewYork Times)

Nếu lần đầu chích ASTRAZENECA thì lần sau có thể chích PFIZER được không hay ngược lại?

Hiện nay chỉ riêng ở Đức, dân chúng được quyền thay đổi loại chích thuốc. Còn tại những quốc gia khác thì lần đầu chích thuốc gì thì bắt buộc lần thứ hai phải chích cùng loại thuốc đó.

Tây Úc sẽ có công trình dành riêng cho cách ly mùa dịch

Theo tin mới đây, ông Roger Cook, Bộ Trưởng Bộ Y Tế Tây Úc cho biết, có thể Busselton sẽ được chọn để xây một công trình biệt lập dành riêng cho việc cách ly trong mùa dịch. Công trình này sẽ do chính phủ tiểu bang Tây Úc đảm trách với sự tài trợ của chính phủ liên bang. Busselton được chọn vì có sân bay dài cho phép các máy bay lớn đáp được, ngoài ra Busselton đất rộng nên dễ cho việc xây dựng. Busselton là thành phố du lịch ven biển nổi tiếng cách Perth 220km về phía Nam, nổi tiếng với cầu Jetty dài 1.8km.



CHƯƠNG TRÌNH COVAX

Úc và hơn 90 quốc gia giàu mạnh khác đã gia nhập chương trình COVAX, đây là một phần nỗ lực của thế giới trong việc đẩy mạnh sản xuất và phân phối một cách công bằng thuốc chích ngừa Covid-19.

Mục tiêu trong năm 2021 của chương trình là sản xuất và phân phối 2 tỷ liều thuốc chích ngừa.

Trong lượt phân phối đầu tiên (từ tháng 24/2/21 đến giữa năm 2021) CoVax dự định sẽ phân phối 336 triệu liều AstraZeneca và 1.2 triệu liều Pfizer cho 145 quốc gia, đa số trong vùng Thái Bình Dương và Đông Nam Á.

TIN VUI CHO NHỮNG NGƯỜI "SỢ KIM" KHI ĐI CHÍCH NGỪA BỆNH COVID-19

Công ty Vaxxas của Đại học Queensland phối hợp với Đại học Texas đã chế tạo ra một cách ngừa Covid-19 mà không phải dùng kim chích.

Người ta đã thí nghiệm cách ngừa Covid-19 này cho chuột và đã có kết quả mỹ mãn, còn tốt hơn dùng kim chích ngừa. Trên miếng keo (patch) có hàng ngàn mũi kim li ti cực nhỏ được tẩm thuốc ngừa. Miếng keo được dán lên da. Thuốc sẽ thấm qua da. Cách này sẽ mang lại kết quả ngay tức khắc và rất mạnh so với phương pháp cổ điển.

Theo Giáo sư Robert Booy, Đại học Sydney, dùng "patch" để ngừa bệnh có những điều lợi:

1. Không có kim nên không bị đau.
2. Không cần hệ thống lạnh bảo quản, do đó thuốc ngừa có thể phân phối tận những vùng xa xôi, đèo heo hút gió.
3. Vì chỉ dùng một lần, cho một người, nên không sợ bị truyền nhiễm.
4. Người dân, nếu có chỉ dẫn đính kèm, sẽ có thể tự dán cho mình mà không cần gặp nhân viên y tế.
5. Rất hữu hiệu trong trường hợp đại dịch.

(Nguồn: BrisbaneTimes.com.au)

BẠO HÀNH TRONG GIA ĐÌNH

Bạo hành trong gia đình có thể liên can đến chồng, vợ, con cái hay thân nhân bên nội, bên ngoại.

Tại Úc, bạo hành trong gia đình là phạm luật. Mọi người đều có quyền hưởng một cuộc sống không bị ngược đãi. Chính phủ Úc đã khai triển 12 Year National Plan To Reduce Violence Against Women And Their Children (2010-2022), nhằm mục đích làm giảm sự bạo hành đối với phụ nữ và con cái của họ.

Bạo hành gia đình là thói cư xử ngược đãi về thể chất, tình dục, cảm xúc hay tâm lý. Đây là cách dùng bạo lực để kiểm soát, chi phối hoặc làm cho người khác cảm thấy sợ hãi, hoang mang, bị xúc động.

Điều quan trọng bạn phải nhớ rằng bạo hành chưa bao giờ là điều bình thường trong bất cứ trường hợp nào. Người bạo hành có thể đưa ra nhiều lý do để bao che cho hành động bạo lực của mình hoặc đôi khi đổ lỗi cho nạn nhân. Trách nhiệm đối với hành vi bạo lực luôn luôn thuộc về kẻ bạo hành.

Bạn sẽ phải làm gì nếu bị lâm vào hoàn cảnh bị bạo hành?

1. Nói chuyện với một người thân mà bạn tin cậy
2. Xác định một chỗ an toàn để có thể tránh bị bạo hành trong thời gian ngắn.
3. Ghi nhật ký ngày, giờ xảy ra việc bạo hành.
4. Dùng điện thoại di động để chụp lại thương tích.
5. Báo cáo cảnh sát.
6. Liên lạc với dịch vụ trợ giúp về nạn bạo hành gia đình.

Bạn sẽ làm gì nếu bạn có người quen bị bạo hành gia đình

1. Lắng nghe: để cho người bị bạo hành có nhiều giờ bày tỏ, không ngắt lời, không chế nhạo.
2. Để giúp người bị bạo hành tự tin hơn, người nghe phải chứng tỏ là mình tin vào những lời họ kể.
3. Không bao giờ hỏi ngược hay vặn vẹo người bị bạo hành, phải nói với họ là họ không có lỗi khi bị bạo hành.
4. Bạn không cần làm người hòa giải mà chỉ cần làm người hỗ trợ cho người bạn bị bạo hành thôi.
5. Cho họ những chi tiết của các cơ quan giúp đỡ nạn nhân bị bạo hành.

ĐIỆN THOẠI NHỮNG CƠ QUAN HỖ TRỢ

- Cảnh sát: **000** (nguy hiểm đến tánh mạng) hay **131 444**
- Vietnamese Community in WA: **9328 9391**
- 1800RESPECT: **1800 737 732** (24 giờ)
- Crisis Care: **9223 1111** (24 giờ)
- Entrypoint Perth **1800 124 684** Homeless
- Lfeline WA : **13 11 14** (24 giờ)
- Women's Domestic Violence Helpline **9223 1188 - 1800 007 339**
- Kids Helpline **1800 551 800**
- Men's Domestic Violence Helpline **9223 1199 - 1800 000 599**