



TÂY ÚC

BẢN TIN

Cộng Đồng Người Việt Tự Do Úc Châu/Tây Úc
Phát Hành mỗi tháng - Số 22 - Tháng 06/2022

TIN TỨC SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG

- Ngày 25/5/2022 vừa qua, tại 01 Curtis way, Girrawheen, nơi chúng ta sắp sửa xây Trung Tâm Văn Hóa, Bộ Trưởng Sắc Tộc Dr Buti đã trao tặng thêm cho cộng đồng \$174,900 để dùng trang trải mọi thủ tục hành chánh và hoàn tất sơ đồ kiến trúc cho công trình xây dựng.
- Về ngân sách tài trợ thì chính phủ Liên Bang đã hứa \$750,000 từ năm 2019, và đảng Lao Động vừa hứa tặng \$1.6 triệu. Ngoài ra chính phủ Tiểu Bang cũng đã hứa tặng \$3 triệu từ năm 2021 thông qua Lotterywest. BCH đang làm việc ráo riết để đạt được những tài khoản này.
- Miếng đất 13,000m² tọa lạc trên số 1 Curtis Way Girrawheen đang chờ thủ tục hành chánh khai quang, song song với bản thiết kế họa đồ kiến trúc. Theo quy trình thì phải cứu xét trong 18 tháng mới được chấp nhận, nhưng chính phủ hứa sẽ rút còn 9 tháng cho chúng ta. Không đơn giản, BCH kêu gọi đồng hương, ai có khả năng và thiện tâm, tự nguyện đứng ra giúp thêm một tay, vì đây là công trình cho thế hệ con cháu mai sau của chính chúng ta.
- 10c RECYCLE :** Xin lưu ý quý đồng hương là nếu mình bỏ vô thùng recycle các thứ linh tinh **KHÔNG** thuộc diện 10c Recycle như: rác, đồ ăn thừa, đồ chơi, bình nhựa trắng đục (bình sữa, bình nước trái cây), hay chai nước uống không chịu gỡ bỏ nắp, thì mình sẽ bị trừ tiền thay vì được trả lại 10 cents!
Công Ty Thu Ve Chai chỉ trả 10 cents cho những chai có ghi 10cents (chai bia thì không cần).
- Xin đồng hương tiếp tục đóng góp để có thể xây dựng và bảo trì TTVH. Mọi đóng góp:
- Tiền mặt:* Xin giao cho thành viên của Ban Chấp Hành Cộng Đồng, chúng tôi sẽ gửi biên nhận cho quý vị sau.
- Chuyển ngân on-line:* Xin chuyển thẳng vào trương mục của CĐ:
Vietnamese Community – WA,
BSB: 066-118, A/C: 1044 6058
- Thứ bảy 18/6/2022, lúc 2 giờ chiều**, kính mời quý đồng hương đến tham dự **Phiên Họp Thường Niên** (Annual General Meeting) tại Hội Trường Trung Học Girrawheen số 34 Calvert Way, Girrawheen để nghe tường trình về tài chính, hoạt động, diễn tiến của Trung Tâm Văn Hóa và ra mắt Ủy Ban Xây Dựng cùng với các phương hướng sinh hoạt sắp tới của CĐ.
- Xin quý vị hãy bấm vào links:
<http://youtu.be/8RM-OctZGY>
<https://youtu.be/2FugF1pnN0g> để xem film **Australia The New Home Land 1 & 2** nói về người tị nạn VN tại Úc. Films rất hay, của Vietnam Film Club do ông Chu Lynch từ Hoa Kỳ sang thực hiện từ nhiều năm trước.
- Để đồng hành với mục đích làm sạch môi trường thì sau số báo này chúng tôi sẽ **chấm dứt in bản tin trên giấy**. Chúng tôi sẽ chỉ phát hành bản tin này trên Website, email, FaceBook của CĐ. Nếu quý vị nào muốn nhận Bản Tin Tây Úc online bằng màu và sớm, xin email về bantintayuc@gmail.com, quý vị có thể đọc Bản Tin trên website:
www.vietnamesewa.org.au hay FaceBook: [CongDongNguoiVietTuDoUcChauTayUc/vietnameCommunityinAustraliaWaChapter](https://www.facebook.com/CongDongNguoiVietTuDoUcChauTayUc/vietnameCommunityinAustraliaWaChapter).

CHUẨN BỊ CHO VIỆC KHAI THUẾ

Văn Phòng Thuế Vụ (Australian Taxation Office – ATO) vừa ra thông báo cho biết là trong năm 2022, ATO sẽ đặc biệt để ý đến những lãnh vực sau đây:

1. **Kế toán:** ghi chép và lưu giữ những giấy tờ liên quan đến thuế. Những khoản xin khấu trừ mà không có hóa đơn sẽ bị xem xét kỹ lưỡng hơn. ATO sẽ có biện pháp mạnh với những người cố tình khai gian để lấy lại tiền thuế nhiều hơn.
2. **Chi tiêu liên quan đến công việc:** trong thời gian 2 năm vừa qua, do dịch bệnh covid nên có một số người làm việc ở nhà (working from home). Những người này có thể xin khấu trừ (claim) một phần những chi tiêu như: tiền điện, tiền điện thoại hay tiền mua những dụng cụ, máy móc có liên quan đến việc làm.
3. **Thu & Chi của nhà cho thuê.** Nếu bạn có nhà cho thuê, bạn phải ghi đủ số tiền thu được do cho thuê nhà ngắn hạn hay dài hạn, tiền do hãng bảo hiểm trả và tiền đặt cọc (bonds).
4. **Lợi nhuận thu được (Capital Gains)** do việc bán tài sản bao gồm nhà cửa, cổ phiếu ... Thuế sẽ được đánh trên số tiền chênh lệch giữa giá bán và giá mua.

Mặc dầu có sự trợ giúp của các Chuyên Viên Khai Thuế nhưng người chịu trách nhiệm chính vẫn là cá nhân người khai. Trong thời gian này, để chuẩn bị cho việc khai thuế cuối năm tài khóa 21-22, bạn nên cố gắng tìm kiếm, thu lượm và hệ thống hóa những hóa đơn mà chúng ta đã chi có liên quan đến công việc, chứng từ ngân hàng và thẻ tín dụng. Ngoài ra để việc khai thuế được dễ dàng chúng ta phải nhớ 3 điểm quan trọng như sau:

1. Số tiền khấu trừ đã được dùng để chi cho chính cá nhân người khai chứ không phải chi cho người khác.
2. Chỉ xin khấu trừ những gì mà chúng ta được phép. Tiền chi phải liên quan với công việc hay tiền thu mà người khai nhận được. Không nên tìm cách khai nhiều hơn số tiền đã chi vì nếu phát hiện, người khai sẽ bị phạt nặng.
3. Tất cả tiền chi phải có hóa đơn kèm theo để chứng minh.

Hạn chót để khai thuế là: 30/10/2022

www.ato.gov.au

BỆNH ĐẬU MÙA KHÍ (MONKEYPOX)

Thời gian gần đây, truyền thông thường đề cập đến bệnh Monkeypox (Đậu Mùa Khí).

Đây là một loại bệnh hiếm, gây ra do một loại siêu vi giống như siêu vi gây bệnh thủy đậu (chickenpox) hay bệnh đậu mùa (smallpox). Bệnh thường xảy ra ở những vùng rừng nhiệt đới của Trung Phi và Tây Phi, ít khi lây lan qua những vùng khác.

Trường hợp đầu tiên phát hiện ở Úc vào ngày 20/05/22 tại Sydney và Melbourne, cả hai bệnh nhân đều đến từ Âu Châu.

TRUYỀN BỆNH: bệnh được truyền qua

- Vết thương ngoài da (mụn lở).
- Chất bài tiết của cơ thể.
- Vật dụng cá nhân: chăn mền, khăn....

TRIỆU CHỨNG:

Thời gian ủ bệnh (mắc nhưng chưa có triệu chứng) từ 5 đến 21 ngày.

Thời gian bệnh từ 2 – 4 tuần, gồm 2 giai đoạn:

- Thời gian đầu kéo dài từ 1 đến 5 ngày: bệnh nhân sẽ có triệu chứng giống như cảm (sốt, sưng hạch, nổi mẩn đỏ)
- Thời kỳ 2 : Mụn lở (blisters) giống như ở chickenpox nhưng lớn hơn xuất hiện trên mặt (95%), lòng bàn tay, lòng bàn chân (75%), trong miệng (70%).

Nếu bạn vừa du lịch ở nước ngoài về và có những triệu chứng nghi ngờ, nên đến gặp bác sĩ gia đình.

www.health.gov.au/health-topics/monkeypox-mpvmpx

LÀM GÌ ĐỂ CHỐNG LẠNH MÙA ĐÔNG

Ngoài Cảm Cúm và Covid, cái lạnh của mùa đông cũng là một nguyên nhân gây tử vong rất cao.

Vì khí hậu của Úc không quá lạnh như các nước phía bắc bán cầu, nên đa số nhà ở Úc chính phủ không đặt tiêu chuẩn bắt buộc chống lạnh.

Để chống lạnh chúng ta phải:

1. Khi ra đường mặc đủ quần áo ấm, vớ, nón, nếu ở trong nhà thì nên mang thêm vớ.
2. Giữ nhiệt độ trong nhà khoảng từ 22-23 độ. **KHÔNG** để nóng hơn! Nếu không giữ ấm được toàn nhà thì giữ ấm phòng khách và phòng ngủ. Đêm ngủ thì dùng thêm chai nước ấm hay mền điện nhưng chủ yếu là giữ không khí trong phòng ngủ ấm áp 22-23 độ.
3. Che những khe gió lùa ở cửa và cửa sổ.
4. Năng hoạt động để cơ thể phát nhiệt.

www.nia.nih.gov/health/cold-weather-safety-older-adults



MƯỢN TIỀN CHÍNH PHỦ WA KHÔNG LỜI (WA NON INTEREST LOAN SCHEME)



Để giúp đỡ những người dân lợi tức thấp có thể mua những vật dụng cần thiết cho cuộc sống như: tủ lạnh, máy giặt, lò sưởi..., mỗi tiểu bang đều có chính sách Mượn Tiền Không Lãi. Nếu được chấp thuận, số tiền cho mượn có thể lên đến \$1,500 để mua đồ gia dụng hay \$3,000 để mua xe. Số tiền nợ sẽ phải hoàn trả trong vòng 12 – 18 tháng mà không phải trả tiền lãi hay chịu một phí tổn nào hết.

ĐIỀU KIỆN ĐỂ ĐƯỢC MƯỢN NỢ

1. Sống ở Tây Úc. Nếu sống ở tiểu bang khác thì xin vào link www.goodshep.org.au để tìm cơ quan chính phủ cho mượn-nợ-không-lãi gần nơi bạn đang ở.
2. Có Health Care Card hay Pension Card hoặc lợi tức hàng năm dưới \$45,000/cá nhân hay \$60,000 cho gia đình.
3. Ở địa chỉ hiện tại trên 3 tháng.
4. Bạn là người phải trả toàn bộ các chi tiêu trong gia đình.
5. Có khả năng trả nợ.



TIẾN TRÌNH ĐỂ MƯỢN NỢ

1. Có đủ điều kiện để mượn nợ không?
2. Gọi **13NILS** hay số dưới đây làm hẹn:
 - Perth: ANGLICARE WA (9263 2199)
 - Mirrabooka or Cannington: MERCYCARE LENDING SERVICES (1800 268 472)
3. Gặp nhân viên để phỏng vấn và điền đơn.
4. Nộp đơn kèm với Tờ Khảo Giá (quote) của vật dụng muốn mua.
5. Thời gian cứu xét có thể kéo dài đến 2 tuần.
6. Nếu đơn được chấp thuận, họ sẽ trả tiền thẳng cho nơi bạn mua.

Bạn có thể hỏi văn phòng Cộng Đồng để được giúp. Số tiền nợ này **KHÔNG** được dùng để trả những thứ sau:

1. Tiền nhà, hay trả tiền nhà thiếu.
2. Thức ăn.
3. Tiền Gas, điện, điện thoại.
4. Tiền nợ, tiền phạt.
5. Tiền du lịch, mua quần áo.

Trong những trường hợp trên, Bạn có thể liên lạc:
www.waconnect.org.au hay
www.moneysmart.gov.au hay
www.financialcounsellingnetwork.org.au
(<https://moneysmart.gov.au/loans/no-interest-loans>)

KIỆT SỨC SAU KHI BỊ NHIỄM COVID (FATIGUE AFTER COVID)

Theo WHO (World Health Organisation) có khoảng từ 20% đến 30% người sau khi bị nhiễm Covid sẽ có cảm giác bị kiệt sức kéo dài rất lâu (từ 16-20 tuần). Cảm giác này sẽ ít hơn ở những người đã chích ngừa. *FATIGUE khác với Tiredness (mệt mỏi), vì nếu cảm thấy mệt mỏi chúng ta chỉ cần đi ngủ và sau giấc ngủ đầy đủ chúng ta sẽ khỏe trở lại. Trong khi Fatigue ngoài triệu chứng mệt mỏi người bệnh luôn buồn ngủ, đi đứng không vững, không thể suy nghĩ hay tập trung được, do đó xin được tạm dịch FATIGUE là kiệt sức (mệt mỏi cả thể xác lẫn tinh thần).*

Chúng ta sẽ phải làm gì nếu xui bị lâm vào tình trạng trên?

1. Nghỉ ngơi vừa thể xác và tinh thần: tắt TV, tắt điện thoại, ngủ càng nhiều càng tốt.
2. Mặc dầu cơ thể rất mệt nhưng hằng ngày phải cố gắng đi đứng, vận động.
3. Có thể sẽ bị mất khứu giác và khẩu vị làm bạn ăn không ngon hoặc không thích ăn, nhưng vẫn phải cố gắng ăn uống đầy đủ chất dinh dưỡng. Uống nhiều nước.
4. Mỗi người sẽ đáp ứng với bệnh mỗi cách khác nhau, do đó chúng ta nên cho cơ thể thời gian để tự bình phục. Có thể tham vấn BS Gia Đình.

GIỮ THỨC ĂN ĐÔNG LẠNH AN TOÀN

Thường để tiết kiệm, các bà nội trợ thường mua thịt, cá về đông lạnh để ăn dần. tuy nhiên trong quá trình rã đông đá và chuẩn bị làm thức ăn, chúng ta thường mắc phải một số lỗi làm cho thực phẩm không còn an toàn cho sức khỏe nữa.

1. Rã đông: Sau khi nhiệt độ của thịt, cá đông lạnh tăng dần lên 4 độ thì số vi trùng đã có sẵn trong thịt, cá (trước khi đông lạnh) sẽ sinh sôi nảy nở trở lại, do đó chúng ta không nên rã đông bằng cách để thịt cá đông lạnh ở chỗ rửa chén mà cách tốt nhất là rã đông ở ngăn mát trong tủ lạnh hay cho vào bao kín và ngâm trong nước lạnh (thay nước mỗi 30 phút), nếu dùng microwave để rã đông thì phải biến chế ngay để tránh vi trùng sinh sôi.
2. Giữ thực phẩm sạch bằng cách lau sạch rửa kỹ nơi, dụng cụ dùng biến chế thực phẩm và microwave sau mỗi lần sử dụng.
3. Khi ăn những thức ăn làm sẵn đông lạnh, phải theo đúng chỉ dẫn vì có thể những thức ăn này chưa được nấu kỹ.

4. Phải bọc kín thức ăn khi bỏ đông lạnh để tránh trường hợp thức ăn bị đổi màu khi đông lạnh (freezer burn) do thức ăn tiếp xúc với không khí. Thức ăn này vẫn ăn được nhưng mùi vị có phần thay đổi.
5. Đông lạnh rau cải:, rau cải phải được hấp hay luộc khoảng 2 phút sau đó bỏ vào nước có đá chườm nguội, để ráo và cho vào bọc kín trước khi bỏ vào đông lạnh. Rau cải đông lạnh khi ăn chỉ cần nấu với 1/2 thời gian nấu rau cải sống.

<https://www.foodsafety.com.au>

SONG TỊCH (DUAL CITIZENSHIP) (MỘT NGƯỜI MANG HAI QUỐC TỊCH)

LUẬT SONG TỊCH TRONG HIẾN PHÁP ÚC

Kể từ ngày 04/04/2002, chính phủ Úc đã cho phép công dân Úc được quyền có thêm quốc tịch của nước khác nếu nước đó cho phép.

Cuối năm 2015, chính phủ Úc đã tu chính Luật Quốc Tịch nhằm tước bỏ quốc tịch Úc đối với những người tội phạm hay có liên can đến khủng bố. Luật này chỉ áp dụng cho những người có hai quốc tịch.

LUẬT SONG TỊCH TRONG HIẾN PHÁP VIỆT NAM.

Việt Nam cũng theo trào lưu của thế giới nên đã tu chính luật và từ ngày 01/07/2009, người Việt Nam có quốc tịch nước ngoài mà muốn nhập quốc tịch VN cũng được đáp ứng.

Ngoài ra theo quy định của pháp luật Việt Nam người Việt Nam định cư ở nước ngoài mà chưa mất quốc tịch Việt Nam trước ngày 01/07/2009 thì vẫn còn quốc tịch Việt Nam. Điều này sẽ không áp dụng cho những người VN tị nạn (refugees) đi vượt biên qua đường biển, đường bộ và đã đến quốc gia khác với danh nghĩa Tỵ Nạn. Vì khi những người này rời khỏi VN, trước khi được đến đất nước thứ ba thì Cao Ủy Tỵ Nạn đã đặt cho họ là những người Vô-Tổ-Quốc (Stateless). Tóm lại những người Việt Tỵ Nạn vượt biên và con cháu của họ ở Úc hiện tại không phải là công dân Việt Nam. Dĩ nhiên những người đi đoàn tụ bằng máy bay hay du học, kết hôn vẫn còn quốc tịch VN theo quy định của chính phủ cs Việt Nam.

NGƯỜI CÓ HAI QUỐC TỊCH ÚC-VIỆT CẦN BIẾT:

1. Cho dù có bao nhiêu quốc tịch, người có quốc tịch Úc phải xử dụng Hộ Chiếu Úc khi ra hay vào nước Úc.
2. Nếu nước nào có chiến tranh, thì người mang quốc tịch của nước đó phải trở về nước để thi hành nghĩa vụ quân sự nếu bị gọi

3. Phải khai và đóng thuế cho cả hai nước.
4. Tòa Đại Sứ Úc ở VN sẽ KHÔNG thể:
 - Can thiệp với VN nếu bạn bị bắt giữ hay bị bỏ tù ở VN vì bất cứ lý do gì.
 - Tư vấn về luật pháp.
5. Chỉ có một điều lợi duy nhất là người có hai quốc tịch sẽ không cần phải xin visa khi ra hay vào hai nước. Cái lợi này rất nhỏ so với những bất lợi khác như nói ở trên.



www.smartraveller.gov.au

<https://sotuphap.haiduong.gov.vn/>

Các Hội Đoàn muốn đăng hình ảnh & tin tức sinh hoạt xin gửi thông tin đến Bản Tin qua [email bantintayuc@gmail.com](mailto:bantintayuc@gmail.com)
Rất cảm ơn.

TRƯỜNG VIỆT NGỮ CỘNG ĐỒNG TÂY ÚC

Tại TRƯỜNG TRUNG HỌC GIRRAWHEEN
Calvert Way – Girrawheen 6064

Giờ học: **2 giờ đến 4 giờ 15 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 hay tại trường.

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

CHƯƠNG TRÌNH PHÁT THANH VIỆT NGỮ

mỗi chiều thứ Sáu lúc 6 giờ

trên làn sóng 95.3 MHz của đài 6EBA-FM



ĐÓ VUI ĐỀ CƯƠNG 😊😊😊

Hai người cha và hai đứa con đi câu cá. Sau khi câu được 3 con cá, thì một người nói: "Thôi đủ rồi, chúng ta đi về!"
Xin cho biết tại sao họ chỉ cần 3 con cá?

Tại vì họ chỉ có 3 người thôi: ông nội đi với con trai và cháu nội.