



Changing Seasons

Changing Seasons Chinese & ESEA Community Project is a community network and platform founded in Sheffield by Stephanie Chung, Ana Chan, Kerre Chen and Dominic Ng (and part of the Sheffield Chinese Community Centre).

Inspired by the ESEA 2024 Heritage Awareness Month theme, Changing Seasons, this community project reflects the belief that, just as the seasons shift, so do our lives, identities and communities. Rooted in Sheffield's rich diversity, the project celebrates heritage and community while gently responding to the realities of ageing, memory loss and changing family roles with care and compassion.

The project supports people affected by dementia — individuals, families, carers and friends — with a particular focus on ESEA and wider BAME communities, where language, cultural differences and stigma can make it harder to access support. Changing Seasons creates safe, welcoming spaces that reduce isolation, encourage understanding and bring people together across generations and cultures through shared experiences such as food, art, music and storytelling.

Changing Seasons 華人及東亞與東南亞 (ESEA) 社區計劃 是一個社區網絡及平台，由 Stephanie Chung、Ana Chan、Kerre Chen 及 Dominic Ng 於英國雪菲爾 (Sheffield) 共同創立，並隸屬於 雪埠華人社區中心 (Sheffield Chinese Community Centre)。

此社區計劃靈感來自 2024 年 ESEA 傳承關注月 (Heritage Awareness Month) 的主題「**Changing Seasons** (四季變遷)」，反映一個核心信念：正如四季更替，我們的生命歷程、身份認同與社區亦不斷轉變。計劃植根於雪菲爾多元而豐富的社區背景，在慶祝文化傳承與社區精神的同時，以關懷與同理心回應長者老化、記憶流失及家庭角色轉變等現實需要。

本計劃支援受腦退化症 (認知障礙症) 影響的人士，包括患者、家人、照顧者及朋友，特別關注東亞與東南亞 (ESEA) 及其他少數族裔 (BAME) 社群。這些社群往往因語言、文化差異及污名化問題，而較難獲得適切的支援。Changing Seasons 致力營造安全、友善及包容的空間，減少孤立感，促進理解，並透過飲食、藝術、音樂及故事分享等方式，連結不同世代與文化背景的人。

Changing Seasons 华裔及东亚与东南亚 (ESEA) 社区项目 是一个社区网络与平台，由 Stephanie Chung、Ana Chan、Kerre Chen 和 Dominic Ng 于英国谢菲尔德 (Sheffield) 共同创立，并隶属于 谢菲尔德华人社区中心 (Sheffield Chinese Community Centre)。

本社区项目灵感源自 2024 年 ESEA 文化传承关注月 (Heritage Awareness Month) 的主题“**Changing Seasons** (四季变迁)”，体现了 一个核心理念：正如四季更替，我们的生命历程、身份认同和社区也在不断变化。项目扎根于谢菲尔德多元而丰富的社区环境，在庆祝文化传承与社区精神的同时，以关怀和同理心回应老龄化、记忆衰退以及家庭角色转变等现实需求。

项目致力于支持受认知障碍症 (失智症) 影响的人士，包括患者、家人、照护者和朋友，尤其关注东亚与东南亚 (ESEA) 及其他少数族裔 (BAME) 群体。这些群体往往因语言障碍

At its heart, **Changing Seasons** is about connection, dignity and belonging. It raises awareness, builds supportive networks and helps preserve cultural legacy by valuing older voices while ensuring younger generations feel included and seen. By breaking down barriers and fostering meaningful relationships, the project helps communities navigate change together and find hope in new beginnings.

Changing Seasons 的核心價值在於 連結、尊嚴與歸屬感。計劃提升社會對腦退化症的關注，建立互相扶持的社區網絡，同時珍視長者的聲音，並讓年輕一代感受到被接納與重視。透過打破障礙、建立有意義的關係，**Changing Seasons** 幫助社區攜手面對轉變，並在新開始中找到希望。

、文化差异及社会污名而更难获得适当的社会
、法律、医疗和情感支持。**Changing
Seasons** 通过营造安全、友善、包容的空间，
减少社会孤立，促进理解，并通过美食、艺术
、音乐和故事分享等方式，连接不同世代与文
化背景的人们。

Changing Seasons 的核心在于 连接、尊严与
归属感。项目通过提升公众认知、建立互助支
持网络，珍视长者的声音，同时让年轻一代感
受到被接纳与被看见。通过打破隔阂、建立有
意义的关系，**Changing Seasons** 协助社区共
同面对变化，并在新的开始中找到希望。