

Contact

South East



JAN - APR 2026

southeast.cdc.gov.sg facebook.com/secdc [@southeastcdc](https://instagram.com/southeastcdc)

WIN!

Stand to win FairPrice Group e-vouchers when you read this issue and subscribe to our e-version!

PAGE 25

Wellness For All

South East CDC is equipping residents with the knowledge, confidence and support to make healthier choices. **PAGE 4**



SE BUZZ

How our corporate partners are supporting residents and building community bonds.

PAGE 10



IN SERVICE

Mayor Dinesh shares his hopes for the district and plans for the future.

PAGE 16



SE CHANGEMAKER

An after-school programme that is transforming learning for disadvantaged children.

PAGE 20

CLUB100 SOUTH EAST

Transform lives in your community for just \$100 monthly, creating lasting impact for vulnerable residents.



\$100 provides 20 meals for a low-income resident



\$100 provides 1 month's worth of supermarket vouchers for a vulnerable senior



\$100 offsets 1 month of Service and Conservancy Charges (S&CC) or utilities arrears for a vulnerable family



\$100 uplifts a disadvantaged child/youth through 2 sessions of sports and academic coaching

Effortless giving for maximum impact:

- ☒ 250% tax deductions
- ☒ All donations directly help vulnerable residents
- ☒ Members-only networking events



Scan QR Code here to find out more



@SECDC



@southeastcdc



South East Community Development Council



<https://southeast.cdc.gov.sg/>

Contact South East

JAN - APR 2026

CONTENTS

02 Mayor's Message

CENTRESTAGE

04 Moving Forward Towards Healthier Living

SE BUZZ

06 Bringing Job Opportunities Closer To Youth

08 From Pitch To Life

10 Slices Of Joy, Pennies Of Wisdom

COMMUNITY CHAMPIONS

12 Putting Family At The Core

HELPING HANDS

13 Serving Up A New Beginning

IN SERVICE

16 One Year On

SE CHANGEMAKER

20 Care In The Community

SEE HOW WE LIVE

21 What You Really Need To Know About Hearing Loss

22 Lifelong Learning Isn't Just About Courses

23 Gentle Fitness That Fits Everyday Life

24 A Sprinkle Of Tradition In Every Bite

Contest

25 Spot The Difference/
JAN-APR 2026 Reader's Quiz



04



08



13



24

Editors
CAEN LEE
NURUL NAJIHA ROSLI

Publishing and Design Consultant

mediacorp
Senior Editor
RONALD RAJAN

Editor
DENNIS YIN

Assistant Lead Business Development
MICHELE KHO

Contributors
AUDRINA GAN, DILLON TAN,
LIONEL LAI, LIM JAE-LYNN,
KEENAN PEREIRA, LI SIHUI,
ROY YAP, WANG ZHIXIANG



No part of this publication may be reproduced in any form without the prior written consent of the Publisher. Every effort has been made to ensure that the contents of this publication are correct and up-to-date at the time of printing. Some details are liable to change. The publisher cannot be held responsible for any consequences arising from errors or omissions in this publication.

Printed in Singapore by
KHL Printing Co Pte Ltd.

MDDI (P) 021/09/2025
ISSN.0219-4031

WIN!

Participate in our Reader's Quiz and stand to win \$10 FairPrice Group e-vouchers!



THE NEXT CHAPTER



GET IN TOUCH

If you have any questions or concerns that you would like to highlight to the Mayor, please write in to:

Contact_South_East@pa.gov.sg
or mail your enquiries to:
Contact South East – Mayor
South East
Community Development Council,
Wisma Geylang Serai
1 Engku Aman Turn, #03-02
Singapore 408528

You may also follow the Mayor on Facebook at:
 **facebook.com/dineshvdash**
or on Instagram at
 **@dineshvasudash**

Dear Residents and Friends,

Over the years, *Contact South East* has shared stories of the people, partnerships and everyday efforts that shape our district to where it is today.

This issue marks a notable transition. Responding to feedback from our residents, we are shifting *Contact South East* from its traditional print format to a hybrid approach. Going forward, *Contact South East* will have two digital issues and a special edition in both print and digital formats to wrap up each year. This transition will allow us to reduce our carbon footprint while ensuring that we continue to stay connected with our residents and share the latest happenings in the community.

While we are making this shift, our commitment to supporting the community remains unchanged. This includes championing healthier lifestyles, creating opportunities for our youth, engaging our volunteers' capabilities and recognising their contributions, and strengthening partnerships with community and corporate organisations. Over the last six months or so, I have been heartened by the passion and commitment of volunteers, partners and community groups who continue to step forward to meet diverse needs across our district.

In this issue, you will discover efforts to promote community wellness through programmes such as *FairPrice Group Walk for Health @ South East*, and read about dedicated volunteers who form the backbone of many initiatives. You will also see how we are working with partners to support our youth through platforms like *Career Launch @ South East* and *Football Clinic @ South East*.

As we look ahead, my team and I remain committed to making South East District more inclusive, resilient and connected. Every programme, partnership and small act of care contributes to this shared goal. I thank you for being part of this journey, and I look forward to staying connected with you through both our digital platforms and our publications.



DINESH VASU DASH
Minister of State
Ministry of Culture, Community and Youth
& Ministry of Manpower
Mayor, South East District
Adviser to East Coast GRC GROs (Bedok)



Through *Football Clinic @ South East*, football served as a vehicle to build confidence and instil life skills in youth.



The second run of *Career Launch @ South East* was a two-day career fair that connected youth to job opportunities, in-demand sectors, and practical preparation for their career journey.



Corporate volunteers from SingFinance were involved in engaging senior beneficiaries from THK AAC @ Cassia.

迈向新篇章

亲爱的居民和朋友们，

多年来，《Contact South East》一直与大家分享塑造如今东南亚面貌的人物故事、伙伴关系以及日常点滴。

本期标志着该刊物的重要转变。为响应居民的反馈，我们将《Contact South East》从传统的印刷方式，调整为印刷与数码的混合方式。未来，《Contact South East》每年将出版两期数码版本和一期数码加印刷的特别版本。这一个转变将有助于我们减少碳足迹，让我们在推动环保的同时继续与居民保持紧密联系，及时分享社区最新动态。

在转型期间，我们服务社区的初心始终不变。这包括提倡更健康的生活方式、为年轻人创造更多发展机会、发挥志愿者的能力并肯定他们的贡献，同时加强与社区及企业机构的伙伴关系。过去半年多以来，志愿者、伙伴们以及各社区团体挺身而出，响应社区内多元化的需求，他们的热忱与付出让我备受鼓舞。

本期内容将带您了解我们如何通过平价集团健康步行在东南等活动促进社区健康，同时介绍多位默默耕耘并成为多个活动核心力量的

志愿者。您也将看到我们如何通过“职业起航@东南”职业展和足球训练营@东南等平台，与合作伙伴携手支持我们的青年。

展望未来，我与我的团队将继续致力于建造一个更具包容性、更有韧性、更紧密联系的东南区。每一项计划、每一次合作以及每一个关怀的举动，都是达成这一个共同目标，不可或缺的一环。感谢大家的一路同行，我期待通过《Contact South East》，继续与各位保持联系，携手共建更美好的东南区。

அடுத்த அத்தியாயம்

அன்பார்ந்த குடியிருப்பாளர்களே மற்றும் நண்பர்களே,

பல ஆண்டுகளாக, Contact South East ஆனது நமது வட்டாரத்தை இன்றிருக்கும் நிலைக்கு வடிவமைத்திருக்கும் மக்கள், பங்காளித்துவங்கள் மற்றும் அன்றாட முயற்சிகள் பற்றிய கதைகளைப் பகிர்ந்து வருகிறது.

இந்தப் பதிப்பானது குறிப்பிடத்தக்க மாற்றம் குறித்து தெரிவிக்கிறது. எங்கள் குடியிருப்பாளர்களின் கருத்துகளுக்குப் பதிலளிக்கும் விதமாக, Contact South East இதழை அதன் பாரம்பரிய அச்ச வடிவத்திலிருந்து கலவையான அணுகுமுறைக்கு மாற்றுகிறோம். எதிர்காலத்தில், Contact South East ஒரு வருடத்திற்கு இரண்டு மின்னிலக்கப் பதிப்புகளையும் ஒவ்வொரு ஆண்டும் அச்ச மற்றும் மின்னிலக்க இரு வடிவங்களிலும் ஒரு சிறப்புப் பதிப்பையும் கொண்டிருக்கும். இந்த மாற்றம் நமது கரியமில வாயு தடயத்தைக் குறைப்பதற்கு வழிவகுக்கும் அதே வேளையில், நமது குடியிருப்பாளர்களுடன் தொடர்ந்து இணைந்திருப்பதையும்

சமூகத்தின் சமீபத்திய நிகழ்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்வதையும் உறுதி செய்யும்.

இந்த மாற்றத்தை நாங்கள் மேற்கொள்ளும் அதே வேளையில், சமூகத்தை ஆதரிப்பதில் நாங்கள் கொண்டிருக்கும் அர்ப்பணிப்பு மாறாமல் உள்ளது. இதில் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறைகளை மேம்படுத்துவது, நமது இளையர்களுக்கான வாய்ப்புகளை உருவாக்குவது, நமது தொண்டோழியர்களின் திறன்களை ஈடுபடுத்துவது மற்றும் அவர்களின் பங்களிப்புகளை அங்கீகரிப்பது மற்றும் சமூகம் மற்றும் பெருநிறுவன அமைப்புகளுடன் பங்காளித்துவங்களை வலுப்படுத்துவது ஆகியவை அடங்கும். கடந்த ஆறு மாதங்களாக, நமது வட்டாரம் முழுவதும் உள்ள பல்வேறு தேவைகளைப் பூர்த்திச் செய்வதற்கு தொடர்ச்சியாக முன்வந்து பங்களித்து வரும் தொண்டோழியர்கள், பங்காளர்கள் மற்றும் சமூகக் குழுக்களின் அதீத ஆர்வம் மற்றும் அர்ப்பணிப்பைக் கண்டு மகிழ்ச்சியடைந்துள்ளோம்.

இந்தப் பதிப்பில், FairPrice Group Walk for Health @ South East போன்ற திட்டங்கள் மூலம் சமூக நல்வாழ்வை மேம்படுத்துவதற்கான

முயற்சிகளைப் பற்றி நீங்கள் அறிந்து கொள்வீர்கள், மேலும் பல திட்டங்களுக்கு முதுகெலும்பாக இருக்கும் அர்ப்பணிப்புமிக்க தொண்டோழியர்களைப் பற்றி படிப்பீர்கள். Career Launch @ South East மற்றும் Football Clinic @ South East போன்ற தளங்கள் மூலம் எங்கள் இளையர்களை ஆதரிக்க பங்காளர்களுடன் சேர்ந்து நாங்கள் பணியாற்றும் விதத்தையும் தெரிந்துகொள்வீர்கள்.

நாம் எதிர்காலத்தை முன்னோக்கிப் பார்க்கையில், தென்கிழக்கு வட்டாரத்தை அனைவரையும் உள்ளடக்கியதாகவும், மீள்திறனுடனும், இணைக்கப்பட்டதாகவும் மாற்றுவதில் நானும் எனது குழுவும் உறுதியாக இருக்கிறோம். ஒவ்வொரு திட்டமும், பங்காளித்துவமும், சிறிய பராமரிப்புச் செயலும் இந்தப் பகிரப்பட்ட இலக்கை அடைய பங்களிக்கின்றன. இந்தப் பயணத்தின் ஒரு பகுதியாக இருப்பதற்கு உங்களுக்கு நன்றி தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். மேலும் எங்கள் மின்னிலக்கத் தளங்கள் மற்றும் எங்கள் வெளியீடுகள் மூலம் உங்களுடன் இணைப்பில் இருக்க ஆவலுடன் காத்திருக்கிறேன்.

LEMBARAN SETERUSNYA

Para Penduduk dan Rakan-rakan yang Dihormati,

Sepanjang tahun-tahun yang lalu, Contact South East telah berkongsi kisah penduduk, kerjasama, dan juga usaha harian yang telah membentuk daerah kita ke tahap hari ini.

Keluaran ini menandakan satu peralihan yang penting. Sebagai menjawab maklum balas daripada para penduduk kami, kami akan mengubah Contact South East daripada bentuk cetakan tradisional kepada pendekatan hibrid. Selanjutnya, Contact South East akan mempunyai dua keluaran digital dan satu edisi khas dalam format cetak dan digital untuk menutup setiap tahun. Peralihan ini akan membolehkan kami mengurangkan jejak karbon sambil memastikan bahawa kami terus kekal berhubung dengan para penduduk kami dan berkongsi perkembangan terkini dalam masyarakat.

Sambil meneruskan peralihan ini, komitmen kami untuk menyokong masyarakat kekal tidak berubah. Ini termasuk memperjuangkan gaya hidup yang lebih sihat, mewujudkan peluang-peluang untuk belia, melibatkan keupayaan sukarelawan dan mengiktiraf sumbangan mereka, serta mengukuhkan kerjasama dengan masyarakat dan organisasi korporat. Sepanjang enam bulan yang lalu, saya merasa amat berbesar hati dengan semangat dan komitmen para sukarelawan, rakan kongsi dan kumpulan masyarakat yang terus tampil untuk memenuhi pelbagai keperluan di daerah kita.

Dalam keluaran ini, anda akan membaca tentang usaha-usaha untuk menggalakkan kesejahteraan masyarakat melalui program seperti 'FairPrice Group Walk for Health

@ South East', dan para sukarelawan yang membentuk tulang belakang pelbagai inisiatif dengan penuh dedikasi. Anda juga akan melihat bagaimana kami bekerjasama dengan rakan kongsi untuk menyokong belia kita melalui platform seperti 'Career Launch @ South East' dan 'Football Clinic @ South East'.

Sambil kita memandang ke hadapan, saya berserta pasukan saya kekal komited untuk menjadikan Daerah Tenggara lebih inklusif, berdaya tahan dan terhubung. Setiap program, kerjasama dan aksi keprihatinan yang kecil menyumbang kepada matlamat bersama ini. Saya mengucapkan terima kasih kepada anda kerana menjadi sebahagian daripada usaha ini, dan saya berharap dapat terus berhubung dengan anda melalui platform digital dan penerbitan kami.



Towards Healthier Living

From healthy grocery trips to practical nutrition talks and community caregiving, South East CDC is taking a holistic, ground-up approach to community wellness.

BY AUDRINA GAN AND KEENAN PEREIRA
PHOTOS BY LIONEL LAI AND ROY YAP

➔ Through a series of community initiatives, South East CDC is helping residents turn health knowledge into daily habits — from what they put on their plates to how they care for one another. Take the refreshed *FairPrice Group Walk for Health @ South East* campaign, which goes beyond encouraging residents to stay active. Building on the legacy of the former *Walk for Rice+* initiative, the campaign now places a stronger emphasis on holistic health and wellness — recognising that physical activity, nutrition and community support are interconnected elements of well-being.

TURNING GROCERY TRIPS INTO TEACHABLE MOMENTS

As part of the *FairPrice Group Walk for Health @ South East* campaign, a Healthy Grocery Trip session was held on 9 December 2025 to support 60 senior beneficiaries from Sunlove Active Ageing Centre @ Eunos. The participants had a guided grocery shopping experience at the FairPrice supermarket in Joo Chiat Complex, where each senior received \$100 in supermarket vouchers. Corporate volunteers from HP Inc. accompanied the seniors throughout the trip, offering guidance and support to help them make informed food choices.

For **Mdm Aisah D/O K Alavikutty**, 66, the experience made healthy eating more approachable. “The vouchers and

Healthy Grocery Trip have enabled me to buy healthier food choices for my family, thanks to the recommendations from the HP Inc. volunteer,” she shared. With guidance during the trip, she selected fruits, vegetables, eggs and lean protein. The impact extended to her household. “My youngest granddaughter, who enjoys cooking, will use the groceries I bought today to prepare healthy food for the family,” she said. Mdm Aisah also stays active and socially engaged at the active ageing centre and through family visits — a reminder that wellness encompasses both nourishment and meaningful connections.

VOLUNTEERS AS PARTNERS IN WELL-BEING

For HP Inc. volunteer and service sales specialist **Ms Anita Saigal**, the grocery trip was about companionship as much as nutrition. “I volunteer for this event because I like to be around senior citizens — their eyes tell me they need company,” she shared. Ms Saigal also highlighted why guided grocery trips matter. “Health grocery trips like this are important because sometimes people don’t know how to choose healthy food,” she said. “It’s important for people of

RIGHT: The Healthy Grocery Trip offers practical guidance to help participants make informed food choices that fit their needs and daily routines, while providing the space for volunteers to interact with beneficiaries.



ABOVE: The seniors who participated in the Healthy Grocery Trip benefitted from HP Inc. volunteers' guidance on making more informed grocery choices.

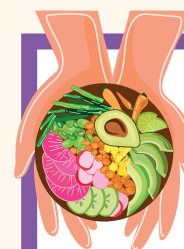


all ages to learn how to make healthy food choices and lead a healthy and active lifestyle.”

NUTRITION ADVICE RESIDENTS CAN ACT ON

The grocery initiative was complemented by a health talk delivered by a Health Promotion Board (HPB) nutritionist at Heartbeat@Bedok, which drew approximately 200 residents. Residents discovered that vegetable dishes are not automatically healthier choices — curry vegetables and sambal kangkong, for instance, can be high in fat. The nutritionist introduced wholegrains such as millet and oats, recommended consuming at least 60 grams of protein daily, and explained that unhealthy fats, rather than eggs, are the primary contributors to high cholesterol levels.

She also advised limiting sodium intake to 2,000mg daily, flavouring food with herbs and spices, requesting sauces on the side, and avoiding finishing soups or adding gravy to rice.



Learning to balance work, family and healthy eating

“I used to cook more often but nowadays I work part-time and take care of the kids, so I only cook on Sundays,” shared **Mdm Tok Mei Ping**, who attended the health talk with her children. “During the health talk, I learnt that we should only use about half a teaspoon of salt when cooking. I also learnt which foods contain more protein and fibre, so I can make healthier choices when I eat outside. I brought my kids here so they can understand the benefits of eating brown rice.”

For **Mdm Wong Yoke Leng**, 74, who lives alone and manages heart disease, high cholesterol and high blood pressure, the advice reinforced what she already practises. She plans to use the vouchers to purchase rice, fish, vegetables and healthier cooking oils such as olive oil so she can continue supporting herself independently.



LEFT: The health talk at Heartbeat@Bedok sought to address certain misconceptions about 'healthier' dietary choices, among other issues.

A COMMUNITY THAT CARES BEYOND THE CLINIC

Beyond nutrition and exercise, wellness in the South East District also means care that extends into homes and neighbourhoods. Over more than a decade, vulnerable seniors have built bonds with volunteers through *Neighbours for Active Living*, run in partnership with Changi General Hospital (CGH). Volunteers check in regularly on these seniors, offering them companionship and providing upstream interventions to help support their well-being.

The programme has since expanded into the *Circle of Care @ South East*, supporting residents aged 40 and above as well. Volunteer **Mr Yudi Ardina** shared how he supports a particular resident in his mid-30s. “He loves to cook but unfortunately, he’s bedbound,” he explained. “So when we visit, we act as his ‘hands and legs’ in the kitchen, allowing him to experience the joy of cooking again.”

At the *Neighbours for Active Living Volunteers' Appreciation Day* held on 31 January 2026 at the Resorts World Convention Centre, **Ms Jessica Tan**, Vice-Chairperson of South East CDC, reminded volunteers that “the care you show doesn’t stop with the person you help. Your actions travel further than you realise, strengthening connections and uplifting neighbourhoods in many ways.” Echoing this, CGH CEO **Clin Prof Ng Kee Chong** thanked volunteers for building “an empowered community where residents take ownership of their health journey, supported by healthcare professionals and neighbours who care”.

A COLLECTIVE JOURNEY TOWARDS HEALTHIER LIVING

At its heart, these three initiatives reflect a shared effort between residents, healthcare partners, volunteers and corporates. By pairing education with practical support and compassionate care, the initiatives empower residents to take ownership of their well-being, while strengthening the social fabric of the district. When communities walk together, and learn and care for one another, healthier living becomes not only achievable but sustainable as well.



LEFT & ABOVE: The vouchers received by residents are aimed at helping them buy healthier food items for their families.



Mayor Dinesh interacting with a young jobseeker at Career Launch @ South East.



Colour Confidence Talk in progress, where attendees learnt how colour choices can shape impressions at work and stand out the right way with greater confidence.

Bringing Job Opportunities CLOSER TO YOUTH

Career Launch @ South East returned for its second edition, offering youth a convenient, one-stop platform to explore job opportunities, emerging growth sectors and practical career preparation resources.

BY AUDRINA GAN • PHOTOS BY WANG ZHIXIANG

opportunities and gain exposure before starting the next chapter of her life. She shared that she hopes to pursue fields such as occupational therapy, life sciences or pharmaceutical studies, because she wants to help others more directly. Her earlier experience as a research intern at the Agency for Science, Technology and Research (A*Star) also shaped her perspective — while research work is meaningful, she feels most fulfilled when she can interact with people face-to-face.

When asked about technological innovations like the rise of AI, Ms Cham remained optimistic. Having learnt Python and gained exposure to Science, Technology, Engineering and Mathematics (STEM) concepts



The fair provided youth with opportunities to explore roles, seek advice and learn about current employer expectations.

SEEKING A CAREER THAT LETS HER HELP PEOPLE

For many youth, career decisions can feel overwhelming, particularly in today's evolving landscape shaped by technological advancement and global uncertainty. The event focused beyond simply job opportunities — it aimed to also help jobseekers build confidence in their career journeys, clarify their career directions, and gain insights about various career pathways and current employer expectations.

In the case of Ms Cham En Qi, 18, an A-Level graduate waiting to enter university, the career fair was a chance to explore part-time

through her school experiences, she believes that while technology may change the workplace, sectors like healthcare will always need a human touch.

WHAT EMPLOYERS ARE LOOKING FOR TODAY

At the fair, jobseekers could speak directly to employers and learn about real job requirements, beyond what they see in job descriptions. Ms Susan Teo, Chief Operating Officer of RMA Consultants Pte Ltd, shared on her organisation's diverse hiring needs across IT, finance, HR, marketing



BUILDING ON A STRONG START

Career Launch @ South East builds on the inaugural edition held at Parkway Parade from 27 October to 2 November 2025, which featured over 200 job roles and more than 1,100 vacancies across PMET and non-PMET positions. With the January edition bringing the event closer to residents in Bedok, South East CDC continues to strengthen support for youth — helping them discover opportunities, build confidence and take real steps forward in their career journey.

and communications, including positions that require a blend of technical expertise and strong people skills. For IT roles, candidates should have relevant technical capabilities such as Python and Java. For communications roles, she highlighted the importance of soft skills such as presentation abilities, interpersonal communication, social media proficiency and attention to detail.

Addressing concerns about AI's impact on employment, Ms Teo offered a balanced perspective. She acknowledged that AI would streamline processes and reduce repetitive tasks, but stressed that humans remain irreplaceable. She encouraged youth to stay adaptable and build their skills steadily over time. Ms Teo's advice was simple but valuable: take on internships, learn to work with different stakeholders, and develop teamwork and project delivery skills, because these are the experiences that make young candidates more attractive to potential employers.

CAREER COACHES: "INTERNSHIPS HELP YOU FIND YOUR BEST FIT"

Career coaches also observed a positive trend among fresh graduates. Ms Lim Xiao Yu, an e2i career coach, shared that more

fresh graduates are willing to start in junior roles, which makes employers more open to hiring them.

At the same time, she noted that job scopes have expanded in many industries. She cited operational executive positions as an example, explaining how roles that previously involved basic spreadsheet management might now encompass data management and analysis, and proficiency in using tools that enhance productivity and automate workflows. She advocated for young jobseekers to adopt an exploratory approach to career development — encouraging them to explore diverse internship opportunities, attend career fairs, and remain open to career options that extend even beyond their original field of study.

DRESS FOR CAREER SUCCESS: BUILDING CONFIDENCE BEYOND THE RESUME

Beyond job-matching and advice, the event also helped youth prepare for the workplace in a practical way. One highlight was the Colour Confidence Talk on 26 January, part of the "Dress for Career Success" segment. There were also personal colour analysis consultations across both days, where participants discovered their best shades and learnt tips on how to dress with confidence.



Attendees received personalised advice from prospective employers, who shared insights on internships, job roles and skills needed in today's workplace.



Mayor Dinesh with the coaches and participants of *Football Clinic @ South East*.



Mr Fandi Ahmad engaging the youth participants in drill exercises.

FROM PITCH TO LIFE

A new programme in the South East is using football to instil confidence and life skills in vulnerable youth.

BY KEENAN PEREIRA • PHOTOS BY SOUTH EAST CDC



Thirteen-year-old Easwar Kharthign is not old enough to have witnessed Mr Fandi Ahmad's historic career as a football player — but he was still awestruck when he met the local legend on 13 December 2025. The former Bedok Green Primary School student has been playing football since he was in Primary 2.

Easwar was among 30 youths aged 12 to 16 who participated in the first run of *Football Clinic @ South East*, which saw them being coached by Mr Fandi himself. Over the course of the morning, participants rotated through drills in ball control, passing and teamwork, before putting what they learnt into practice during mini-matches. Beyond technique, the emphasis was on discipline, communication and perseverance — qualities organisers hope will carry over into school and daily life. Mr Fandi

then shared personal reflections on sacrifice, rest and staying focused on studies.

The event was part of a new initiative by South East CDC that aims to develop life skills and build confidence through football. Mr Dinesh Vasu Dash, Mayor of South East District,

“I heard so much about [Mr Fandi] from my parents, so it was an honour to meet and learn from him.

Easwar Kharthign
(pictured left),
South East resident



ABOVE: Mr Fandi Ahmad imparting his wisdom and experiences to the young participants.

BELOW: More than just sharpening their football skills, the participants were taught lessons in discipline, communication and perseverance.



“I didn't think I would be able to keep up. But the coaches kept encouraging us. It reminded me that trying new things can be fun, and I realised I'm actually quite good at working in a team.

Putri Qaleysha, youth participant



says football was chosen because of the many transferable skills one can pick up. “Football builds discipline, teamwork and resilience, and if this can be harnessed positively — including in their education — our youth will overcome their current challenges and succeed. And when they do, the community celebrates and flourishes with them,” he said.

Indeed, the experience was a confidence boost for some, such as 12-year-old Putri Qaleysha, who had never played football seriously before. She admitted she was nervous at first.

Football Clinic @ South East is the first towards a broader programme expected to launch later this year. This will integrate sports training with

academic tutoring, mentoring and counselling, and will benefit some 50 youths as a start. Together, these initiatives are part of South East CDC's continued efforts to expand youth-focused initiatives to help youth thrive in school, at home, and within the community.



A COMMUNITY EFFORT

The clinic was supported by sponsors, Eltraco International Group and Bosses United, with Bedok Green Primary School as the venue sponsor. South East CDC also worked with other schools, social service agencies and the Ministry of Social and Family Development's Social Service Office @ Bedok to ensure its success.



ABOVE: Mayor Dinesh interacting with the youth participants, and with the corporate sponsors from Eltraco International Group and Bosses United.





SLICES OF JOY, Pennies of Wisdom

From sharing a festive meal with neighbours to learning money-smart habits through play, Canadian 2 for 1 Pizza and Prudential Singapore show how corporates can support residents while building stronger community ties.

BY AUDRINA GAN • PHOTOS BY ROY YAP



On 21 December 2025, Fengshan Community Club came alive with warmth, laughter and conversation, as neighbours gathered for an event that perfectly captured the spirit of the season. In celebration of both its 30th anniversary in Singapore and the nation's SG60 milestone, Canadian 2 for 1 Pizza distributed 3,060 quarter slices of pizza to residents from Bedok, Fengshan and Kampong Chai Chee — offering a small but meaningful treat during the festive period.

For 17-year-old Ms Tan Huizhen, who attended the event with her mother, the initiative offered more than just a meal. "We could each collect a slice of pizza and eat together as a family," she said. "Receiving free pizza during the festive season



The event's communal atmosphere presented an opportunity for residents to bond over a meal.

makes me really happy — it adds to the Christmas atmosphere in the neighbourhood." She added that sharing the meal in a communal setting made the occasion even more special. "Events like this bring families together. We get to sit, eat and chat with one another."

Mr Mohamed Mahadr, 63, who came with his wife, saw the event as a chance to forge new connections beyond his usual circle. "It's very generous of Canadian 2 for 1 Pizza to sponsor the food," he said. "These kinds of events help me meet neighbours I might not otherwise talk to." One encounter particularly stood out for him — a fellow Malay resident

“It felt timely to give back to the residents who have supported us for three decades. We also noticed many elderly residents collecting the pizzas — it was nice to offer them a chance to enjoy our food.”

Mr Mohamed Abdullah,
CEO of Canadian 2 for 1 Pizza



For Canadian 2 for 1 Pizza CEO Mr Mohamed Abdullah, the event allowed his team to directly impact residents.



Grassroots Adviser for East Coast GRC (Fengshan) Ms Hazlina Abdul Halim engaging with residents at the Canadian 2 for 1 Pizza distribution event at Fengshan Community Club.



Prudential's initiative helped children to improve their money habits, teamwork and fine motor skills through play.



The event marked a significant milestone in Canadian 2 for 1 Pizza's CSR journey.

who lived alone. "She shared her story with me, and I learnt where she stayed. That meant a lot."

GIVING BACK TO THE COMMUNITY THAT SUPPORTED THEM

For Canadian 2 for 1 Pizza, the distribution marked a significant milestone in its corporate social responsibility (CSR) journey. "We wanted to celebrate both SG60 and our 30 years in Singapore in a meaningful way," said its CEO Mr Mohamed Abdullah. "This is the first time we have organised a free pizza distribution as part of our CSR efforts."

Over the years, the company has supported a range of causes, including adopting beavers at Mandai Wildlife Reserve and partnering organisations such as ComChest and the National Kidney Foundation through its donation

platform. This initiative, however, stood out for its direct impact.

Behind the scenes, volunteers and staff worked closely to ensure the distribution ran smoothly. Among them was franchise owner, Ms Ivy Tan, for whom this experience marked her first time volunteering and one she found especially rewarding. "It was meaningful to be part of something that brought festive cheer to residents," she said. "Seeing their smiles made the effort worthwhile."

HELPING CHILDREN BUILD CONFIDENCE AND MONEY-SMART HABITS

A month earlier, Prudential led a community initiative with a different

focus: helping children develop essential life skills through play.

On 25 November 2025, Prudential partnered Care Community Services Society (CCSS), South East CDC and MacPherson Community Club to run the Get Fit! Get Lit! programme for children aged seven to 12. The day camp combined physical activities with Prudential's financial literacy programme, Cha-Ching, introducing concepts such as Earn, Save, Spend and Donate, while encouraging teamwork and fine motor development.

For Prudential volunteer and Senior Business Analyst Ms Janani Balachandran, the highlight was watching the children grow in confidence. "Teaching money-smart habits in a fun way is deeply fulfilling," she shared. "It's rewarding to see children become more curious and confident, and to pick up skills they can use in their daily lives."

She was especially struck by the energy in the room. "The enthusiasm was infectious," she said. "Watching the kids work together, cheer one another on and celebrate small wins was really heartening."

Through these initiatives, Canadian 2 for 1 Pizza and Prudential demonstrate that corporate social responsibility can extend beyond financial contributions — creating shared moments of connection, learning and encouragement that help communities grow stronger together.



Prudential's community initiative sought to combine physical activities with the introduction of financial literacy habits.



Ms Lee Su Min, PBM
Former Chairperson,
The Serangoon CC
Women's Executive Committee

PUTTING Family AT THE CORE

With 20 years of service behind her, **Ms Lee Su Min, PBM**, is still going strong, for the women and families of Serangoon.

BY KEENAN PEREIRA



Family comes first for Ms Lee Su Min — not just her own, but every family in Singapore. As the outgoing Chairperson of The Serangoon CC Women's Executive Committee, Ms Lee has helped organise numerous events for families of all sizes and backgrounds to come together.

The most memorable was a children's day carnival and baby fair that coincided with Singapore's golden jubilee in 2015. "Honestly, nothing makes me happier than seeing different generations bonding," said the 54-year-old, who is a mother of five.

Ms Lee's journey into community service began at a busy season of life. When she first started volunteering in Serangoon, she was raising young children of her own. "My history of volunteering

is even older than my youngest child," she reflected. "She's 17 now." A friend who knew about her knack for bringing people together encouraged her to start giving back in Serangoon. "When I joined, I saw why people got active in the community. There was a buzz to the group, and the environment was very warm and welcoming." After five years of service, she was invited to chair the Committee.

REACHING NEW HEIGHTS

During her tenure as Chairperson, Ms Lee encouraged all committee members to actively organise events. A fervent believer in women's empowerment, she hoped that having members lead initiatives would remind them of their abilities and build their confidence, while also showing that women can step

beyond traditional caregiving roles and shape community life. "A lot of my members are senior women, so this opportunity to give back is important to them."

She also expanded the types of events organised, to include programmes for adults and caregivers, influenced by her own experiences. She sees how younger parents need support and — as someone caring for an ageing parent herself — understands how important caregiver respite is. "We are being encouraged by our Adviser Ms Chan Hui Yuh to look at how we can support our caregivers and young parents." On this front, Ms Lee and her team are looking into events with childcare support, so that adults can enjoy some time away from their parenting duties.

After more than 15 years at the helm, Ms Lee is stepping down as Chairperson, but has no plans to slow down. At work, she continues to make her mark in the male-dominated construction industry, and will remain on the Committee as Vice-Chairperson. Looking ahead, she hopes to travel more and, in time, enjoy quiet hours of needlework — all while staying connected to the community she has helped build.

LIVENING UP THE COMMUNITY

Some of the programmes Ms Lee has helped organise include:

- Children's Day celebrations
- SG50 and SG60 family events for young families and multi-generational households
- Annual baby shows
- Reading programmes for children



SERVING UP A NEW BEGINNING

After struggling to find work for nearly a year, the former cabin crew member discovered his next chapter in hospitality through a localised career support initiative.

BY AUDRINA GAN • PHOTOS BY SOUTH EAST CDC



After a five-year stint as a cabin crew member with Singapore Airlines, Mr Xavier Ong found himself at a crossroad. Venturing briefly into the financial services industry and soon realising that his true passion laid in hospitality, he actively applied for various positions, but it proved challenging. He recalled an experience that jobseekers would find familiar. "The process was tougher than expected. I was unemployed for nearly a year," said Mr Ong, 35.

The South East resident turned to job fairs and was fortunate to find one that focused on service roles. Here, Mr Ong met Marina Bay Sands' Wine Director and their conversation reignited his interest in wine pairings, an interest cultivated during his time in the aviation sector. "He encouraged me to explore opportunities in the food and beverage industry, and potentially pursue further training and certification," said Mr Ong, adding that he was drawn to Marina Bay Sands for its reputation for excellence and career development opportunities.

Things moved quickly from there. "Within two days, I was invited for a walk-in interview and was offered

the role of Captain at Wakuda Restaurant & Bar, an award-winning restaurant. Although I was unfamiliar with the specifics of the role at first, I embraced the challenge, self-learning and adapting to the refined standards of Japanese dining."

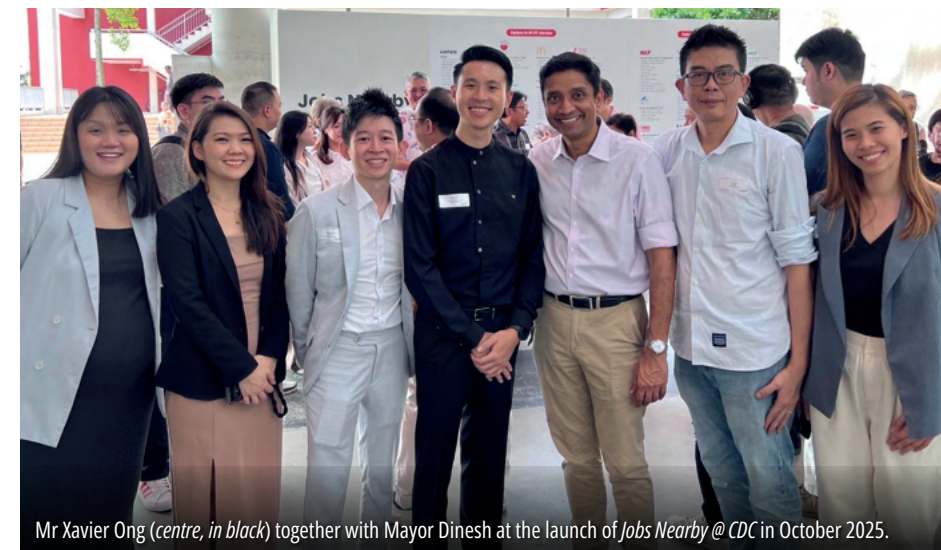
JOBS ALL AROUND

Mr Ong's golden opportunity resulted from him having visited a job fair organised by South East CDC in Bedok. While the role itself was not based near his home, Mr Ong said the proximity of the job fair to where he lives made a difference.

Such community job fairs complement the national *Jobs Nearby @ CDC* initiative, which brings employment support into neighbourhoods and connects residents with employers through community touchpoints.

The initiative also focuses on connecting individuals and employers through personalised guidance. For Mr Ong, conversations on the ground helped translate his experience in airline service into a hospitality role that matched his strengths.

His transition was supported by orientation sessions, which included



Mr Xavier Ong (centre, in black) together with Mayor Dinesh at the launch of *Jobs Nearby @ CDC* in October 2025.

a hospitality immersion programme alongside fellow frontline staff. This gave him a clearer understanding of service standards and expectations, while helping him settle into a new environment.

Today, Mr Ong finds satisfaction in guest engagement and delivering thoughtful service, particularly in wine pairings. Looking back, he credits the community-based support he received for helping him rediscover his path.

BRINGING JOBS TO NEIGHBOURHOOD



The *Jobs Nearby @ CDC* initiative connects residents with employment opportunities through community-based career fairs and personalised guidance, making job searches more accessible by bringing support directly into local neighbourhoods.

Contact number: 8086 7783

► **Braddell Heights Community Hub** (outside NTUC Health)
Every Tuesday, 10am to 4pm

► **Culinary Studio, Heartbeat@Bedok** (Level 1) beside Kampong Chai Chee Community Club
Every Thursday, 10am to 4pm

► **Bedok Reservoir-Punggol Job Hub**
Every Wednesday, 10am to 4pm

FIND OUT MORE

Whether you are a jobseeker looking for nearby employment opportunities or an employer seeking to hire local residents, *Jobs Nearby @ CDC* is here to help. Visit jobsnearby.cdc.gov.sg to start your journey.

开启全新篇章

在近一年的求职受挫后，这名前空服人员借助社区职业支援计划，在酒店与餐饮业开启了人生的新篇章。

曾在新航担任空服员长达5年的王善義先生，一度迷失在人生的十字路口。他曾短暂涉足金融服务业，但不久便发现自己真正热爱的是酒店服务业，于是积极应聘各类相关职位，但却屡屡碰壁。这段经历想必很多求职者都感同身受。“求职过程比预想中艰难得多。我几乎一年没有找到工作。” 35岁的王先生说道。

这位东南区居民将目光转向职业展，幸运地遇上了一场以服务业岗位为主的职业展。正是在这里，他结识了滨海湾金沙的葡萄酒业务总监，两人的交谈重新点燃了他对餐酒搭配的兴趣，这是他在担任空少期间培养的爱好的。他鼓励我去发掘餐饮业的发展机会，还建议我进修相关培训与专业认证。”王先生说道。他还表示，他被滨海湾金沙卓越的行业口碑和丰富的职业发展机会，深深吸引。

事情很快出现了转机。“才过了两天，我就获邀参加现场面试，并成功受聘为屡获殊荣,Wakuda Restaurant & Bar的餐厅领班。”起初我并不熟悉这份工作的具体要求，但我选择接受挑战，通过自学快速适应了日式餐饮的高规格服务标准。”

就业机会处处有

王先生的这次宝贵机遇，源于他参加了东南社区发展理事会在勿洛举办的职业展，而 he 也被滨海湾金沙的良好口碑打动。尽管这份工作的地点不在他家附近，但王先生表示，职业展就在家附近举行，这一点非常重要。

这类社区职业展配合全国性的社理会职业配对计划，把就业援助服务带入邻里社区，通过社区服务点为居民和雇主搭建对接桥梁。

此外，该计划也通过个性化就业指导，协助求职者更好地与雇主配对。对于王先生而言，正是现场的沟通交流，让他将航空服务经验成功转化为酒店服务业的职业优势，从而找到符合自己能力的岗位。

为了帮助他顺利融入岗位，公司为他安排了入职培训，其中包括和一线同事共同参与的酒店管理沉浸式培训计划。这让他更清晰地了解行业服务标准和职业期望，并顺利适应新环境。

如今，王先生在与顾客互动以及提供贴心服务方面找到了成就感，尤其在葡萄酒搭配方面更让其发挥所长。回顾这段经历，他坦言，正是社区提供的就业支援，帮自己重新找到了职业方向。

MENYEDIKAN PERMULAAN BAHARU

Selepas hampir setahun mengalami kesukaran mencari pekerjaan, bekas anggota kru kabin ini menemui lembaran baharu dalam bidang hospitaliti menerusi inisiatif sokongan kerjaya setempat.

Selepas berkhidmat selama lima tahun sebagai anggota kru kabin bersama Singapore Airlines, Encik Xavier Ong mendapati dirinya berada di persimpangan. Menceburi industri perkhidmatan kewangan seketika dan tidak lama kemudian menyedari bahawa minat sebenarnya terletak pada bidang hospitaliti, beliau memohon pelbagai jawatan secara aktif, tetapi ia terbukti mencabar. Beliau teringat pengalaman yang biasa dialami oleh pencari kerja. “Prosesnya lebih sukar daripada yang dijangkakan. Saya menganggur selama hampir setahun,” kata Encik Ong, 35 tahun.

Penduduk Tenggara ini mula mengunjungi pameran pekerjaan dan bernasib baik dapat menemui satu jawatan yang fokus pada peranan perkhidmatan. Di sini, Encik Ong bertemu dengan Pengarah Wain Marina Bay Sands dan perbualan mereka membangkitkan semula minatnya terhadap seni memadankan wain, minat yang dipupuk semasa beliau bekerja dalam industri penerbangan. “Beliau menggalakkan saya untuk meneroka peluang dalam industri makanan dan minuman, dan melanjutkan latihan dan pensijilan,” kata Encik Ong, sambil menambah bahawa beliau tertarik dengan Marina Bay Sands kerana reputasinya yang cemerlang serta peluang pembangunan kerjaya.

Semuanya bergerak secara pantas dari situ. “Dalam masa dua hari, saya dijemput untuk temu duga terbuka dan ditawarkan jawatan Kapten di Wakuda Restaurant & Bar, sebuah restoran yang memenangi anugerah. Walaupun saya tidak berapa tahu tentang perincian peranan tersebut pada mulanya, saya menerima cabaran itu, belajar sendiri dan menyesuaikan diri dengan standard masyarakat Jepun yang halus dalam menjamu selera.”

PELUANG PEKERJAAN DI MANA-MANA

Peluang keemasan Encik Ong timbul daripada lawatannya ke pameran pekerjaan yang dianjurkan oleh CDC Tenggara di Bedok. Walaupun pekerjaan tersebut tidak terletak berhampiran rumahnya, Encik Ong berkata jarak pameran pekerjaan tersebut dengan tempat tinggalnya membolehkan perbezaan.

Pameran pekerjaan masyarakat sedemikian melengkapi inisiatif nasional Jobs Nearby @ CDC, yang membawa sokongan pekerjaan ke kawasan kejiranan dan menghubungkan penduduk dengan majikan melalui pusat-pusat sentuhan masyarakat.

Inisiatif ini juga menumpukan kepada menghubungkan individu dan majikan melalui

bimbingan yang diperibadikan. Bagi Encik Ong, perbualan bersama masyarakat membantu menyesuaikan pengalamannya dalam perkhidmatan penerbangan kepada peranan hospitaliti yang sepadan dengan kekuatannya.

Peralihan beliau disokong dengan orientasi, yang merangkumi program penyerapan hospitaliti bersama rakan-rakan kakitangan barisan hadapan. Ini memberinya pemahaman yang lebih jelas tentang standard dan jangkaan perkhidmatan, sambil membantunya menyesuaikan diri dengan persekitaran baharu.

Hari ini, Encik Ong merasai kepuasan berinteraksi bersama tetamu dan memberikan perkhidmatan secara bertimbang rasa — terutamanya dalam seni memadankan wain. Apabila mengenang kembali, beliau menghargai sokongan berasaskan masyarakat yang diterimanya yang telah membantu beliau menemui semula laluan kerjayanya.



புதிய தொடக்கத்திற்கு உத்வேகத்துடன் ஆயத்தமாகுதல்

கிட்டத்தட்ட ஒரு வருடம் வேலைத் தேடி சிரமப்பட்ட பிறகு, முன்னாள் விமானப் பணிக்குழு உறுப்பினர் உள்ளூர் வாழ்க்கைத்தொழில் ஆதரவுத் திட்டத்தின் மூலம் உபசரிப்பு பிரிவில் தனது அடுத்த அத்தியாயத்தைக் கண்டுபிடித்தார்.

சிங்கப்பூர் ஏர்லைன்ஸில் விமானப் பணிக்குழு உறுப்பினராக ஐந்து ஆண்டுகள் பணியாற்றிய பிறகு, திரு. சேவியர் ஓங் வாழ்க்கையின் இக்கட்டான நிலையில் சிக்கினார். நிதிச் சேவைத் துறையில் குறுகிய காலம் பணியாற்றியதில், விருந்தோம்பல் பிரிவிலேயே தனது உண்மையான ஆர்வம் இருப்பதை விரைவில் உணர்ந்த அவர், அப்பிரிவு தொடர்பான பல்வேறு பதவிகளுக்கு தீவிரமாக விண்ணப்பித்தார், ஆனால் அது அவருக்கு சவாலானதாக அமைந்தது. வேலை தேடுபவர்களுக்குக் கிடைக்கக்கூடிய பரீட்சையமான அனுபவத்தை அவர் நினைவு கூர்ந்தார். “இச்செயல்முறை எதிர்பார்த்ததை விட கடினமாக இருந்தது. கிட்டத்தட்ட ஒரு வருடம் நான் வேலையில்லாமல் இருந்தேன்,” என்று 35 வயதான திரு. ஓங் கூறினார்.

வேலை வாய்ப்புச் சந்தைகளில் கலந்துகொண்ட தென்கிழக்கு குடியிருப்பாருக்கு சேவைப் பணிகளில் கவனம் செலுத்தும் ஒரு வேலையைக் கண்டுபிடிக்கும் அதிர்ஷ்டம் கிடைத்தது. இச்சந்தையில், திரு. ஓங், மர்னா பே சேண்ட்ஸின் ஒயின் இயக்குநரை சந்தித்தார், அவர்களின் உரையாடல், விமானத்துறையில் பணியாற்றியபோது அவர் கற்றுக்கொண்ட உணவுக்குப் பொருத்தமான மதுவைத் தேர்வு செய்யும் பணி மீது அவருக்கு இருந்த ஆர்வத்தை மீண்டும் தூண்டியது. “உணவு மற்றும் பானத் தொழிற்சாலைகளில் உள்ள வாய்ப்புகளை ஆராயவும், அதில் மேற்படி பயிற்சி மற்றும் சான்றிதழைப் பெறவும் அவர் என்னை ஊக்குவித்தார்,” என்று கூறிய திரு. ஓங், சிறந்த செயல்பாடுகளிலும் வாழ்க்கைத்தொழில் மேம்பாட்டு வாய்ப்புகளிலும் நற்பெயர் பெற்ற மர்னா பே சேண்ட்ஸ் தனது கவனத்தை ஈர்த்ததாகவும் கூறினார்.

இதற்குப் பிறகு விஷயங்கள் விரைவாக நகர்ந்தன. “இரண்டு நாட்களுக்குள், நான் நேரடி நேர்காணலுக்கு அழைக்கப்பட்டேன், விருது பெற்ற உணவகமான வகுடா உணவகம் மற்றும் மதுக்கூடத்தில் கேப்டன் பணி எனக்கு வழங்கப்பட்டது. முதலில் அந்தப் பாத்திரத்தின் துல்லியமான விவரங்கள் குறித்து எனக்குப் பரீட்சயமில்லை என்றாலும், நான் சவாலை ஏற்றுக்கொண்டேன், சுயமாகக் கற்றுக்கொண்டு, ஜப்பானிய உணவுமுறையின் மறுவரையறை செய்யப்பட்ட தரநிலைகளுக்கு ஏற்ப என்னை மாற்றியமைத்துக் கொண்டேன்.”

எங்கும் காணப்படும் வேலைவாய்ப்புகள்

பிடோக்கில் தென்கிழக்கு சமூக மேம்பாட்டு மற்றும் ஏற்பாடு செய்திருந்த வேலைவாய்ப்பு சந்தைக்கு திரு. ஓங் சென்றிருந்தபோது அவருக்குக் கிடைத்த பொன்னான வாய்ப்பு, மர்னா பே சேண்ட்ஸின் நற்பெயர் பற்றி அவருக்கு அறிய செய்து, அவரது கவனத்தை ஈர்த்தது. இந்தப் பணி அவரது இல்லத்திற்கு அருகில் அமையவில்லை என்றாலும், அவர் வசிக்கும் இடத்திற்கு அருகில் நடைபெற்ற இந்த வேலைவாய்ப்பு சந்தை அவரது வாழ்வில் வித்தியாசத்தை ஏற்படுத்தியதாக திரு. ஓங் கூறினார். இத்தகைய சமூக வேலை வாய்ப்பு சந்தைகள், தேசிய அளவிலான Jobs Nearby @ CDC திட்டத்தை நிறைவு செய்யும் விதமாக உள்ளன, இது அக்கம்பக்கத்தினருக்கு வேலைவாய்ப்பு ஆதரவை நல்கி, சமூகத் தொடர்புப் புள்ளிகள் மூலம் குடியிருப்பாளர்களை முதலாளி நிறுவனங்களுடன் இணைக்கிறது.

இந்தத் திட்டம் நபருக்கேற்றபடியான வழிகாட்டுதல் மூலம் தனிநபர்களையும் முதலாளி நிறுவனங்களையும் இணைப்பதிலும் கவனம் செலுத்துகிறது. திரு. ஓங் அவர்களுக்கு, களத்தில் நடந்த உரையாடல்கள் விமானத்துறை சேவையில் அவருக்கு இருந்த அனுபவத்தை அவரது பலங்களாக இருக்கும் திறமைகளுடன் பொருந்தக்கூடிய விருந்தோம்பல் பாத்திரமாக மாற்றிட உதவியது.

அவரது மாற்றத்திற்கு நெறிப்படுத்தங்கள் துணைபுரிந்தன, இதில் சக முன்வரிசை ஊழியர்களின் ஆதரவு மட்டுமின்றி விருந்தோம்பல் ஈடுபாடு திட்டமும் அடங்கும். இது அவருக்கு சேவைத் தரநிலைகள் மற்றும் எதிர்பார்ப்புகள் பற்றிய தெளிவான புரிதலை அளித்த அதே வேளையில் புதிய தூழலில் அவர் பழகுவதற்கு உதவியது.

இன்று, திரு. ஓங் அவர்கள், விருந்தினர் ஈடுபாடு மற்றும் சிந்தனைமிக்க சேவையை வழங்குவதில், குறிப்பாக உணவுக்குப் பொருத்தமான மதுவைத் தேர்வு செய்யும் சேவைப்பணி குறித்து திருப்தி அடைகிறார். தான் கடந்து வந்த பாதையைத் திரும்பிப் பார்க்கையில், தனது பாதையை மீண்டும் கண்டுபிடிக்க உதவியதற்காக தனக்குக் கிடைத்த சமூக அடிப்படையிலான ஆதரவை அவர் பாராட்டுகிறார்.



ONE YEAR ON

Nearly a year into his term, **Mayor Dinesh Vasu Dash** reflects on the importance of listening first and how we are building a South East District that uplifts all residents.

BY KEENAN PEREIRA



It has been close to a year since Mr Dinesh took office as Mayor of the South East District. In that time, he has walked the ground across the district and met residents from all walks of life. These interactions have surfaced concerns ranging from youth employment to the pressures of an ageing population. We spoke to him about what he has learnt and what comes next.

IT HAS BEEN ALMOST A YEAR. WHAT HAVE YOUR FIRST IMPRESSIONS OF THE SOUTH EAST DISTRICT BEEN SO FAR?

The South East District has a very distinct character. People here are warm, caring and vocal — they will tell you exactly what they think, and I appreciate that. Being close to the sea gives the district a certain energy! There is also heritage, good food and a strong sense of community pride.

WHAT CONCERNS SURFACED MOST STRONGLY?

In my early conversations, two concerns came up repeatedly. Among youth, there was clear

anxiety about jobs and career progression. Many were keen to move forward but unsure how to navigate opportunities. Among seniors, cost-of-living pressures were top of mind, especially when inflation was high. The CDC vouchers have helped, but support must go beyond that. Listening to these concerns has shaped many of our CDC programmes.

YOU'VE PLACED A STRONG EMPHASIS ON YOUTH. WHY THIS FOCUS?

Partly because I'm a father of three — my eldest is in National Service, my second just completed his 'O' Levels, and my daughter is 13. Youth issues are personal to me. But beyond that, we must ensure our young people feel supported and heard.

That's the reason I had championed *Youth Festival @ South East* with my team to connect youth with job opportunities, career advisory services, financial literacy workshops, interactive talks and panel discussions, and wellness activities. Financial planning, especially, is something many of us did not learn early enough. If young people understand CPF, savings and investment decisions in their 20s, the long-term impact would be significant.

HOW DO YOU SEE THE RELATIONSHIP BETWEEN YOUNG PEOPLE AND GIVING BACK?

At every Edusave Awards ceremony, I tell students: achievement is not just about grades. It's about contribution. You can be financially rich but socially poor. If our youth don't give back — whether through volunteering, mentoring or supporting a cause they believe in — we weaken our social fabric. That sense of responsibility must start early.

“I've also learnt that youth prefer to be heard rather than lectured. In one session, they told me quite directly that they wanted me to listen more. That was fair. Leadership, to me, starts with listening.”



Mayor Dinesh Vasu Dash

BEYOND YOUTH, WHAT ARE YOU DOING TO SUPPORT VULNERABLE RESIDENTS, AND SENIORS IN PARTICULAR?

The South East District has a large number of rental flats. We're encouraging corporates to “Adopt a Block” — integrating Corporate Social Responsibility (CSR) efforts to bring support to vulnerable residents staying in rental flats, so businesses understand needs firsthand and build genuine relationships. We have also launched Club South East 100 (ClubSE100), where individuals can contribute \$100 monthly to fund academic-related and other needed support for vulnerable families.

At the same time, we are already a super-aged society. In areas like Bedok, easily, a quarter of the resident population is above 65 years old. That means more health-focused and socially engaging programmes. With such observation, we had evolved *Walk for Rice* into *Walk for Health*, encouraging residents to stay active while supporting families in need. Active ageing and social connection must go hand in hand.

HOW DO YOU RESPOND WHEN RESIDENTS OFFER FEEDBACK?

I listen carefully. The evolution of *Walk for Rice* is one example.

Feedback suggested broadening its focus beyond food support to overall health and wellness, and we adapted. I've also learnt that youth prefer to be heard rather than lectured. In one session, they told me quite directly that they wanted me to listen more. That was fair. Leadership, to me, starts with listening.

ON A LIGHTER NOTE — WHAT KEEPS YOU GROUNDED?

Short gym sessions help. I enjoy music. And I appreciate the food scene in Bedok — the markets at Block 58 and Block 16 are personal favourites. Ultimately, spending time with family keeps things in perspective.

AS YOU ENTER YOUR SECOND YEAR AS MAYOR, WHAT IS YOUR MESSAGE TO RESIDENTS?

Stay healthy. Stay connected. Be open to new experiences. Sometimes life feels overwhelming, but that shouldn't stop us from taking the first step. If we continue to listen, collaborate and care for one another, South East will remain a district that truly connects and supports its people.

Follow **Mr Dinesh Vasu Dash** on Facebook and Instagram to know more about his work

 facebook.com/dineshvdash
 [@dineshvasudash](https://www.instagram.com/dineshvasudash)

履職一年回顧

东南区市长迪内希上任即将满一年，他分享了“倾听为先”的服务理念，以及如何携手各方打造一个惠及全体居民的东南区。

迪内希就任东南区区长一职已接近一年。在此期间，他走访了区内各个场所，与各个领域的居民会面。在这些互动中，他倾听了居民的各种隐忧，从年轻人的就业问题到人口老龄化带来的压力。本刊就此对市长进行了专访，了解他的履职心得以及对未来的规划。

您履职快要满一年了。目前为止，您对东南区的初步印象如何？

东南区有相当鲜明的特点。这里的居民热情友善、关怀他人，同时也乐于表达意见——他们会坦率地说出自己的想法，我十分欣赏这一点。毗邻海边也为该区增添了独特的活力！此外，这里还拥有丰厚的文化底蕴、地道的当地美食，以及强烈的社区归属感与自豪感。

居民最关注的是什么？

在初期走访交流中，有两个问题被反复提及。对年轻人而言，他们普遍对就业和职业发展的不确定性感到忧虑。许多人渴望能在事业上有所建树，但却不清楚如何寻找机会。在乐龄人士当中，他们最关心的是生活成本压力，尤其是在通货膨胀较高的时期。社区发展理事会邻里购物券的发放提供了一定的援助，但我们的支持不能止步于此。正是这些居民真正关切的问题，指引着社理会各项计划的制定与推进。

您格外关注青年群体。背后的原因是什么？

一方面，我是三个孩子的父亲——大儿子正在参加国民服役，二儿子刚完成‘O’水准考试，而小女儿今年才13岁。青年问题与我息息相关。更重要的是，我们必须确保年轻人感受到被支持、被倾听。

这也是为什么我与我的团队倡导了“东南青年节”，通过就业机会对接、职业规划辅导、理财知识工作坊、互动讲座以及小组讨论，再加上身心健康活动等，协助青年发展职业生涯。尤其是财务规划，我们很多人年轻时都没有系统学习过。如果年轻人在20多岁就深入了解公积金、储蓄与投资规划，从长远来看他们将受益匪浅。

您如何看待年轻人与回馈社会之间的关系？

在每一场教育储蓄奖颁奖仪式上，我都会告诉学生们：一个人的成就不仅仅体现在学习成绩上，更在于对社会的回馈与奉献。一个人可以物质很富足，但在社会参与上却相当匮乏。如果年轻人不愿意回馈社会——无论是参与义工服务、为他人提供辅导，或者支持自己认同的公益事业——我们的社会纽带就会变得脆弱。这种责任感应当从小就开始培养。

除了年轻人以外，您将如何支持弱势居民，尤其是乐龄人士？

东南区有相当数量的租赁组屋单位。我们鼓励企业参与“认领组屋”计划，将企业社会责任与社区需求相结合，为居住在租赁组屋的弱势居民提供支持，让企业能直接了解需求并建立长远关系。我们还推出了“东南关怀100俱乐部”，鼓励居民每月捐出100元善款，为弱势家庭提供教育与其它必要援助。

与此同时，新加坡已是高度老龄化社会。在勿洛等地区，65岁以上的居民占比已经高达四分之一。这意味着需要开展更多以健康为导向、促进社交参与的计划。基于这一观察，我们将“为米步行”升级为“为健康步行”，鼓励居民保持活跃和健康，同时为有需要的家庭提供支持。活跃乐龄与社会联结必须齐头并进，缺一不可。

面对居民的反馈，您如何回应？

我会认真倾听。“为米步行”活动的升级就是其中一个例子。有居民建议将活动重心从单一的食物援助拓展至整体身心健康，我们采纳了这些意见并对活动作出了调整。我也了解到，年轻人更希望被倾听，而不是被说教。有一次，他们直接告诉我多听少说。这一建议非常中肯。在我看来，好的领袖能力都始于倾听。

轻松一点的问题——是什么让您保持平常心？

去健身房锻炼能帮我纾缓压力。我喜欢听音乐。还有，我很享受勿洛的美食——我个人最爱的是第58座和第16座的巴刹。而最重要的，是与家人的陪伴，让我始终不忘初心。

在迈入市长任期的第二年，您有什么想对居民们说的？

保持健康。保持联系。勇于尝试新事物。生活有时候会让人感到压力重重，但这不应该成为阻止我们迈出第一步的障碍。只要我们继续彼此倾听、携手合作、互相关怀，就能让东南区继续成为彼此联系、相互关爱的温馨社区。

SELEPAS SETAHUN BERLALU BANDAR

Hampir setahun menerajui penggalnya, Datuk Bandar **Dinesh Vasu Dash** mengimbas kembali peri pentingnya untuk kita mendengar dahulu, dan bagaimana kita membina Daerah Tenggara yang mempertingkatkan kehidupan semua penduduk.

Sudah hampir setahun sejak Encik Dinesh Vasu Dash memegang jawatan sebagai Datuk Bandar Daerah Tenggara. Dalam tempoh tersebut, beliau telah mengunjungi daerah ini serta bertemu para penduduk daripada pelbagai lapisan masyarakat. Daripada interaksi-interaksi ini, beliau mengetahui tentang keseimbangan penduduk, daripada pekerjaan beliau kepada tekanan penduduk yang semakin menua. Perbualan kami meneroka apa yang telah beliau pelajari dan apa yang akan dilakukan seterusnya.

SUDAH HAMPIR SETAHUN. APAKAH TANGGAPAN PERTAMA ANDA TERHADAP DAERAH TENGGARA SETAKAT INI?

Daerah Tenggara memiliki perwatakan yang unik. Penduduk di sini peramah, penyayang dan lantang — mereka akan memberitahu anda apa yang mereka fikirkan secara terus terang, dan saya menghargainya. Berada dekat dengan laut membuatkan kawasan ini bertenaga! Kawasan ini juga kaya warisan, terdapat makanan yang enak-enak, serta rasa kebanggaan terhadap masyarakat yang sangat kuat.

KEBIMBANGAN-KEBIMBANGAN APAKAH YANG PALING KETARA?

Dalam perbualan awal saya, dua kebimbangan timbul berulang kali. Di kalangan belia, terdapat kebimbangan yang jelas tentang pekerjaan dan kemajuan kerjaya. Ramai berminat untuk maju tetapi tidak pasti bagaimana untuk mencari peluang. Di kalangan warga emas, kos sara hidup menjadi tekanan utama, terutamanya apabila inflasi tinggi. Baucar CDC membantu, tetapi sokongan harus melangkaui daripada itu. Mendengarkan kebimbangan-kebimbangan ini telah membentuk banyak program-program CDC kami.

ANDA TELAH MEMBERI PENEKANAN YANG KUAT KEPADA BELIA. MENGAPA TUMPUAN INI?

Sebahagiannya kerana saya seorang bapa kepada tiga orang anak — anak sulung saya sedang menjalani Perkhidmatan Negara, anak kedua saya baru sahaja menamatkan Peringkat ‘O’, dan anak perempuan saya berusia 13 tahun. Isu-isu belia adalah isu yang peribadi bagi saya. Tetapi lebih daripada itu, kita harus memastikan golongan muda kita berasa diri mereka disokong dan didengar.

Itulah sebabnya saya telah memperjuangkan ‘Youth Festival @ South East’ bersama pasukan saya untuk menghubungkan belia dengan peluang-peluang pekerjaan, khidmat nasihat kerjaya, bengkel literasi kewangan, ceramah interaktif dan perbincangan panel, serta aktiviti-aktiviti kesejahteraan. Perancangan kewangan, terutamanya, adalah sesuatu yang ramai di antara kita tidak pelajari secukupnya di usia awal. Jika golongan muda memahami keputusan yang melibatkan CPF, simpanan dan pelaburan pada usia 20-an tahun, impak jangka panjangnya akan menjadi ketara.

BAGAIMANAKAH ANDA MELIHAT HUBUNGAN ANTARA GOLONGAN MUDA DAN BERBAKTI SEMULA?

Di setiap majlis Anugerah Edusave, saya beritahu pelajar-pelajar: pencapaian bukan sekadar gred. Ia adalah tentang sumbangan. Anda boleh kaya dari segi kewangan tetapi miskin dari segi sosial. Jika belia kita tidak berbakti semula — sama ada melalui kerja sukarela, bimbingan

atau menyokong usaha yang mereka percayai

— ia melemahkan fabrik sosial kita. Rasa

tanggungjawab mesti bermula awal.

SELAIN BELIA, APAKAH YANG ANDA LAKUKAN UNTUK MENYOKONG PENDUDUK YANG MEMERLUKAN, KHUSUSNYA WARGA EMAS?

Daerah Tenggara mempunyai bilangan flat sewa yang tinggi. Kami menggalakkan syarikat korporat untuk mengamalkan ‘Adopt a Block’ — mengintegrasikan usaha Tanggungjawab Sosial Korporat (CSR) untuk memberikan sokongan kepada penduduk yang memerlukan yang tinggal di flat sewa, supaya syarikat-syarikat memahami keperluan mereka secara langsung dan membina hubungan secara tulen. Kami juga telah melancarkan ‘Club South East 100 (ClubSE100)’, di mana individu-individu boleh menyumbang \$100 setiap bulan untuk membiayai sokongan berkaitan akademik dan sokongan lain untuk keluarga yang memerlukan.

Pada masa yang sama, kita sudah pun menjadi sebuah masyarakat yang sangat tua. Di kawasan seperti Bedok, sekurang-kurangnya seperempat daripada populasi penduduk berumur lebih 65 tahun. Ini memerlukan lebih banyak program yang fokus kepada kesihatan dan menarik secara sosial. Dengan pemerhatian sedemikian, kami telah mengembangkan ‘Walk for Rice’ kepada ‘Walk for Health’, menggalakkan penduduk agar kekal aktif sambil membantu keluarga yang memerlukan. Penuaan aktif dan hubungan sosial haruslah berjalan seiring.

BAGAIMANA ANDA RESPONS APABILA PENDUDUK MEMBERIKAN MAKLUM BALAS?

Saya mendengar dengan teliti. Evolusi ‘Walk for Rice’ adalah salah satu contoh. Maklum balas mencadangkan agar fokus kepada sokongan makanan ini diluaskan kepada kesihatan dan kesejahteraan keseluruhan, dan kami menyesuaikan. Saya juga belajar bahawa para belia lebih suka didengar daripada ‘diberikan kuliah’. Dalam satu sesi, mereka memberitahu saya secara terus terang bahawa mereka ingin saya lebih banyak mendengar. Itu adil. Kepimpinan, bagi saya, bermula dengan mendengar.

SECARA LEBIH SANTAI — APAKAH YANG MEMBERIKAN ANDA KETENANGAN?

Sesi gim yang singkat membantu. Saya suka muzik. Dan saya hargai suasana makanan di Bedok — pasar di Blok 58 dan Blok 16 adalah kegemaran peribadi. Paling penting sekali, meluangkan masa bersama keluarga memberikan saya ketenangan.

SAMBIL ANDA MEMASUKI TAHUN KEDUA SEBAGAI DATUK BANDAR, APAKAH MESEJ ANDA KEPADA PENDUDUK?

Kekal sihat. Kekal berhubung. Bersikap terbuka kepada pengalaman baru. Kadangkala hidup terasa membebankan, tetapi itu tidak sepatutnya menghalang kita daripada mengambil langkah pertama. Jika kita terus mendengar, bekerjasama dan mengambil berat antara satu sama lain, Daerah Tenggara akan kekal sebagai daerah yang benar-benar menghubungkan serta menyokong para penduduknya.

ஓராண்டு நிறைவில்

பதவியேற்று ஏறக்குறைய ஓராண்டு நிறைவடைந்த நிலையில், மேயர் தினேஷ் வாசு தாஸ், முதலில் செவிமடுப்பதன் முக்கியத்துவம் குறித்தும், அனைத்துக் குடியிருப்பாளர்களையும் மேம்படுத்தும் வகையில் தென்கிழக்கு வட்டாரத்தை தாம் கட்டமைத்து வரும் விதம் குறித்தும் சிந்தித்துப் பார்க்கிறார்.

திருவாளர் தினேஷ் வாசு தாஸ் தென்கிழக்கு வட்டார மேயராகப் பதவியேற்று ஏறக்குறைய ஓராண்டு ஆகிறது. இந்தக் காலகட்டத்தில், அவர் வட்டாரம் முழுவதும் களப்பணியாற்றி, அனைத்துத் தரப்பு மக்களையும் சந்தித்துள்ளார். இந்த உரையாடல்கள், இளையர் வேலைவாய்ப்பு முதல் மூப்படையும் மக்கள் எதிர்கொள்ளும் நெருக்கடிகள் வரையில் பல்வேறு கவலைகளை வெளிக்கொணர்ந்துள்ளன. அவர் கற்றுக்கொண்ட விஷயங்கள் பற்றியும், அடுத்து மேற்கொள்ளப்படவிருக்கும் நடவடிக்கைகள் குறித்தும் நாங்கள் அவரிடம் பேசினோம்.

கிட்டத்தட்ட ஒரு வருடம் ஆகிவிட்டது. தென்கிழக்கு வட்டாரம் குறித்த உங்கள் முதல் கருத்துப்பிழிகள் இதுவரை என்னவாக இருக்கிறது?

தென்கிழக்கு வட்டாரத்திற்கு ஒரு தனித்துவமான பண்பு உண்டு. இங்குள்ள மக்கள் அன்பானவர்கள், அக்கறையுள்ளவர்கள் மற்றும் தங்கள் எண்ணங்களை வெளிப்படையாகக் கூறுபவர்கள் – அவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்களோ அதை அப்படியே சொல்லிவிடுவார்கள். அதை நான் பாராட்டுகிறேன். கடலுக்கு அருகில் இருப்பது இந்த வட்டாரத்திற்கு ஒருவித ஆற்றலை அளிக்கிறது. மேலும், இங்கு மரபுடைமை, நல்ல உணவு மற்றும் வலுவான சமூகப் பெருமித உணர்வும் உள்ளது.

எந்தெந்தக் கவலைகள் மிகவும் வலுவாக வெளிப்பட்டன? எனது ஆரம்பகட்ட உரையாடல்களில், இரண்டு கவலைகள் மீண்டும் மீண்டும் என் கவனத்திற்கு வந்தன. இளையர்கள் மத்தியில் வேலைகள் மற்றும் வாழ்க்கைத்தொழில் முன்னேற்றம் குறித்த கவலை தெளிவாக இருந்தது. பலர் முன்னேறுவதற்கு ஆர்வமாக இருந்தபோதிலும், அந்த வாய்ப்புகளை எப்படி அடைந்து பயன்படுத்திக் கொள்வது என்பது குறித்து அவர்களுக்கு உறுதியாகத் தெரியவில்லை. மூத்தோர்களிடையே, குறிப்பாகப் பணவீகம் அதிகமாக இருந்தபோது, வாழ்க்கைச் செலவு நெருக்கடிகள் முதன்மையான கவலையாக இருந்தன. சமூக மேம்பாட்டு மன்றப் பற்றாச்சீட்டுகள் உதவியுள்ளன, ஆனால் ஆதரவு அதையும் தாண்டி இருக்க வேண்டும். இந்தக் கவலைகளைக் கேட்டறிந்தே நமது பல சமூக மேம்பாட்டு மன்றத் திட்டங்களை வடிவமைத்துள்ளோம்.

நீங்கள் இளையர்கள் மீது அதிக கவனம் செலுத்தியுள்ளீர்கள். இந்தக் கவனத்திற்கான காரணம் என்ன? நான் மூன்று பிள்ளைகளின் தந்தையாக இருப்பது இதற்கு ஓரளவு காரணம் என்று சொல்லலாம் – என் மூத்த மகன் தேசிய சேவையில் இருக்கிறார், என் இரண்டாவது மகன் சமீபத்தில் ‘O’ நிலைகளை முடித்துள்ளார், என் மகளுக்கு 13 வயதாகிறது. இளையர் பிரச்சினைகள் எனக்கு நெருக்கமானவை. ஆனால் அதையும் தாண்டி, தமக்கு ஆதரவு கிடைக்கிறது மற்றும் நமது கருத்துகள் கேட்கப்படுகிறது என்று நமது இளையர்கள் உணர்வதை நாம் உறுதி செய்ய வேண்டும். அதனால்தான், இளையர்களை வேலை வாய்ப்புகள், வாழ்க்கைத்தொழில் ஆலோசனை சேவைகள், நிதி எழுத்தறிவுப் பயிலரங்குகள், கருத்துப்பரிமாற்ற உரைகள், குழு விவாதங்கள், மற்றும் நல்வாழ்வு நடவடிக்கைகளுடன் இணையதற்காக, எனது குழுவடன் இணைந்து தென்கிழக்கில் இளையர் விழாவை (Youth Festival @ South East) நான் முன்னெடுத்தேன். குறிப்பாக, நிதித் திட்டமிடல் என்பது நம்மில் பலர் ஆரம்பத்திலேயே கற்றுக்கொள்ளாத ஒரு விஷயமாகும். இளையர்கள் தங்களின் 20களில் மத்திய சேம நிதி, சேமிப்பு மற்றும் முதலீட்டு முடிவுகள் குறித்து புரிந்துகொண்டால், அதன் நீண்டகாலத் தாக்கம் குறிப்பிடத்தக்கதாக இருக்கும்.

இளையர்களுக்கும் சமூகத்திற்கு அவர்கள் திருப்பி நல்கும் பங்களிப்பிற்கும் இடையில் உள்ள உறவை நீங்கள் எப்படிப் பார்க்கிறீர்கள்?

ஒவ்வொரு எடுசேவ் விருது வழங்கும் விழாவிலும், நான் மாணவர்களிடம் இவ்வாறு சொல்வதுண்டு: சாதனை என்பது வெறும் மதிப்பெண்களைப் பற்றியது மட்டுமல்ல. அது பங்களிப்பைப் பற்றியது. நீங்கள் பொருளாதார ரீதியாகச் செல்வந்தராக இருக்கலாம் என்றாலும், சமூக ரீதியாக ஏழையாக இருக்கலாம். நமது இளையர்கள் தொண்டரூபியம், வழிகாட்டுதல் அல்லது தாங்கள் நம்பும் ஒரு நோக்கத்தை ஆதரிப்பது போன்றவற்றின் மூலம் சமூகத்திற்கு அவர்கள் திருப்பி பங்களிப்பை நல்கவில்லை என்றால், நாம் நமது சமூகக் கட்டமைப்பை பலவீனப்படுத்துகிறோம். எனவே சமூகத்திற்கு பங்களிப்பை நல்கும் இந்தப் பொறுப்பை நல்கும் இந்நிதப் பொறுப்பைவ சிறு வயதிலேயே தொடங்க வேண்டும்.

இளையர்களைத் தாண்டி, எளிதில் பாதிக்கப்படக்கூடிய குடியிருப்பாளர்களுக்கு, குறிப்பாக மூத்தோர்களுக்கு ஆதரவளிக்க நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள்?

தென்கிழக்கு வட்டாரத்தில் அதிக எண்ணிக்கையில் வாடகைக் குடியிருப்புகள் உள்ளன. வாடகைக் குடியிருப்புகளில் வசிக்கும் எளிதில் பாதிக்கப்படக்கூடிய குடியிருப்பாளர்களுக்கு ஆதரவளிக்க, நிறுவனச் சமூகப் பொறுப்பு (CSR) திட்டங்களை ஒருங்கிணைத்து, “ஒரு புனோக்கைத் தத்தெடுக்குமாறு” நாங்கள் நிறுவனங்களை ஊக்குவிக்கிறோம், இதன் மூலம், வாந்தங்கள் தேவைகளை நேரடியாகப் புரிந்துகொண்டு உண்மையான உறவுகளை உருவாக்குகின்றன. மேலும், நாங்கள் ‘கிளப் சவுத் ஈஸ்ட் 100’ (ClubSE100) என்ற திட்டத்தையும் தொடங்கியுள்ளோம். இதில், எளிதில் பாதிக்கப்படக்கூடிய குடும்பங்களுக்கு கல்வி தொடர்பான மற்றும் பிற தேவையான உதவிகளுக்கு நிதியளிக்க, தனிநபர்கள் மாதந்தோறும் \$100 பங்களிக்கலாம்.

அதே நேரத்தில், நாம் ஏற்கனவே மிக மூப்படைந்த சமூகமாக இருக்கிறோம். பிடோக் போன்ற பகுதிகளில், குடியிருப்பாளர்களில் கால் பகுதியினர் ஏற்கனவே 65 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களாக உள்ளனர். இதன் பொருள், ஆரோக்கியத்தை மையமாகக் கொண்ட மற்றும் சமூக ரீதியான ஈடுபாட்டைத் தூண்டும் திட்டங்கள் அதிகம் தேவை என்பதாகும். இத்தகைய அவதானிப்பின் அடிப்படையில், ‘அரிசிக்கான நடை’ (Walk for Rice) என்பதை ‘ஆரோக்கியத்திற்கான நடை’ (Walk for Health) என நாங்கள் மாற்றியமைத்துள்ளோம். இது, தேவையுடைய குடும்பங்களுக்கு ஆதரவளிக்கும் அதே வேளையில், குடியிருப்பாளர்கள் கறுகறுப்பாக இருக்க ஊக்குவிக்கிறது. துடிப்பாக மூப்படைதலும் சமூகத் தொடர்பும் ஒருசேர்து நடைபெற வேண்டும்.

குடியிருப்பாளர்கள் கருத்துக்களைத் தெரிவிக்கும்போது நீங்கள் எப்படிப் பதிலளிக்கிறீர்கள்?

நான் கவனமாகக் கேட்பேன். அரிசிக்கான நடை (Walk for Rice) திட்டத்தின் பரிணாமம் இதற்கு ஓர் உதாரணம். உணவு ஆதரவைத் தாண்டி, ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியம் மற்றும் நல்வாழ்வு வரை அதன் கவனத்தை விரிவுபடுத்த வேண்டும் என்ற கருத்துக்கள் தெரிவிக்கப்பட்டன. அதற்கேற்ப நாங்கள் அந்தத் திட்டத்தை மாற்றியமைத்தோம். இளையர்கள் அவர்களுக்கு அறிவுரை கூறப்படுவதை விட, அவர்களுடைய கருத்துகள் கேட்கப்படுவதையே விரும்புகின்றனர் என்பதையும் நான் கற்றுக்கொண்டேன். ஓர் அமர்வில், நான் கருத்துகளை இன்னும் அதிகமாகக் கேட்க வேண்டும் என்று அவர்கள் என்னிடம் மிகவும் நேரடியாகவே சொன்னார்கள். அது நியாயமான விஷயம்தான். என்னைப் பொறுத்தவரை, தலைமைத்துவம் என்பது பிறரின் கருத்துகளைக் கேட்பதில் இருந்தே தொடங்குகிறது.

சிறிது ஞாபியாக பேசலாம் – உங்கள் எனு நிதானமாக வைத்திருக்கிறது?

சிறிது நேரம் உடற்பயிற்சி செய்வேன். எனக்கு இசை பிடிக்கும். மேலும், பிடோக்கின் உணவு வகைகளை நான் விரும்புகிறேன் – பிடோக் 58 மற்றும் பிடோக் 16-இல் உள்ள சந்தைகள் எனக்கு மிகவும் பிடித்தமானவை. எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, குடுப்பத்துடன் நேரம் செலவிடுவது விஷயங்களைச் சரியான கண்ணோட்டத்தில் பார்க்க உதவுகிறது.

மேயராக உங்கள் இரண்டாவது ஆண்டில் அடிபெடுத்து வைக்கும் இவ்வேளையில், குடியிருப்பாளர்களுக்கு நீங்கள் சொல்லும் செய்தி என்ன?

ஆரோக்கியமாக இருங்கள். இணைப்பில் இருங்கள். புதிய அனுபவங்களுக்குத் தயாராக இருங்கள். சில நேரங்களில் வாழ்க்கை பெரும் சுமையாகத் தோன்றலாம், ஆனால் அது முதல் அடியை எடுத்து வைப்பதிலிருந்து நம்மைத் தடுத்துவிடக் கூடாது. நாம் தொடர்ந்து ஒருவருக்கொருவர் செவியாய்த்து, ஒத்துழைத்து, அக்கறை காட்டினால், தென்கிழக்கு வட்டாரம் அதன் மக்களை உண்மையாக இணைத்து ஆதரிக்கும் வட்டாரமாகத் திகழும்.

CARE IN THE Community

CareKids, an after-school programme in MacPherson, is transforming learning for disadvantaged children through fun activities and volunteer mentoring.

BY KEENAN PEREIRA • MAIN PHOTO BY DILLON TAN



The mission of CareKids is simple: it aims to provide opportunities for children to develop their fullest potential and grow in character in a caring and nurturing environment. To do this, it offers a sanctuary for children from disadvantaged backgrounds to spend their time after school. Here, they are guided by volunteer mentors who help them with their homework and studies.

The programme is driven by the ethos of a curious mind and active learning. "It's not just structured learning in terms of assessment books, but through fun activities and educational games. We also provide a reading programme, because we found that many children struggle with it," shared Ms Catherine Foo, head of CareKids.

MEETING COMMUNITY NEEDS

CareKids is run by Care Community Services Society (CCSS) and currently serves the MacPherson community. Before starting the programme in 2023, the team combed through rental blocks in the area to better understand the needs of residents. "There are children in rental flats who don't have a conducive space to go to after school. They may not have

access to after-school care or enrichment classes, and the last thing we want is for them to engage with bad company," said Ms Foo.

Working closely with community partners such as South East CDC and MacPherson Community Club, CareKids has grown from strength to strength. When it started in 2023, CareKids catered to just five children. That number has grown to more than 60 at present. "Our partners have been by our side at every step," said Ms Foo. Besides helping to spread the word about the programme and providing a venue for it, partners

“When our Primary 6 children complete their PSLE, they're invited to return as volunteers and help the younger children with reading and basic English. There's no obligation — since the programme is free, the children don't owe anything back. Yet many choose to return and give back, which is deeply meaningful for the programme.”

Ms Catherine Foo, head of CareKids

CareKids, a child-focused initiative by **Care Community Services Society (CCSS)**, provides a nurturing environment for children aged 7 to 12, to explore, learn and grow with curiosity. Guided by the C.A.R.E. philosophy — Curious Minds, Active Learning, Responsible Choices, Empowered Living — the programme offers free learning support, which combines educational games, academic coaching and skills development to build resilience, life skills and confidence in children.

► CareKids currently runs its programmes at MacPherson Community Club, #02-02, 400 Paya Lebar Way, Singapore 379131. For more info, visit www.ccsscares.sg/care-kids/.



Ms Catherine Foo, head of CareKids, seeks to level the playing field for children from disadvantaged backgrounds.

also help enhance the programme offerings. She points to the collaboration with South East CDC as an example. "Through the CDC, we connected with insurance company, Prudential, which ran a unique financial literacy programme for our kids. These corporate partnerships add a different dimension to what we do."

THE NEXT LAP

To accommodate the growing number of children it impacts, CCSS has secured a venue at Project 808, Circuit Road. But there is also a need for volunteers. Ms Foo called for more volunteers to spend a few hours every week, sharing that this can have a great impact on children. "As the programme manager, I see first-hand how lives are transformed and touched by the volunteers. I remember asking a child once, 'What do you want to be when you grow up?' and she asked me if volunteering could be a job — because she wanted to make a difference in someone else's life. That interaction has been one of the most rewarding for me."



See HOW WE Live

Beyond the Myths

WHAT YOU REALLY NEED TO KNOW ABOUT Hearing Loss

Despite affecting more than 1.5 billion people worldwide¹, hearing loss remains one of the most overlooked health concerns, with many reluctant to seek the help they need.



When 52-year-old Mrs Tan first noticed changes in her hearing, the signs seemed minor — asking others to repeat themselves or losing track of conversations in noisy places. But as these moments became more frequent, she began withdrawing from gatherings and meetings. Embarrassed and unsure of what was happening, she kept her worries to herself, fearing the stigma often associated with hearing difficulties.

Her experience is common. Many people delay seeking help for years, not realising that early intervention can make a profound difference.

Mrs Tan's turning point came when her daughter encouraged her to get her hearing checked. Reluctantly, she visited a hearing specialist, where an audiologist conducted



A hearing care specialist fits a patient with a modern hearing aid during a consultation.

a comprehensive assessment and explained the nature of her condition. What struck her most was the reassurance that hearing loss is not a personal failing — it is a medical condition, and support is available.

She also learnt how far hearing technology has advanced. Gone are the bulky, whistling devices of the past. Today's hearing aids are sleek, discreet and designed to integrate seamlessly into daily life. After being fitted with modern aids, Mrs Tan was amazed by the sounds she had been missing — the laughter of her grandchildren, the rustling of leaves and the clarity of everyday conversations. With renewed confidence, she reconnected with loved ones and returned to social activities she once avoided.

Your Hearing Matters

If you or a loved one is experiencing hearing difficulties, consider seeking professional help. A full assessment and personalised care plan can make a life-changing difference. Like Mrs Tan, you, too, can rediscover the sounds that matter most and reconnect through meaningful conversations.



WHAT PEOPLE OFTEN GET WRONG

Research shows that treating hearing loss with hearing aids greatly improves communication, emotional well-being and quality of life. Yet misconceptions persist. Here are some common myths — and the facts:

MYTH **1**

Hearing loss only affects the elderly
FACT: People of all ages can develop hearing loss, often due to noise exposure, genetics, infections or certain medications.

MYTH **2**

Hearing aids are big, uncomfortable and obvious
FACT: Modern hearing aids are discreet, lightweight and custom-fitted. Many sit entirely inside the ear canal.

MYTH **3**

You only need hearing aids if your hearing is severely impaired
FACT: Early use of hearing aids for mild to moderate loss can slow further decline and support better cognitive and communication health.

MYTH **4**

If I ignore it, the problem will go away
FACT: Hearing loss is usually progressive and permanent. Leaving it untreated can lead to social isolation, depression and cognitive decline.



This article is contributed by 20dB Hearing, the largest network of audiology experts and centres across Singapore and Malaysia, established in 2002. Visit www.20dbhearing.com/sg for more information.

¹ World Health Organization. (2021). World Report on Hearing. <https://www.who.int/publications/i/item/world-report-on-hearing>



A conversation may spark interest, which then leads to further reading or searching online. Over time, these moments become part of daily life — learning that unfolds effortlessly, without feeling planned or formal.



Seniors pass on lived experience and practical knowledge, while younger family members introduce new tools and ways of doing things. These everyday interactions allow learning to flow both ways.



channels, what matters most is staying open to new ideas. Formats and platforms may change, but learning moves forward when people remain interested, ask questions and explore further. The medium is simply a way to carry information, while curiosity keeps learning alive and meaningful over time.



Learning does not have to involve long texts. Short articles, brief revisiting saved content are to digest content at their own pace. This makes learning more effective for those balancing work, family, and caregiving responsibilities.



Libraries, museums
neighbourhood walks remain
spaces for learning.
Programs extend these
spaces, allowing ideas
to be shared and passed along,
ensuring the learning
continues beyond the
program.



Bedok Reservoir Park

East Coast Park

Community clubs and courts

For those who prefer racquet sports, badminton and pickleball are played at public courts across Braddell Heights, Paya Lebar and Mountbatten.

Park connectors

Punggol Park

6 Stadium Riverside Walk at The Kallang

Enjoy wide, scenic paths along the water, with views of the National Stadium and city skyline. The flat terrain makes it well-suited for leisurely walks or light cycling, while open spaces provide room for stretching or informal group exercise.

fEast

A SPRINKLE OF TRADITION in Every Bite



Serunding kelapa is a traditional spiced coconut floss that brings comfort and tradition to the festive table.

Often prepared for festive gatherings, *serunding kelapa* is a humble yet much-loved spiced coconut floss found across Malay and Southeast Asian kitchens. Sweet, smoky and savoury, it adds warmth and depth to the table — whether sprinkled over *lontong* and *ketupat*, or enjoyed with rice and *kuih*.

INGREDIENTS

Serves: About 200 g

- 2 fresh coconuts, finely grated (about 300 g), or 200 g dried shredded coconut
- 125 ml coconut milk (if using dried shredded coconut)
- 1 stalk lemongrass, bruised
- 1 tsp salt
- 1 tbsp white sugar
- 1 tbsp *gula melaka*
- 3 tbsp coriander seeds (or 2 tbsp ground coriander)
- 1 tbsp fennel seeds (or 2 tsp ground fennel)
- 1 tbsp cumin seeds (or 2 tsp ground cumin)

SPICE PASTE

- 2 tbsp tamarind pulp (or 3 tbsp tamarind paste)
- 60 ml boiling water
- 1 large onion
- 3 red chillies
- 2 cloves garlic
- 2.5 cm ginger
- 2 tsp turmeric
- 1 tsp *galangal* paste

METHOD

- 1. Toast the spices:** Dry-fry the coriander, fennel and cumin seeds over medium-low heat until fragrant. Cool, then grind into a fine powder.

- 2. Make the spice paste:** Soak the tamarind in boiling water, then blend with the onion, chillies, garlic, ginger, turmeric, *galangal* and ground spices until smooth.
- 3. Cook the *serunding*:** In a large pan or wok, combine the coconut (add coconut milk if using dried shredded coconut), lemongrass and spice paste. Stir over medium heat until aromatic. No oil is needed.
- 4. Season and dry-fry:** Add salt, white sugar and *gula melaka*. Continue stirring gently until golden and lightly crisp.
- 5. Cool and store:** Remove the lemongrass and cool before storing in an airtight container.
- 6. Best served with:** *Lontong*, *ketupat* or warm rice.

Recipe adapted from singaporeanmalaysianrecipes.com



GIVE THESE CHALLENGES YOUR BEST SHOT AND STAND TO REAP THE REWARDS!

Winners for each challenge will stand to win FairPrice e-vouchers worth \$10



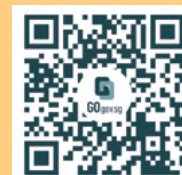
Spot The Difference

Circle the 5 differences in these two photos.



HOW TO WIN

Scan this QR code, or visit go.gov.sg/contest-cse to submit your entries



TERMS AND CONDITIONS



To take part in the contests, you will need to first subscribe to the e-version of *Contact South East* by scanning the QR Code. Do be sure to also 'Like' us on Facebook or follow us on Instagram too. These contests are only open to the residents of the South East District (Bedok, Bedok Reservoir-Punggol, Braddell Heights, Changi Simei, Eunos, Fengshan, Geylang Serai, Hougang, Joo Chiat, Kaki Bukit, Kampong Chai Chee, Kembangan, MacPherson, Marine Parade, Mountbatten, Paya Lebar and Serangoon). South East CDC staff and their immediate family members are not eligible. Residents who have already won this contest in 2025 will not be eligible. Limited to one winner per household.

Closing date: 21 May 2026

Reader's Quiz

JAN – APR 2026

1. (Walking Together Towards Healthier Living, pages 4-5)
At which FairPrice outlet did the Healthy Grocery Trip on 9 December 2025 take place?

- Kallang Wave Mall
- Joo Chiat Complex
- Parkway Parade
- PLQ

2. (From Pitch To Life, pages 8-9)
Which former national footballer served as coach at the Football Clinic @ South East on 13 December 2025?

- Fandi Ahmad
- V. Sundramoorthy
- Nazri Nasir
- Steven Tan

3. (Serving Up A New Beginning, pages 13-15)
Mr Xavier Ong's passion for his current job was first kindled by his five-year stint as a _____

- Military policeman
- Software programmer
- Cabin crew member
- Automobile mechanic



'Like' us at [f www.facebook.com/secdc](https://www.facebook.com/secdc)
'Follow' us at www.instagram.com/southeastcdc
and www.tiktok.com/@southeastcdc

Contact South East



southeast.cdc.gov.sg
facebook.com/secdc
@southeastcdc

Stay Connected with Contact South East

WE HEARD YOU! Following your valuable feedback, *Contact South East* will be embarking on a new journey with a hybrid approach, shifting from our traditional print format.

This transition allows us to reduce our carbon footprint while maintaining our commitment to keeping you connected and informed about all the latest happenings in our vibrant South East community.

Plus, look forward to a special year-end printed edition that will celebrate all the amazing moments, achievements, and stories that make the year truly memorable.

JOIN THE CONTACT SOUTH EAST COMMUNITY

Subscribe today at
go.gov.sg/cse-stayconnected



Need a print copy? Email
Contact_South_East@pa.gov.sg

