

Summer Activities Calendar

夏季活动日程表

2023 年 1 月

本日程表涵盖所有由塔斯马尼亚移民资源中心所举办的活动及社交外出。如您想参与任何活动或了解更多，请联系长者照顾与社区服务工作组，[03 62210999](tel:0362210999)，daycentre@mrcatas.org.au。

所有活动欢迎社交小组成员参与，但需预订您想参加的活动。

费用根据活动时长决定，也与是否接受以下项目支持有关：联邦政府家庭支持项目（Commonwealth Home Support Program）或者家庭关爱项目（Home Care Package）。若需交通协助来参与活动，请联系我们。若想参加塔州移民资源中心的社交支持小组，但还未注册我的长者照顾服务（My Aged Care），我们可帮您注册。您也可拨 1800200422，直接与 My Aged Care 联系。

塔州移民资源中心工作人员和志愿者不能抬举或搬运参与者。参与者须能独立或在照顾者帮助下上下车并参与活动。

我们的社会小组欢迎大家，我们鼓励多样性，并致力于包容性的实践和活动。



myagedcare



周一	周二	周三	周四	周五
2	3	4	5	6
			<p>上午 10:30—下午 1:30 不丹社交小组</p> <p>塔州移民资源中心， 格兰诺基 1A 安菲尔德 街 (1A Anfield Street, Glenorchy) 2 层</p> <p>活动：短途巴士出游</p>	

周一	周二	周三	周四	周五
9	10	11	12	13
		<p>上午 10:45 温和运动课堂</p> <p>地点: 意大利俱乐部 北霍巴特联邦街 (Federal Street) 77 号</p> <p>中午 12:00 – 下午 1:30 三道餐午餐, 套餐 意大利俱乐部</p>	<p>不丹社交小组 上午 10:30—中午 12:00</p> <p>活动: 种植和园艺活动 -邦宁斯 (Bunnings), 格兰诺基霍华德路 20 号 (20 Howard Road, Glenorchy)</p> <p>社交支持小组 中午 12:00—下午 2:00</p> <p>外出午餐—地点有待公布</p>	<p>社交支持小组小巴出游 —座位有限</p> <p>上午 10:30—下午 2:30 上午 10:30 从塔州移民 资源中心出发, 去往里 奇蒙 (Richmond) 参观 石桥, 并于当地咖啡厅 午餐。</p> <p>出发地点: 塔州移民资 源中心, 格兰诺基 1A 安菲尔德街 (1A Anfield Street, Glenorchy) 2 层</p> <p>下午 2:30 返回到塔州移 民资源中心</p>

周一	周二	周三	周四	周五
16	17	18	19	20
		<p>上午 10:45 温和运动课堂</p> <p>地点: 意大利俱乐部 北霍巴特联邦街 (Federal Street) 77 号</p> <p>中午 12:00 – 下午 1:30 三道餐午餐, 套餐 意大利俱乐部</p>	<p>不丹社交小组 上午 10:30 – 下午 1:00</p> <p>身心健康讲习班 讲师: 巴沙 (Barsha) 地点: 蒙特罗斯 (Montrose) 布鲁克 (Brooker) 高速公路, 蒙特罗斯前滩 (Montrose Foreshore) 社区公园</p> <p>社交支持小组 上午 10:30 – 中午 12:00</p> <p>活动: 种植和园艺活 动, 邦宁斯 (Bunnings), 格兰诺 基霍华德路 20 号 (20 Howard Road, Glenorchy)</p>	<p>社交支持小组 上午 10:00 – 下午 2:00</p> <p>户外烧烤与身心健康 活动—细节有待公布</p>

周一	周二	周三	周四	周五
23	24	25	26	27
		<p>上午 10:45 温和运动课堂</p> <p>地点: 意大利俱乐部 北霍巴特联邦街 (Federal Street) 77 号</p> <p>中午 12:00 – 下午 1:30 三道餐午餐, 套餐 意大利俱乐部</p>	<p>公共假期一无活动</p>	<p>社交支持小组</p> <p>中午 12:00—下午 2:00 外出午餐</p> <p>地点: 桑迪湾桑迪湾路 410 号来朋赌场木板路小酒馆 (Boardwalk Bistro, Wrest Point Casino, 410 Sandy Bay Road, Sandy Bay)</p>