秋季活动日程表

2023 年 5 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， daycentre@mrctas.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搀扶参加活動的长者。参加活動的长者须能自我行动或在照顾者帮助上下车。

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。

周一	周二	周三	周四	周五
1	2	3	4	5
	上午 8.30-下午 4.30 **健康生活小组** 雕塑步道-艺术农场桦树湾。3 刀入场费 凯特灵（Kettering）牡蛎湾旅馆吃午餐 **座位有限—小巴出行**	**上午 10:45** **温和运动课堂** *地点：意大利俱乐部北霍巴特联邦街（Federal Street）77 号* **中午 12:00 – 下午 1:30** **三道餐午餐，套餐，***意大利俱乐部*	**不丹社交小组** **上午 10:30—下午 1:00** 塔州移民资源中心，*格兰诺基安菲尔德街 1A 号（1A Anfield Street, Glenorchy）2 层* **活动：**和贾努卡（Januka）进行身心健康活动 **上午 10:00—下午 2:00** **社区中心社交支持小组** *7 号，唐人会所* 活动：上午 11:00—中午 12:00 塔斯马尼亚律师事务所的爱丽丝（Alice）将进行非正式访问。 喝茶聊天。 **午餐**中午 12:00—下午 1:30	**社交支持小组** 上午 11:00 – 中午 12:00 **活动：**在新城 (New Town) 车站苗圃购买植物。 许多植物正在清仓处理 65 百里布由商业街，新城 （65 Bellevue Pde, New Tow），7008 中午 12:00—下午 1:30 **午餐** 轨道咖啡馆（Tracks Cafe），65 百里布由商业街，新城 （65 Bellevue Pde, New Tow），7008

周一	周二	周三	周四	周五
8	9	10	11	12
		上午 10:45 **温和运动课堂** *地点：意大利俱乐部* *北霍巴特联邦街* *（Federal Street）77 号* **中午 12:00 – 下午 1:30** **三道餐午餐，套餐，***意大利俱乐部*	**不丹长者社交小组** **上午 10:30—下午 1:00** 塔州移民资源中心， *格兰诺基安菲尔德街* *1A 号（1A Anfield Street, Glenorchy）2 层* **活动：**与芭莎（Barsha）进行生命终结的初步讨论 **社交支持小组** **中午 12:00 – 下午 1:30** **外出午餐:** 起司费普（Chish & Fips）饭店，德文公园主路 240 号（Main Rd, Derwent Park）7009	上午 10:00 – 中午 12:00 **社区中心社交支持小组** 德国澳洲人俱乐部，格兰诺基波登街 30 号（39 Bowden Street, Glenorchy） 活动：母亲节庆祝！“迪斯科男女”着装主题 中午 12:00—下午 1:00 午餐 下午 1:00—下午 2:00 活动：宾格游戏（Bingo）

周一	周二	周三	周四	周五
15	16	17	18	19
	上午 8.30-下午 4.30 **健康生活小组** 秀恩维尔（Huonville）采摘苹果和梨 金斯顿（Kingston）海滩外卖餐店吃炸鱼薯条午餐 **座位有限—小巴出行**	**上午 10:45** **温和运动课堂** *地点：意大利俱乐部* *北霍巴特联邦街（Federal Street）77 号* **中午 12:00 – 下午 1:30** **三道餐午餐，套餐，***意大利俱乐部*	**不丹长者社交小组** **上午 10:30—下午 1:00** 塔州移民资源中心，*格兰诺基安菲尔德街 1A 号（1A Anfield Street, Glenorchy）2 层* **活动：**短途集体外出 **社交支持小组** **中午 12:00 – 下午 1:30** **外出午餐** 九月中餐厅 贝尔里福剑桥路（Cambridge Rd，Bellerive）2/9，7018	**社交支持小组** **中午 12:00 – 下午 1:30** **外出午餐:** 参加者决定地点

周一	周二	周三	周四	周五
22	23	24	25	26
		上午 10:45 **温和运动课堂** *地点：意大利俱乐部* *北霍巴特联邦街* *（Federal Street）77 号* **中午 12:00 – 下午 1:30** **三道餐午餐，套餐，***意大利俱乐部*	**不丹长者社交小组** **上午 10:30—下午 1:00** 塔州移民资源中心， *格兰诺基安菲尔德街* *1A 号（1A Anfield Street, Glenorchy）2 层* **活动：**短途集体外出 上午 10:00 – 下午 2:00 **社区中心社交支持小组** *（Burnett Place）7 号，唐人会所* **活动:** 上午 10:30 – 中午 12:00 水井计划“冬天保持健康”讲座 **午餐：**12:00—下午 1:30	上午 10:00 – 中午 12:00 **社区中心社交支持小组** 德国澳洲人俱乐部， 格兰诺基波登街 30 号（39 Bowden Street, Glenorchy） 活动: 非正式编织讲座。客户自带线和编制针 中午 12:00—下午 1:00 午餐 下午 1:00—下午 2:00 活动：宾格游戏（Bingo）

周一	周二	周三	周四	周五
29	30	31	1	2
	上午 8.30-下午 4.30 **健康生活小组** 坎普敦（Kempton）一日游 坎普敦（Kempton）心情食物餐厅（Mood Food）吃午餐 **座位有限—小巴出行**	**上午 10:45** **温和运动课堂** *地点：意大利俱乐部北霍巴特联邦街（Federal Street）77 号* **中午 12:00 – 下午 1:30** **三道餐午餐，套餐，***意大利俱乐部*	**不丹社交小组** **上午 10:30—下午 1:00** 塔州移民资源中心，*格兰诺基安菲尔德街 1A 号（1A Anfield Street, Glenorchy）2 层* **活动：**短途集体外出 **社交支持小组** **中午 12:00—下午 1:30** **外出午餐：** 卡莱尔酒店（Carlyle Hotel），德文公园主街（Main Rd, Derwent Park）232 号，7009	**社交支持小组** **中午 12:00—下午 1:30** **外出午餐** 参加者决定地点