

列治文家庭及朋友照顧者中心

2023年2月活動表

RICHMOND CARES & RICHMOND GIVES

Richmond Family &
Friend Caregiver Hub



請致電604-279-7099或郵件caregivernavigator@rcrg.org, 或填寫[在線表格](#)來問詢或報名。

日	一	二	三	四	五	六
			1	2	3 10:00-11:00 AM 椅子上做瑜伽 (英文/Zoom) 1:30-4:00 PM 水彩畫入門 (英粵雙語/RCP 345)	4
5	6 2:00-3:30 PM DIY情人節香皂(英文/RCP 340)	7	8 照顧者中心2月月刊發佈 2:00-4:00 PM How如何搜索健康信息 及iCON講座觀看 (英粵雙語/RCP 340)	9	10 2:00-4:00 PM 中國書法(粵語/RCP 345)	11
12	13 2:00-3:30 PM 健康學煮課(英文/RCP 340)	14	15	16	17 10:00-11:00 AM 冥想課 (印度語/Zoom) 2:00-4:00 PM “Goodfellas”男性照顧者互助會(英文/South Arm社區中心)	18
19	20	21 1:30-3:00 PM 彩繪石頭(中英雙語/ Steveston社區中心)	22	23	24 10:00-11:00 AM 冥想課(英文/Zoom)	25
26	27 2:00-3:30 PM 攝影入門(英文/RCP 340)	28 3:00-4:30 PM DIY陽光捕手(中文/RCP 340)				

以上工作坊是為了促進本地長者照顧者們的福祉，均為免費。

