

列治文家庭及朋友照顧者中心

2023年3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 <u>椅子上做瑜伽(英文/Zoom)</u>	4
5	6	7	8 1:30-4:00 PM <u>水彩畫入門 (英粵雙語/RCP 340)</u>	9 2:30-4:00 PM <u>DIY筆記本 (普通話/RCP 345)</u>	10	11
12	13 1:00-3:00 PM <u>學做健康春捲 (英粵雙語/RCP 340)</u>	14 2:00-4:00 PM <u>DIY乳液 (英文/RCP340)</u>	15 <i>照顧者中心3月月刊發佈</i>	16	17 10:00-11:00 AM <u>冥想課 (印度語/Zoom)</u> 2:30-4:30 PM <u>男性照顧者互助會 (英文/South Arm社區中心)</u>	18
19	20	21 2:00-4:00PM <u>參觀漁人碼頭及腦退化溝通技巧講座 (粵語)</u>	22	23	24 10:00-11:00 AM <u>冥想課 (英文/Zoom)</u>	25
26	27 2:00-4:00 PM <u>插花課 (英文/RCP 340)</u>	28	29	30	31 2:00-4:00 PM <u>中國書法 (粵語/RCP 340)</u>	

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

