

給本拿比鄰里之家55+會員的最新資訊

## 本期內容

工作人員特寫 1

認識我們的團隊 2

9 月份照片 4

寵物特寫 5

55+ 計劃 11

拼字遊戲 26



**Zohra Sahat Hashimi**

照顧者教育督導主任暨臨時長者交通計劃助理

我目前在本拿比鄰里之家擔任照顧者的教育者，我的重點是要確保照顧親人的長者的安全。跟他們的密切合作加深了我對他們奉獻精神的敬意，這無時無刻地激勵著我。此外，我暫時支援長者交通計劃並為獨居長者協調乘車服務，這都給我很大的滿足感。

我又十分熱衷伴隨著音樂玩遊戲，我真的很享受與不同年齡的人群歡渡時光，無論他們是兒童、青少年或長者。彼此互動的共同經歷和歡樂實在為大家帶來很多得著。

我對歷史地點、主題和電影有著深刻的欣賞。我相信歷史是會重演的，所以我們必須從中學習並吸取寶貴的教訓。正如歷史學家George Santayana的明言“那些不記得過去的人注定會重蹈覆轍。擁抱歷史的教訓幫助我們掌握現在並塑造更美好的未來。”

e.



本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於Tsleil-Waututh (səlilwətaʔ)、Kwkwetlem (kwikwəłəm)、Squamish (Skwxwú7mesh Úxwumixw) 和Musqueam (xʷməθkʷəyám) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。

# 認識我們的團隊



**Alexis Haig**  
長者服務經理



**Leila Habibi**  
長者朋輩和照顧者支  
援統籌員



**Blenn Dioces**  
照顧者和失智症計劃  
統籌員



**Zohra Sahat Hashimi**  
照顧者教育  
督導主任



**Emily Chan**  
長者食品計劃  
統籌員



**Cynthia Lu**  
長者食品計劃  
督導主任



**Hilda Eng**  
廚房統籌員



**Debby Wong**  
社區聯絡員



**Tina Nguyen**  
長者服務義工  
督導主任



**Lynn Leong**  
BC 房屋統籌員- Doug  
Drummond



**Dee Batt**  
BC房屋統籌員



**Lea Kovalchuk**  
長者社交及日間活動統籌  
員



**Zeinab Ahmadizadeh**  
長者社交及日間活動督  
導主任



**Shahnaz Gozal**  
廚房督導主任



**Marleni Curi Gomez**  
BC 房屋長者活動  
督導主任

免費入場  
需登記

# 歲月增長 長者展現

給長者及其家人

10月17日 星期四

本拿比6550 Bonsor Avenue Bonsor宴會廳  
下午1時至3時30分



名額有限，從速登記

電郵 [burnabyseniorsresourcesociety@gmail.com](mailto:burnabyseniorsresourcesociety@gmail.com) 或

由以下單位呈獻

致電 778-357-0525

白金贊助商

**Burnaby**now



Burnaby Seniors' Resources Society

[www.burnabyseniors.org](http://www.burnabyseniors.org)

SETON  
VILLA

專業團隊 | 參展商 | 茶點 | 贈品 | 還有更多！





# 慶祝全國長者日

10月1日 我們慶祝長者的重要  
貢獻





# 寵物特寫

認識 Dee 的貓兒，Ozzie!



1. Ozzie屬哪種品種?

他的名字叫 Ozzie，是一隻 1 歲的虎斑貓。他很愛玩，和他在一起總是很有趣。

2. 他有什麼絕技或特殊才能嗎?

他喜歡跳到門頂然後慢慢滑下來。

3. 他有喜歡的食物或玩具嗎?

他喜歡把玩和追逐羽毛。

4. Ozzie是如何成為你家庭的一份子?

我們在素里的一個家庭得到他的。



想在下期通訊介紹你心愛的寵物和分享相處上的喜悅，請電郵至 [seniorvolunteer@burnabynh.ca](mailto:seniorvolunteer@burnabynh.ca) 跟Tina Nguyen聯絡



# 波斯晚餐



日期：2024 年 10 月 16 日 星期三

時間：下午6:00-7:00

(下午5:30分開門)

地點：Brentwood Park Alliance Church

1410 Delta Avenue, Burnaby

(繞到教堂後面再下樓梯)

請預先到北區中心 或 Brentwood 中心購  
票

成人 19+ \$8

青少年 (13-18) \$8

兒童 (4-12 歲) \$5

3歲以下 免費



**Dill沙律：**  
馬鈴薯、Dill、  
蔥、希臘乳酪



**Zereshk Polo：**  
米飯、雞肉、小檜  
(Zereshk)  
\*素食選擇



**甜品：**  
Fereni牛奶、糖、米粉





# 讀書俱樂部

加入我們的讀書俱樂部  
逢星期二下午 2-4 時!



地點:

本拿比鄰里之家北區中心  
(4908 Hastings Street)



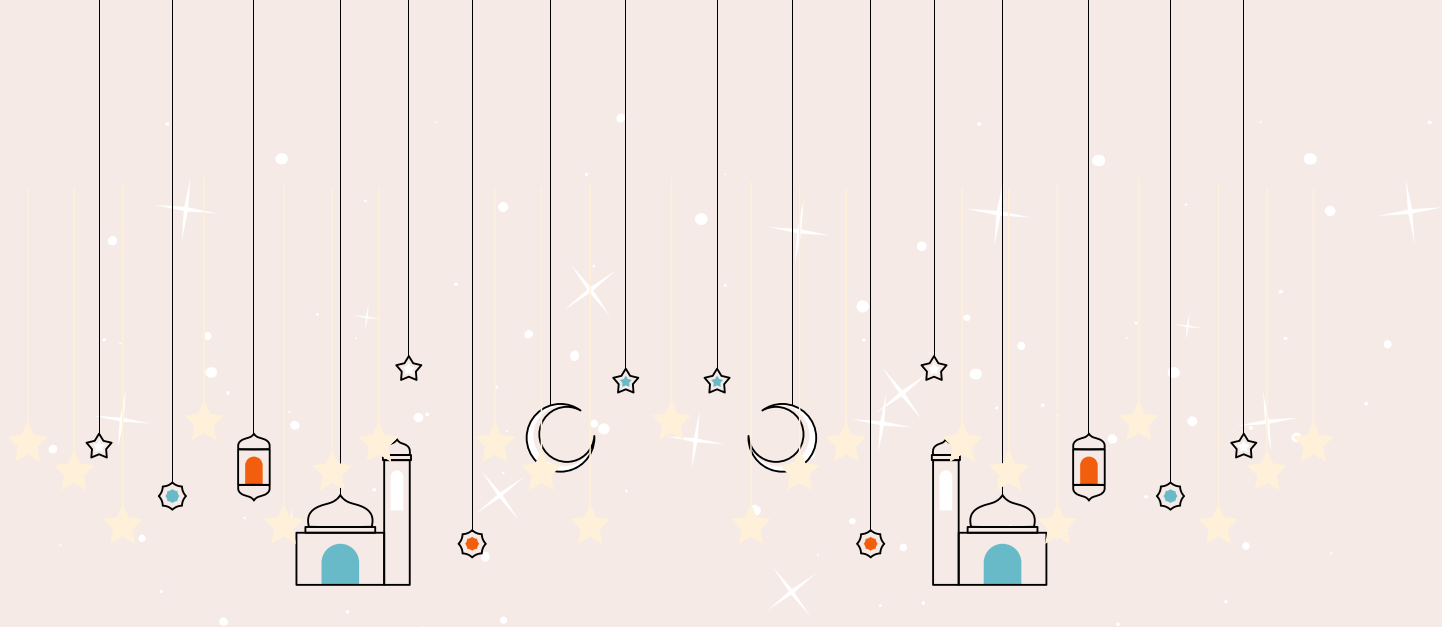
日期:

9月24日至10月22日

登記請電郵至

[literacy@burnabynh.ca](mailto:literacy@burnabynh.ca)  
或致電604-396-7307





# 社區語言課程

## 與FATEMEH一起學習阿拉伯語和波斯語

地點：北區中心  
(4908 HASTINGS ST)

星期五上午 10-11 時

延長

參加者必須是本拿比鄰里之家  
會員

年費\$5

登記或查詢請電郵至  
**[ANNR@BURNABYN](mailto:ANNR@BURNABYN.H.CA)**  
**[H.CA](http://H.CA)**



CARE CONNECT ENGAGE BELONG

本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於Tsleil-Waututh (səlilwətaʔ), Kwikwetlem (kʷikwəʔləm), Squamish (Skwxwú7mesh Uxwumixw) 和Musqueam (xʷməθkʷəyəm) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。





# 社區 越南語 基礎 課程

星期二 (下午2-4時)  
10月至12月17日

 **BNH South House**

登記請電郵至

[volunteer@burnabynh.ca](mailto:volunteer@burnabynh.ca) 與 Carina 聯絡

Tạm biệt

Vui Lòng

Cảm Ơn

Xin chào



# 社區英語會話 與Rihanna一起 學習英語



名額有限!



10月18日至12月20日

逢星期五

下午1:30-3時

BNH South House

## 必須登記!

登記請電郵至 [volunteer@burnabynh.ca](mailto:volunteer@burnabynh.ca) 與Carina聯絡

\*截止日期: 2024年10月4日



# 55+ 活動



## 北區中心

### 「湯」午餐

享用一碗健康的湯配上新鮮的麵包 (\$2)，並藉此與鄰舍聯繫。

逢星期一 | 上午11:00 - 下午1:00



4908 Hastings St

604-294-5444

northinfo@burnabynh.ca



### 社區咖啡館

歡迎隨時來聊天和放鬆，或參加當天的活動和遊戲。你也可以把最喜歡的遊戲帶來與他人分享或學習新事物。

逢星期五 | 下午1:00 - 4:00



## Brentwood 中心

### 氣功班

氣功是一種個人鍛煉，有助健體、建立靈活性和內心平靜。它結合了運動對身體的益處和冥想對精神的滿足。

逢星期一 | 下午2:00 - 3:00

逢星期六 | 下午2:00 - 3:00 \*在Amazing Brentwood商場 (暫由Rodolfo主持)



2055 Rosser Ave

604-299-5778

reception@bbysservices.ca

### Pariya 為新來加人士提供的 EAL 課程

歡迎參加由Pariya為初學者提供的課程，一起學習英語、互相認識、和彼此聯繫。

逢星期一 | 下午2:00 - 3:00

### 舒展和冥想全訓練

這種緩慢且柔和的運動是專為成人和長者而設計的。

逢星期五 | 下午1:00 - 2:30

## 南區中心



4460 Beresford St.

604-431-0400



如需活動指南，請電郵至[leak@burnabynh.ca](mailto:leak@burnabynh.ca) 跟Lea聯絡

### 長者社交與遊戲

歡迎於逢星期三 (中午12:00-下午2:00) 和逢星期五 (上午10:30-中午12:00) 參加活動，享用咖啡或茶以及一系列活動，一起玩遊戲和慶祝生日等！



## Rowena 英語會話班

歡迎逢星期五上午 (10:00-11:00) 一起來發展語言技能和探索各種主題和話題!

## 健康運動

透過享受各種不同的體育活動來改善你的健康!



瑜伽  
逢星期三  
下午2:00-2:45

逢星期三

上午10:00-11:00 24式太極 (初學者)  
上午11:00-中午12:00 太極劍

拉丁節拍  
逢星期五  
上午10:00-11:00  
太極

元極舞  
逢星期五  
下午3:00-4:45

逢星期五

下午1:00-2:00 24式太極  
下午2:00-3:00 48式太極



## Mal 數碼咖啡館

需要協助操作手機或電腦嗎? 歡迎在每月第一個星期三到訪以獲得技術支援!

## 工作坊 - 本拿比公共圖書館



歡迎於8月21日星期三與BPL社區圖書管理員 Andrea 進行交談!

## 週五午餐

認識新朋友並一起享用美味午餐(\$6), 請於星期二下午二時前登記!

## 縫紉樂!

逢星期五下午1:00-3:00練習縫紉技巧!



## 社區禮堂



5024 Rumble St.

## TAPS 社區日計劃 - 逢星期四!

歡迎加入TAPS與他人一起愉快地聊天、玩遊戲、享受美食! 此活動可提供交通支援。費用: 午餐\$6

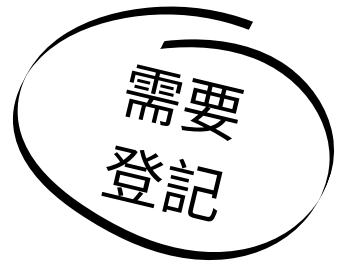
請致電 604-431-0400 或電郵至leak@burnabynh.ca 向Lea登記。





# TAPS

長者治療激活計劃



## 為本拿比長者推出全新低成本的社交活動計劃!

### 地點

本拿比鄰里之家社區禮堂  
5024 Rumble St., Burnaby

### 為什麼你要參加?

- 在互相支持的環境下結識新朋友並進行不同社交活動
- 進行安全且低運動量的活動
- 參加創意活動包括音樂、藝術和動腦筋遊戲
- 與專家會面並了解最新的健康和保健主題

### 費用

午餐：每次\$6  
需繳交BNH會員年費  
(每年\$5)

### 時間

逢星期四 上午10時 - 下午2時

### 適合誰人參加?



- 55歲或以上的本拿比居民
- 能夠獨立參與活動
- 在參與社區活動時遇到不同障礙，例如缺乏支援、交通不便、行動不便或健康挑戰等

如欲登記，請聯絡

Lea Kovalchuk  
TAPS 服務統籌員  
(236)-668-1712



leak@burnabynh.ca

此BNH TAPS計劃由卑詩省政府資助，並由卑詩省  
United Way 管理。



United Way  
British Columbia



# 失智症活動 - 南區及Brentwood中心



## 本拿比失智症咖啡館 - Brentwood 及南區中心

認識其他失智症患者及其家人和朋友，彼此一同參加嘉賓講者的工作坊。

- 失智症友善咖啡館：Brentwood 中心
  - 逢每月第二個星期四 下午1:00-2:30
- 失智症友善咖啡館：南區中心
  - 逢每月最後一個星期四中午12:00-下午2:00



## 長者記憶俱樂部 - Brentwood中心

參加失智症友善和多元文化活動 - 每週活動包括遊戲、運動、社交、唱歌、故事分享和慶祝。

大部分在星期六 上午10:00-11:30

如欲登記，請聯繫Blenn： [dementiacaregiver@burnabynh.ca](mailto:dementiacaregiver@burnabynh.ca) 或 604-431-0400

# 朋輩與照顧者支援 - 穿越本拿比

## 照顧者支援

為家庭和照顧者而設的每月活動，包括一起共晉營養午餐、參加主題講座、和改善身心健康的活動！

- 照顧者午餐 - Brentwood 中心
  - 逢每月第一個星期四 下午1:00-3:00
- 家庭照顧者之旅 - 南區中心
  - 逢每月第三個星期四 上午10:30-下午2:00



## 長者朋輩支援

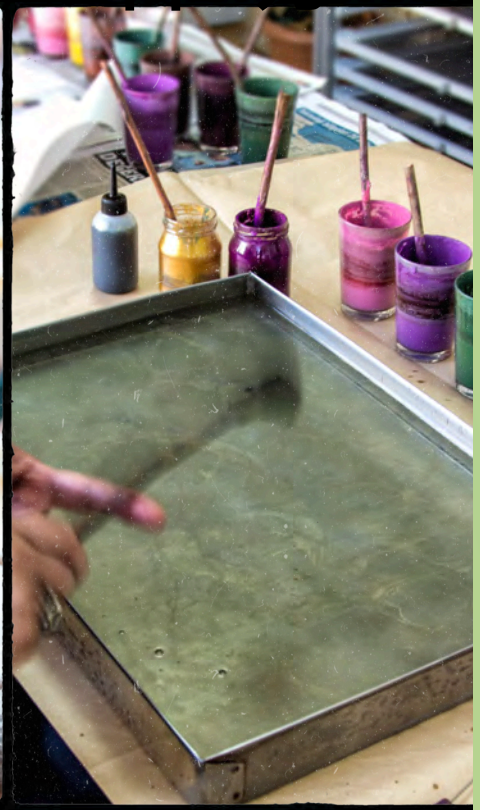
受訓義工為因生活轉變而面對焦慮、社交孤立、沮喪或困難的長者提供一對一的支援。

## 友善的電話訪談或家訪

義工通過每週電話聯絡或家訪與長者保持聯繫！

如欲登記，請聯絡Leila： [SeniorPeerCaregiver@burnabynh.ca](mailto:SeniorPeerCaregiver@burnabynh.ca) 或 604-431-0400

# 照顧者午餐 “加拿大服務部”工作坊




**10月3日星期四 下午  
12:30 至 3:00  
Brentwood 中心  
2055 Rosser Ave**

收費：照顧者費用全免

如欲登記，請聯絡Leila

 [Seniorpeercaregiver@burnabynh.ca](mailto:Seniorpeercaregiver@burnabynh.ca)

 **604-375-5778**

參加這個關於加拿大服務部的資訊工作坊，認識涵蓋 CPP、OAS、GIS的相關福利 – 了解如何運用這些重要計劃以保障你的財務安全。

**主持人：加拿大服務部Mariah - 下午1點**

**活動：Suheda 指導製作土耳其大理石花紋藝術品 - 下午2點**

本拿比的照顧者支援計劃由卑詩省政府資助，  
並由卑詩省United Way 管理。



**Canada**



**United Way**  
British Columbia

Working with communities in BC's  
Interior, Lower Mainland, Central  
& Northern Vancouver Island



本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於Tsleil-Waututh (səlilwataʔ)、Kwkwetlem (kwikwəʔəm)、Squamish (Skwxwú7mesh úxwumixw) 和Musqueam (xʷməθkʷəyəm) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。



# 照顧者午餐旅程 “應對壓力”研討會



**10月17日星期四**  
**上午10:30至下午1:30**  
**南區中心三樓宴會廳 1**  
**4460 Beresford St**

在研討會上共同探索管理壓力的實用策略 — 學習如何在支持他人的同時優先顧及自己的身心健康。

主持人：來自SHWI的Jerry（上午11:00）


午餐：下午12:15

活動：**Chiao**指導製作塑膠彩畫

免費：適用於無薪照顧者

如欲登記，請聯絡Leila：

 [seniorpeercaregiver@burnabynh.ca](mailto:seniorpeercaregiver@burnabynh.ca)

 **604-375-5778**

本拿比的照顧者支援計劃由卑詩省政府資助，並由卑詩省United Way管理



Working with communities in BC's Interior, Lower Mainland, Central & Northern Vancouver Island

本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於Tsleil-Waututh (səlilwataʔ)、Kwkwetlem (kwikwəʔləm)、Squamish (Skwxwú7mesh úxwumixw) 和Musqueam (xʷməθkʷəyəm) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。

# 本拿比鄰里之家服務聚焦:

## 幫助長者填寫表格及獲取資訊與轉介診所!

需要幫助完成你的CPP、OAS、GIS、BC住房登記、SAFER或BC公交卡申請嗎? 受訓義工將協助你填寫表格並提供相關資訊和服務, 以滿足你的需要。

請聯絡Charlene作預約, 電話: 604-292-3901 或 電郵: [charlenel@burnabynh.ca](mailto:charlenel@burnabynh.ca)

## 雜貨及送餐計劃

我們為本拿比的長者提供食品包、熟食以及雜貨購物和免費配送服務。

如需了解食品包的詳情, 請致電 604-307-2945

如需了解熟食及雜貨購物的詳情, 請聯絡Emily, 電話: 778-288-3747 或

電郵: [emilyc@burnabynh.ca](mailto:emilyc@burnabynh.ca)

## 數碼學習計劃

你想學習如何使用電郵、建立檔案和文件、使用 Excel、搜索互聯網, 或在電腦上練習打字和書寫嗎? 我們的電腦教學義工將就社區居民的電腦學習需要提供協助; 並有多種語言的支援。歡迎到北區、南區或Brentwood 中心接受義工實體指導, 無需預先登記。

你可以使用中心內的裝置或自帶裝置。如欲了解詳情, 請電郵至

[computercafe@burnabynh.ca](mailto:computercafe@burnabynh.ca) (詳情請參閱海報)。

## 安居服務:

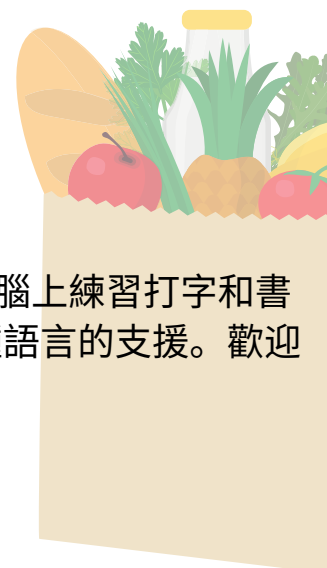
如果你是新來加人士、移民或難民, 歡迎你! 我們樂意為你解答問題並提供支援, 協助你定居和融入新社區。我們提供阿拉伯語、普通話、法語、達利語、普什圖語、他加祿語和西班牙語的服務。

如欲了解詳情, 請聯絡 [settlementprogram@burnabynh.ca](mailto:settlementprogram@burnabynh.ca) 或 604-431-0400。

## 文化分享晚宴

本拿比鄰里之家每月舉辦“文化分享”社區晚宴, 旨在凝聚鄰里, 促進彼此了解多元文化, 從而建立共融社區。參加者將享用美味晚餐和參與有趣的活動, 並與來自不同背景和不同年齡層的鄰居交流。本拿比鄰里之家歡迎有興趣參加晚宴或有意協助活動的社區人士。

如欲了解詳情, 請電郵至 [volunteer@burnabynh.ca](mailto:volunteer@burnabynh.ca) 或致電 604-431-0400。







# MOSAIC/本拿比鄰里之家

長者社區聯絡員

## 讓我們談談你的健康和保健目標

我們的社區聯絡員使用社交處方來提供非醫療支持，幫助長者釐定並實現個人健康和保健目標。我們協助長者參與合適的地區項目和服務，並進行定期聯絡以確保他們步向正確方向。

### 資格

- 55歲或以上
- 正在經歷或面臨以下風險：
  - 社會孤立和/或孤獨
  - 虛弱
  - 獲取社區資源時遇到障礙
  - 經常前往初級保健或急診室

### 由以下形式作轉介:

- 自我轉介
- 朋友、家人和社區成員
- 醫療保健提供者

如欲了解詳情或進行轉介，請聯絡：

**本拿比鄰里之家  
長者社區聯絡員**

[srsconnector@burnabynh.ca](mailto:srsconnector@burnabynh.ca)

辦公室: 604-431-0400

流動電話: 236-858-4979

100-4460 Beresford Street

<https://burnabynh.ca/>



**MOSAIC長者社區聯絡員**

[cares@mosaicbc.org](mailto:cares@mosaicbc.org)

辦公室: 604-438-8214

傳真: 604-438-8260

315-7155 Kingsway, Burnaby, BC V5E 2V1

由BC省政府資助並由United Way British Columbia管理



Working with communities in  
BC's North, Interior, Lower Mainland,  
Central & Northern Vancouver Island





# 你需要 技術支援嗎？

## 北區中心

逢星期一：上午10時 - 中午12時

逢星期二：中午12時 - 下午2時

\*新時段\*

(4908 Hastings St, Burnaby)

604-294-5444

[computercafe@burnabynh.ca](mailto:computercafe@burnabynh.ca)

## 南區中心

逢星期一：中午12時 - 下午2時

逢星期四：下午3時 - 5時

逢星期六：上午10時 - 中午12時

(於長週末關閉)

## Brentwood中心

逢星期三：上午10時 - 中午12時

(2055 Rosser Ave, Burnaby)

604-299-5778

[computercafe@burnabynh.ca](mailto:computercafe@burnabynh.ca)

(4460 Beresford St, Burnaby)

604-396-7307

[computercafe@burnabynh.ca](mailto:computercafe@burnabynh.ca)

## 電腦教學輔導

不用登記

- 使用手提電腦、手提電話、平板電腦
  - Zoom視像會議、谷歌搜尋、電郵基本應用
  - 微軟辦公室套裝軟件基本應用
- 提供多種語言支援



本拿比鄰里之家是一個非牟利慈善組織。我們是一個由義工主導、受社區資助的機構，專注發展鄰里互助。



資助來自

合作伙伴



THE UNIVERSITY OF BRITISH COLUMBIA

Learning Exchange



FACULTY OF



# 長者雜貨購物服務

## 你是否在購物方面遇到困難？

我們的購物和送貨服務協助長者在家中繼續獨立生活

### 對象：

55歲或以上居住在本拿比的人士  
本拿比鄰里之家會員

我們每週致電給你以獲取你的購物清單，並幫助你在網上下單，然後Superstore 便會為你的訂單進行送貨

## 需要預先登記

如欲了解詳情，請聯絡

Emily 778 288 3747

[seniorshopping@burnabynh.ca](mailto:seniorshopping@burnabynh.ca)



本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於 Tsleil-Waututh (səlilwətaʔt)、Kwikwetlem (kwikwələm)、Squamish (Skwxwú7mesh Úxwumixw) 和 Musqueam (xʷməθkʷəy̓əm) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。



United Way  
British Columbia

Working with communities in  
BC's North, Interior, Lower Mainland,  
Central & Northern Vancouver Island

# 為長者提供的 雪藏飯餐服務

## 你在家裡自己煮飯是否感到困難?

我們優秀的廚房團隊在持牌廚房中為你準備、分配並雪藏家常飯菜!

### 對象:

55歲或以上居住在本拿比的人士  
本拿比鄰里之家會員

### 取餐地點

BNH南區中心  
4460 Beresford St

### 派發時間

每月最後的星期四  
(需填寫登記表格)

**每份餐\$7**  
**可申請補助金**

如欲了解詳情，請聯絡 Emily  
778 288 3747  
emilyc@burnabynh.ca



本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於 Tsleil-Waututh (səlilwətaʔ)、Kwkwetlem (kʷikwələm)、Squamish (Skwxwú7mesh Úxwumixw) 和 Musqueam (xʷməθkʷəy̓əm) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。



**United Way**  
British Columbia

Working with communities in  
BC's North, Interior, Lower Mainland,  
Central & Northern Vancouver Island



安居與  
融合計劃

Salish Nations 本拿比鄰里之家位  
於Coast Salish Nations 未割讓的  
領土上

## 加拿大公民 申請流程 工作坊

日期: **2024年10月9日**  
時間: **上午11時至中午12時**  
形式: **ZOOM**

歡迎參加這個加拿大公民申請流程的網上研討會。我們將討論以下內容:

- 兒童/成人申請
- 居住要求
- 語文要求
- 所需證明文件
- 如何填寫申請表

逐步學習如何辦理加拿大公民申請

登記此研討會須提供永久居民 (PR) 卡號,  
並將會透過電子郵件收到用於加入會議的 Zoom 連結和密碼。

登記請電郵至 [avelinad@burnabynh.ca](mailto:avelinad@burnabynh.ca) 與 Blenn 聯絡

[avelinad@burnabynh.ca](mailto:avelinad@burnabynh.ca)

電話: 604-431-0400

流動電話: 236-889-4065

**WWW.BURNABYNH.CA**

本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構, 位於Tsleil-Waututh (səlilwətaʔ)、Kwkwetlem (kʷikwələm)、Squamish (Skwxwú7mesh Uxwumixw) 和Musqueam (xʷməθkʷəyəm) 未割讓的領土上, 特別關注鄰里互助。



4460 Beresford Street  
Burnaby, BC V5H 0B8  
(In front of Metrotown Skytrain)  
(604)431-0400

Funded by:



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Financé par :

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada

## 安居與 融合計劃

Salish Nations 本拿比鄰里之家位於  
Coast Salish Nations 未割讓的領土上

## 加拿大入籍考試準備工作坊

### 永久居民免費網上工作坊

準備加拿大公民考試嗎？  
快參加我們這個互動且資訊豐富的工作坊！

第一節-加拿大歷史  
第二節-地理區域  
第三節-加拿大政府  
第四節-公民的權利和責任

(星期三) 2024年10月16日 上午11時至中午12時

(星期三) 2024年10月30日 上午11時至中午12時

此工作坊將以英語進行

登記此研討會須提供永久居民 (PR) 卡號，並將會透過電子郵件收到用於加入會議的 Zoom 連結和密碼。

登記請電郵至 [avelinad@burnabynh.ca](mailto:avelinad@burnabynh.ca) 與 Blenn 聯絡

Tel 電話: 604-431-0400

Cell 流動電話: 236-889-4065

## WWW.BURNABYNH.CA

本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於 Tsleil-Waututh (səlilwətaʔ)、Kwkwetlem (kʷikwələm)、Squamish (Skwxwú7mesh Uxwumixw) 和 Musqueam (xʷməθkʷəyəm) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。



4460 Beresford Street  
Burnaby, BC V5H 0B8  
(In front of Metrotown Skytrain)  
(604)431-0400



Funded by:

Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Financé par :

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada



# BC長者優先 免費 社區 法律諮詢診所

我們為符合資格的本拿比居民（55歲或以上）提供30分鐘免費的預約法律諮詢服務，地點遍及大溫哥華地區，處理以下法律疑難：

- 了解法律程序以及在法庭或裁判所須知。
- 草擬預先規劃文件（例如：遺囑、授權書）。



## 提供語言翻譯服務！

### 資格要求

- 總收入：\$40,000 + 每增加一名家庭成員\$10,000
- 預先規劃服務的資產審查將在預約時進行確定。

可根據具體情況作出酌情處理。

我們不會準備法庭文件，也不提供家事法和刑事法律問題的建議。

要確認資格和預約，請致電 604-336-5653。

### 法律診所地點

- 位於溫哥華的 SFBC 辦公室 - 僅接受預約。
- 位於溫哥華的 Kay's Place - 每月第一個星期三，上午 10 時至中午 12 時。
- 位於列治文的 Minor Centre - 每月第四個星期四，上午 10 時至中午 12 時。
- 位於新西敏的 BC Seniors' Services Society - 每月第三個星期五，下午 2 至 4 時。
- 位於素里的 Newton Seniors Centre - 每月第一個星期二，上午 10 時至中午 12 時。
- 本拿比鄰里之家 - 南區中心 - 每月第二個星期二，上午 10
- 位於本拿比的 Burnaby Community Services - 每月第四個星期二，上午 10 時至下午 1 時。
- 位於本拿比的 VCH Deaf Well-Being Program - 每月兩個星期四包括上午和下午。提供美式手語翻譯服務。

### 與我們聯繫！



604-336-5653



Info@seniorsfirstbc.ca



1281 W Georgia St #502, Vancouver



SeniorsFirstBC.ca



# 義工招募!

## 你住在本拿比嗎?

## 你年滿 55 歲嗎?



社區外展人員

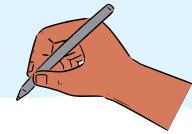
歡迎大使



一對一  
朋輩  
支援員



表格填寫協助人員



失智症大使



加入長者朋輩支援!

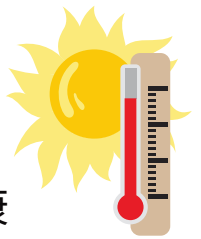


長者交通服務員

友善電話或  
家訪聯絡員



極端酷熱天氣健康  
關懷員



## 感興趣嗎?

請聯絡Leila

seniorpeercaregiver@burnabynh.ca or

604-431-0400

感謝我們的  
贊助商:



本拿比鄰里之家是一個社區為本和受社區資助的機構，位於Tsleil-Waututh (səlilwətaʔ), Kwikwetlem (kʷikwəʔləm), Squamish (Skwxwú7mesh Úxwumixw) 和Musqueam (xʷməθkʷəyəm) 未割讓的領土上，特別關注鄰里互助。



# 萬聖節派對

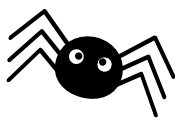


請使用下方的提示填寫填字遊戲



## 橫向

1. Spider's snare
5. Decorations that you blow up
7. Western guy
12. Dracula is one
14. Pixie or sprite
16. Front door ringer
17. Yellow, orange, and white treat
19. Frightening
21. Party drink
22. It's carved in October
23. Coating for an apple
24. Cinderella and Snow White



## 直向

1. Hairy man-monster
2. Cave animal
3. Witch's laugh
4. Dark Halloween color
5. Halloween shout
6. Halloween set of bones
8. Wrapped monster
9. Witch's pot
10. Party adornments
11. Broom rider
13. Salty party snack
15. Bright Halloween color
16. Fog machine substance
18. Small frosted party treats
20. Witch's pet







# MEMBERSHIP 2024-2025



會員資格的有效期為每年9月1日至8月31日，成為會員乃參加任何BNH活動的必要條件。個人年費為\$5，家庭年費為\$10（可提供補貼）。

BNH轄下組織包括本拿比社區服務、本拿比送餐服務和本拿比長者外展服務。BNH的會員資格已包括這些組織的會員資格。

申請成為會員或續會，請填寫表格：[https://burnabynh.ca/about\\_membership/](https://burnabynh.ca/about_membership/)

或致電／或親臨我們的任何一間中心：



## 北區中心

(604-294-5444)

4908 Hastings Street

## 南區中心

(604-431-0400)

4460 Beresford Street

## Brentwood

(604-299-5778)

2055 Rosser Ave

你可以通過以下方式繳交會員費用：

- 1.親臨我們的南區、Brentwood或北區中心
- 2.PayPal: [https://burnabynh.ca/about\\_membership/](https://burnabynh.ca/about_membership/)
- 3.電子轉賬：將費用發送到 [finance@burnabynh.ca](mailto:finance@burnabynh.ca)，密碼為“membership”

THANK  
YOU

## 感謝我們慷慨的贊助商！



BC HOUSING



Beedie/



United Way  
British Columbia

Working with communities in BC's  
Interior, Lower Mainland, Central  
& Northern Vancouver Island