

# 新住民長期照顧資源推廣暨情感支持計畫

## 照顧不孤單，伊路有你我 —新住民照顧者支持團體

### 團體主題

由講師帶領舒壓瑜珈課程，舒緩平日照顧長輩的壓力；並透過講師帶領不同主題的討論內容，讓您有機會和其他照顧者，分享並交流經驗，讓您知道照顧路上——您不孤單。



### 團體地點

新北市中和區尖山腳市民活動中心3樓  
(新北市中和區成功路97巷7號；環狀線秀朗橋捷運站)

### 團體時間

9/7~10/26，每週六下午14:00~16:30，共8次團體。

### 報名對象

設籍或居住新北市，身為長期照顧者之新住民為主，共15名。

### 報名表單



### 洽詢電話

(02)2230-0339  
龔社工

