

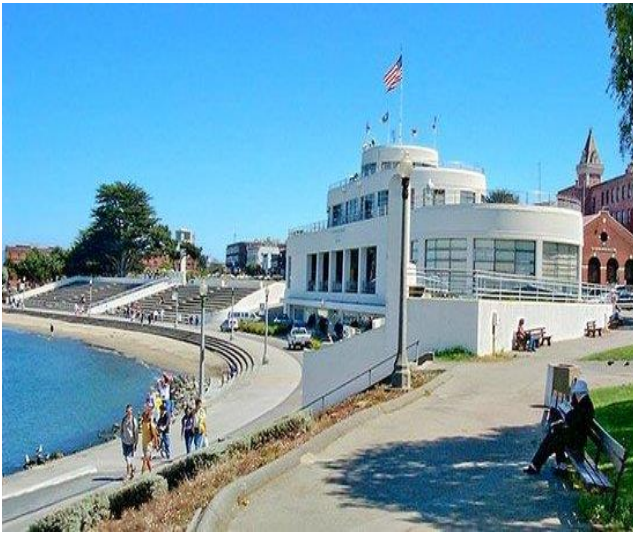


San Francisco Senior Center

A Community Service of Sequoia Living™

三藩市耆英中心

三藩市耆英中心 (SFSC) 是美國歷史最悠久的非牟利耆英中心，成立於 1947 年。SFSC 致力於希望年長者可以在中心學到和掌握到可運用到社會的知識，技能和價值觀來滿足他們獨立地居家養老的願望。我們有兩個不同的地點：890 Beach St (水上公園) 和 481 O'Farrell St (市中心分部)。SFSC 每年在這兩個中心服務超過 2000 有著不同背景和文化的年長者和殘疾人。SFSC 提供各種不同的服務來滿足不同的需求，包括：與 Project Open Hand 合作的營養早餐和午餐，Living Well Aging Well 運動健身班，開放電腦室和開展電子設備學習課程，不同的教育課程，社交活動，和社工或資源諮詢員提供社區服務等等。因疫情關係，SFSC 更是開展了 Zoom 線上視像運動健身班，線上娛樂活動和通過 WeChat 微信提供看信，填表，社區資源諮詢和幫助的服務。



Aquatic Park 水上公園

890 Beach St
San Francisco, CA 94109



Downtown Center 市中心分部

481 O'Farrell St
San Francisco, CA 94102

三藩市耆英和殘障資源中心

免費為長者和殘障人士提供有關資訊和幫助，我們可以講英語，普通話，粵語，和台山話。資訊及輔助專員專為根據您的不同需求而探索不同的社區資源並跟相關部門進行溝通。您將會瞭解到的社區服務包括：翻譯，看信，填表，推薦指引社區資源，低收入電費，電話，或上網折扣，申請各項相關的社會福利，或申請低收入老人房屋等等...

資訊及輔助專員的居家辦公時間：周一到周五早上 9:00--下午 4:00



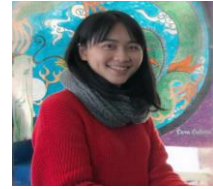
Joanne 伍姑娘

資訊與輔助專員

電話: 415-202-2982

邮箱: jwu@sequoialiving.org

WeChat ID/微信号码: MissJoanneWu



Karen 任姑娘

資訊與輔助專員

電話: 415-202-2983

邮箱: kren@sequoialiving.org

WeChat ID/微信号码: MsKarenRen



中心其他會講中文的員工



Janis Zhao (趙姑娘)

水上公園中心項目助理 (活動專員)

聯繫號碼: 415-202-2975

電子郵: jazhao@sequoialiving.org

微信號碼: SFseniorcenter2020



Joe Chan (陳先生)

前台

聯繫號碼: 415-771-7950

電子郵箱:

ichan@SequoiaLiving.org

Tuesday 星期二

凳上運動

早上 10:00-11:00am

教導員：趙姑娘

Zoom ID 會議號碼： 450 271 9837

Password 密碼： 168168

Link 鏈接：

<https://us02web.zoom.us/j/4502719837?pwd=MUIxVk9KcWFKeHZFQmlGZCthL2JEZz09>



Wednesday 星期三

中文電腦技能課程

上午國語班 10:00 – 12:00pm

下午粵語班 1:00 – 3:00 pm

教導員：劉老師

有興趣報名請聯繫趙姑娘 415-202-2975



Thursday 星期四

凳上運動

下午 3:00 – 4:00 pm

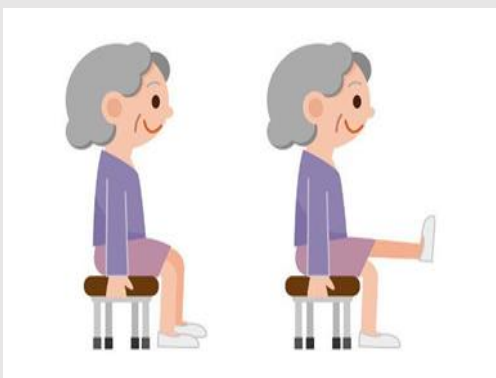
教導員：趙姑娘

Zoom ID 會議號碼： 450 271 9837

Password 密碼： 168168

Link 鏈接：

<https://us02web.zoom.us/j/4502719837?pwd=MUIxVk9KcWFKeHZFQmlGZCthL2JEZz09>



Friday 星期五

國語歌唱班

下午 3:30 – 4:30 pm

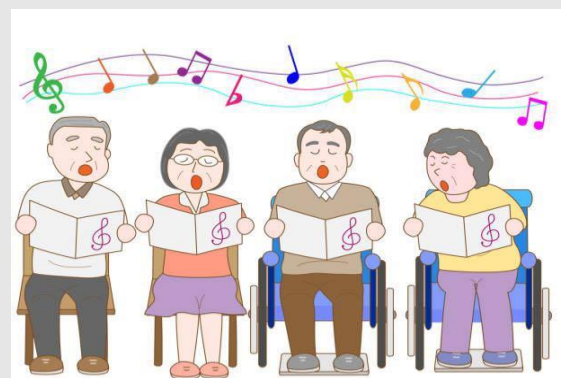
教導員：倪老師

Zoom ID 會議號碼： 450 271 9837

Password 密碼： 168168

Link 鏈接：

<https://us02web.zoom.us/j/4502719837?pwd=MUIxVk9KcWFKeHZFQmlGZCthL2JEZz09>



特別節目

SAN FRANCISCO SENIOR CENTER

三藩市耆英中心

*Hello,
Beautiful!*

A PHOTOGRAPHIC SHOW OF FLOWERS(CHINESE)

“花花世界”攝影展（中文）

November 5th Thursday at 10:00-11:00am

十一月五日星期四四早上十點

ZOOM ID會議號碼: 450 271 9837 PW密碼:168168



PHOTOGRAPHER

攝影師 Eddie Ngai

Contact Janis 如有問題請聯繫趙姑娘

415-202-2975 或者發郵件到 jazhao@sequoialiving.org