



**The Good Companions  
Seniors' Centre**  
*Supporting a Vibrant Community*

## 良友老年中心

建造活力社區

專為耆老和殘障人士服務

## 2018 年度每逢周三免費買菜專車

在 **395 Somerset, 280 Rochester** 和 **865 Gladstone** 接送



隔周星期三上午去 **Food Basics** – 667 Kirkwood Ave:  
一月 **3, 17, 31**      二月 **14, 28**


隔周星期三上午去 **Green Fresh Supermarket** – 29 Selkirk St.:  
一月 **10, 24**      二月 **7, 21**

### 免費專車來回接送

- 攙扶上、下車，也可在店內攙扶
- 參加這項活動者必須能自理買菜

欲訂座請致電 613-236-0428 內綫 2777 (可用中文留言, 星期二將有義工致電  
確實上車時間)



 良友老年中心是非牟利机构，由安大略省卫生部长期护理处、渥太华 United Way、渥太华市政厅拨款资助，为社区提供服务，组织活动。敬请光临本中心，参观了解我们组织的各项活动。本中心地址：  
670 Albert Street，也可上网 [www.thegoodcompanions.ca](http://www.thegoodcompanions.ca)