

English	Language: Spanish
A fun and social program offering: - 2 gentle exercise classes a week - 2 chair yoga classes a week - Friday night game night - 4 social day trips!	Un programa divertido y social que ofrece: - 2 clases semanales de ejercicio suave - 2 clases semanales de yoga en silla - Noche de juegos el viernes por la noche - ¡4 excursiones en grupo de un día!
Register your interest today!	¡Inscríbese hoy!
Complete a form online: bridgehousing.snapforms.com.au/form/golden-oldies-program or call the Community Team on 8324 0836	Rellene el formulario en línea: bridgehousing.snapforms.com.au/form/golden-oldies-program o llame al equipo de la comunidad al 8324 0836
Attend one of two information sessions, (let us know if you need an interpreter): - Wednesday 16 June 10.30am to 12pm. - Friday 18 June from 10.30am to 12pm.	Asista a una de las dos sesiones informativas (avísenos si necesita un intérprete): - Miércoles 16 de junio de 10:30 a 12:00 h - Viernes 18 de junio de 10:30 a 12:00 h
Missed a session? Call us 8324 0836 or email community@bridgehousing.org.au	¿Se perdió una sesión? Llámenos al 8324 0836 o mándenos un correo electrónico a community@bridgehousing.org.au
Day Trips	Salidas de un día
Gentle Exercise	Ejercicio suave
Yoga	Yoga
Game Nights	Noches de juegos
Note: Priority places are available for the following groups based on the funding terms: - Aboriginal and Torres Strait Islander people aged 50 years+ - Seniors 60+ from culturally and linguistically diverse backgrounds - Seniors 60+ living with disability, dementia, chronic or mental illness	Nota: Hay plazas prioritarias para los siguientes grupos según las condiciones de financiación: - Aborígenes e isleños del Estrecho de Torres mayores de 50 años - Mayores de 60 años con procedencia cultural y lingüística diversa - Mayores de 60 años que tengan discapacidad, demencia, enfermedad crónica o mental