



9/ 休閒

休閒活動能促進身心健康，並有助於結識新朋友。休閒活動可包括體育、社區活動、藝術文化、節慶活動和旅遊。

此部分提供以下方面的服務和資訊連結：

[競技和休閒體育](#)

適合殘疾人士的運動團體和項目

[社區項目](#)

所在社區舉行的休閒活動

[渡假和外出](#)

支援殘疾人士的旅遊公司、場所和節慶活動

[社交生活](#)

參與各種社交活動、保持社會聯繫、培養社交能力

9.1 競技和休閒體育

澳洲有很多體育活動可供殘疾人士參與，從精英運動員項目至社區體育和休閒活動，種類繁多。

瞭解所在州或領地的服務

使用下方地圖或此[按鈕](#)，查看所在州或領地的服務。

9.2 社區項目

參與社區活動是個發掘新興趣、追求愛好和結交朋友的好方法。社區中有許多不同類型的計劃和資源，可幫助殘障人士參與其中。

瞭解所在州或領地的服務

使用下方地圖或此[按鈕](#)，查看所在州或領地的服務。

9.3 渡假和外出

旅行和出外有許多選擇。很多地方提供無障礙住宿和旅遊景點，亦有一些機構可以幫助規劃假期或一日遊。

瞭解所在州或領地的服務

使用下方地圖或此[按鈕](#)，查看所在州或領地的服務。



Australian Government
Department of Social Services



Disability Gateway
Connecting you to information and services

9.4 社交生活

殘疾人士可尋找提供社交活動的機構，以及幫助維持社交聯繫和發展社交技能的機構。

瞭解所在州或領地的服務

使用下方地圖或此[按鈕](#)，查看所在州或領地的服務。