

## वसन्त गतिविधि क्यालेन्डर

### सेप्टेम्बर महिना २०२२

यो पात्रोले Migrant Resource Centre तस्मानिया द्वारा प्रदान गरिएका गतिविधिहरू र सामाजिक यात्राहरूको एक सिंहावलोकन प्रदान गर्दछ। यदि तपाईं यी मध्ये कुनै पनि गतिविधिमा भाग लिन चाहनुहुन्छ भने, वा थप जान्न चाहनुहुन्छ भने, कृपया वृद्ध हेरचाह र सामुदायिक सेवा टोलीलाई ०३ ६२२१ ०९९९ वा [daycentre@mrctas.org.au](mailto:daycentre@mrctas.org.au) मा सम्पर्क गर्नुहोस्। सामाजिक समूहका सहभागीहरूलाई सबै गतिविधिहरूमा भाग लिन स्वागत छ, यद्यपि तपाईंले उपस्थित हुन चाहनुहुने गतिविधिहरू बुक गर्न आवश्यक छ।



myagedcare

लागतहरू कार्यक्रमको लम्बाइ र तपाईंले Commonwealth Home Support Program को समर्थन प्राप्त गरिरहनुभएको छ वा होम केयर प्याकेजमा निर्भर गर्दछ। यदि तपाईंलाई गतिविधिहरूमा भाग लिन यातायात चाहिन्छ भने, कृपया हामीलाई थाहा दिनुहोस्। यदि तपाईं MRC सामाजिक समर्थन समूहहरूमा भाग लिन माई एजड केयरमा दर्ता हुनुहुन्न भने, हामी तपाईंलाई दर्ता गर्न मद्दत गर्न सक्छौं, वा तपाईंले १८०० २०० ४२२ मा सीधै माई एज केयरलाई सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ। MRC कर्मचारी र स्वयंसेवकहरूले सहभागीहरूलाई उठाउन वा बोक्न सक्दैनन्। सहभागीहरूले सवारी साधनमा चढ्न र बाहिर निस्कन र स्वतन्त्र रूपमा वा हेरचाहकर्ताको सहयोगमा गतिविधिहरूमा भाग लिन सक्षम हुनुपर्छ।

हाम्रा सामाजिक समूहहरूले स्वागत गरिरहेका छन्, हामी विविधता मनाउँछौं र समावेशी अभ्यास र गतिविधिहरूप्रति प्रतिबद्ध छौं।



## बिहीबार

१

10:30 AM - 1:30 PM

### भुटानी सामाजिक समूह

MRC, स्तर 2, 1A एनफिल्ड सडक, ग्लेनोर्ची।

निःशुल्क श्रवण परीक्षण | Hearing Australia Hearing Bus.

८

10:30 AM - 1:30 PM

### भुटानी सामाजिक समूह

प्रवासी स्रोत केन्द्र तस्मानिया, स्तर 2, 1A एनफिल्ड स्ट्रीट, ग्लेनोर्ची।

गतिविधि: Advocacy Tasmania द्वारा प्रस्तुति।

१५

10:30 AM - 1:30 PM

### भुटानी सामाजिक समूह

प्रवासी स्रोत केन्द्र तस्मानिया, स्तर 2, 1A एनफिल्ड स्ट्रीट, ग्लेनोर्ची।

11:00AM

गतिविधि: राम्रो निद्रा' स्वास्थ्य जानकारी सत्र, सुदिनाद्वारा प्रस्तुति, द्विभाषी स्वास्थ्य शिक्षक, अष्ट्रेलियन रेड क्रस।

२२

10:30AM - 1:30PM

### भुटानी सामाजिक समूह

प्रवासी स्रोत केन्द्र तस्मानिया, स्तर 2, 1A एनफिल्ड स्ट्रीट, ग्लेनोर्ची।

गतिविधि: छोटो बस, बाहिर निस्कने।

२९

10:30AM - 1:30PM

### भुटानी सामाजिक समूह

प्रवासी स्रोत केन्द्र तस्मानिया, स्तर 2, 1A एनफिल्ड स्ट्रीट, ग्लेनोर्ची।

गतिविधि: कुर्सी गतिशीलता।