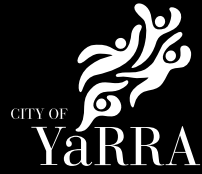


اكتشف | تواصل | شارك
دليل الأنشطة
المجتمعية

2026



المحتويات

4	اكتشف ما يحدث في منطقتك
5	التطوع
6	المكتبات
7	مراكز الأحياء
8	الحدائق المجتمعية
9	كن نشطاً
10	أنشطة وبرامج للعائلات والأطفال
12	أنشطة وبرامج للشباب
14	أنشطة لمقدمي الرعاية
15	أنشطة وبرامج لكبار السن
17	أنشطة وبرامج للأشخاص ذوي الإعاقة
18	هل تحتاج إلى دعم إضافي؟

صورة الغلاف: Rathdowne Street
المصور: Matt Krumins

National Relay Service TTY 133 677 then (03) 9205 5055 **REF 20742**

Languages 中文 9280 1937 Italiano 9280 1931 Tiếng Việt 9280 1939
العربية 9280 1930 Ελληνικά 9280 1934 Español 9280 1935 Other 9280 1940

دليلك للبرامج والأنشطة المحلية لجميع الأعمار

سواء كنت ترغب في تجربة نشاط جديد أو الانضمام إلى مجموعة اهتمامات أو التطوع أو التعرف على أشخاص جدد أو ممارسة الرياضة، ستجد ما يناسبك. معظم الأنشطة مجانية أو بتكلفة رمزية.

ابحث عن أنشطة مُخصصة للعائلات والأطفال والشباب وكبار السن والأشخاص ذوي الإعاقة.

اطّلع على الفعاليات المُقامة في المكتبات لدينا ومراكز الأحياء ومراكز التعليم ومراكز الترفيه وغيرها.

يُقرّ Yarra City Council بشعب Wurundjeri Woi Wurrung بصفتهم المالكين التقليديين والسياديين الحقيقيين للأرض المعروفة اليوم باسم Yarra.

كما نُقرّ بالمساهمات الجليلة التي قدمها السكان الأصليون وسكان جزر مضيق توريس الآخرون للحياة في Yarra. ونُعرب عن احترامنا لشيوخ جميع الأمم، وشيوخهم السابقين والحاليين.

التطوع

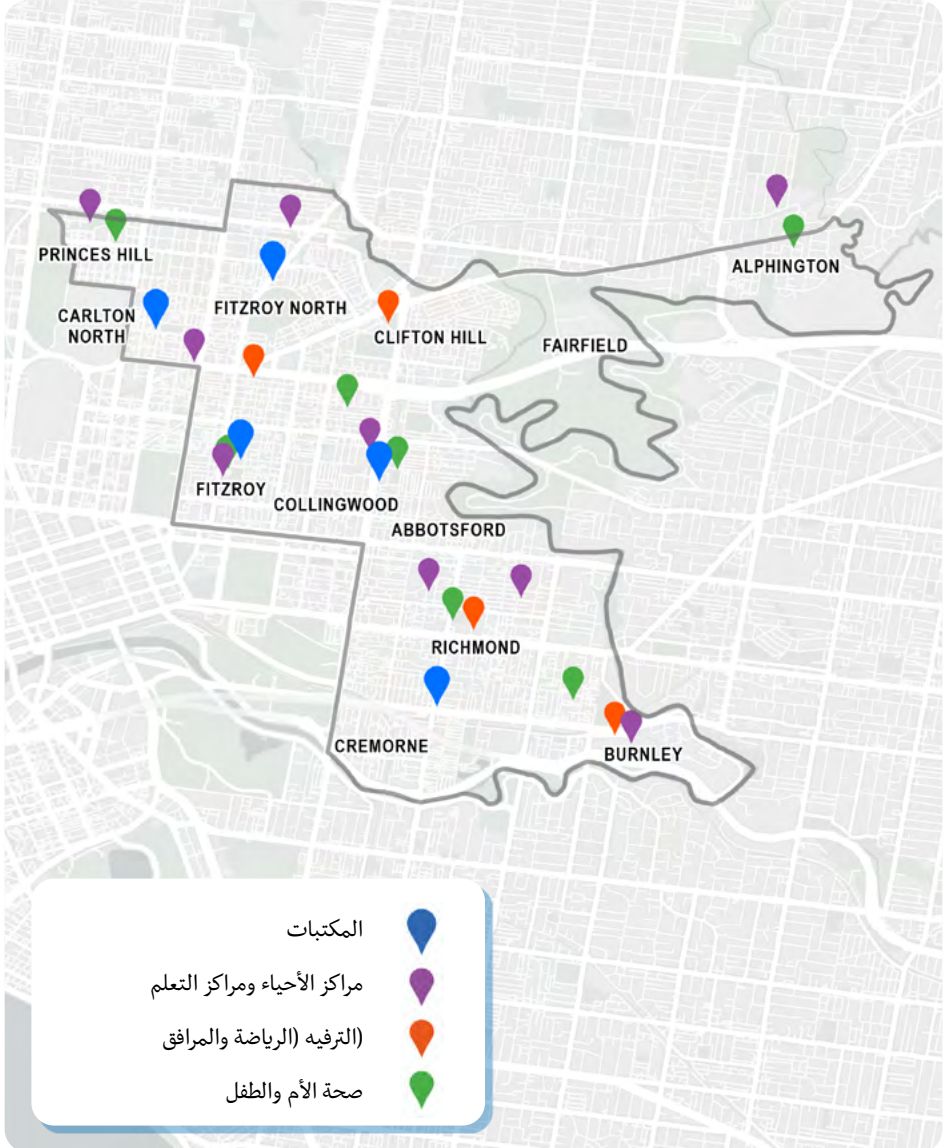


التطوع وسيلة رائعة للمشاركة في المجتمع. يلعب المتطوعون لدينا دورًا هامًا في إنجاح البرامج والخدمات والفعاليات.

يرجى زيارة موقعنا الإلكتروني للاطلاع على المزيد من فرص التطوع المتاحة في Yarra. يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمعرفة المزيد.



اكتشف ما يحدث في منطقتك



مراكز الأحياء

تقدم مراكز الأحياء مجموعة واسعة من الأنشطة والبرامج منخفضة التكلفة أو المجانية، بعضها مصمم خصيصًا لاهتمامات أو مراحل عمرية محددة، بينما العديد منها مفتوح للجميع.

أنواع الأنشطة التي قد تجدها:

- فصول تمارين رياضية منخفضة التكلفة مثل البيلاتس والتاي تشي وتمرين القوة
- أنشطة اجتماعية مثل لعب الورق وتنس الطاولة وسكراب
- برامج موسيقية، بما في ذلك جوقات مجتمعية
- صفوف لتعليم اللغة الإنجليزية وفرص لممارسة لغة أجنبية، مثل الفرنسية والألمانية
- مقاهي الإصلاح، حيث يمكنك الحصول على مساعدة في إصلاح الأشياء التي لا تعمل
- خيارات طعام وشراب، بما في ذلك وجبات غداء سريعة وعربات القهوة
- ورش عمل للرجال والنساء، حيث يمكن للأشخاص من جميع الأعمار والخلفيات العمل على مشاريع بوتيرة تناسبهم

تتغير البرامج مع كل فصل دراسي. للاطلاع على البرامج الحالية، يرجى زيارة أي من مراكز الأحياء التسعة في Yarra:

Alphington •

Carlton •

Collingwood •

Fitzroy (Fitzroy Learning Network) •

North Carlton •

Fitzroy North: Holden Street •

Richmond: Richmond, Finbar and •

Belgium Avenue



يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمعرفة المزيد.

المكتبات

تقدم مكتبات Yarra مجموعة واسعة من الأنشطة والبرامج المجانية أو منخفضة التكلفة. هناك ما يناسب الجميع:

- أنشطة أسبوعية ومنتظمة تشمل نوادي الكتب ونوادي الخياطة وجلسات قراءة القصص للأطفال.
- جلسات مقهى ودية حيث يمكنك الاستمتاع بفنجان قهوة والدرشة.
- أماكن للدراسة أو العمل أو القراءة أو الاسترخاء أو لقاء الآخرين - حتى أن مكتبة North Fitzroy تضم حديقة على السطح.
- فعاليات متنوعة مثل الموسيقى الحية والأفلام ولقاءات مع المؤلفين ومعارض فنية.
- كتب وموارد متنوعة مثل الصحف والمجلات ومجموعات الكتب باللغات الأجنبية والروايات والكتب الواقعية الحديثة.
- خدمات تقنية ودعم فني تشمل خدمة Wi-Fi عامة مجانية، وأجهزة لوحية للإعارة وأجهزة ألعاب وجلسات مساعدة رقمية.
- تقدم كل مكتبة أنشطة وخدمات مختلفة قليلاً. يمكن الدردشة مع أمين المكتبة لمعرفة ما هو موجود في فروع مكتبتنا الخمسة:

Carlton •

Collingwood •

Fitzroy •

Fitzroy North, Bargoonga Nganjin •

Richmond •

يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمزيد من المعلومات.



لا يمكنك الوصول إلى المكتبة؟

خدمة المكتبة المنزلية لدينا توفر خدمة توصيل مجانية. يرجى المسح هنا لمعرفة المزيد.



كن نشطاً

سواء كنت تزور بشكل عَرَضي أو أصبحت عضواً، فإن مراكزنا الترفيهية تقدم مجموعة واسعة من برامج الأنشطة لمختلف الأعمار والمراحل الحياتية والفئات. إليك بعض أنواع الأنشطة التي ستجدها في مراكزنا الترفيهية:

- مساحة مخصصة للنساء فقط داخل الصالة الرياضية لممارسة التمارين
- صفوف تمارين رياضية للآباء والأمهات مع عربات الأطفال
- صفوف تمارين رياضية لكبار السن
- صفوف تمارين رياضية خاصة بمجتمع الميم
- عضويات للشباب
- صالة رياضية و صفوف لتقوية العضلات متاحة للأشخاص من جميع القدرات

للاطلاع على الفعاليات، يرجى زيارة أحد المراكز الترفيهية:

Collingwood Leisure Centre •

Collingwood Estate Gym •

Fitzroy Swimming Pool •

Richmond Recreation Centre •

سيضم كل مركز مجموعة مختلفة من الأنشطة والبرامج. يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمزيد من المعلومات.



دليل الأنشطة البدنية

للعثور على طرق أخرى لممارسة النشاط البدني أو للعثور على مجموعة رياضية، يرجى البحث في دليل الأنشطة البدنية الخاص بنا عبر رمز الاستجابة السريعة هذا.



ملعب Burnley للغولف

للغولف مكاناً رائعاً للمبتدئين ولاعبي الغولف ذوي Burnley يعد ملعب الخبرة، وهو مفتوح للزوار والأعضاء العاديين. يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمزيد من المعلومات.



الحدائق المجتمعية

يُعد الانضمام إلى حديقة مجتمعية طريقة رائعة للتواصل مع المجتمع المحلي وزراعة الطعام الطازج وتعلم المهارات وتبادلها وقضاء الوقت في أحضان الطبيعة.

بالإمكان تفقد الحديقة المجتمعية في منطقتك:

Alphington Neighbourhood House •

Ballam Ballam - Carlton North •

Burnley Backyard •

Carlton Neighbourhood House •

Condell Growers and Sharers - Fitzroy •

Finbar Neighbourhood House •

Railway Garden - Princes Hill •

Rushall Community Garden •

يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمزيد من المعلومات.



Cultivating Community

تتولى Cultivating Community إدارة الحدائق المجتمعية المقامة على أراضي وزارة الأسر والإنصاف والإسكان (DFFH)، ويتولى السكان رعايتها.

يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمزيد من المعلومات.



الحدائق والمحميات وملاعب الأطفال

تُعد الحدائق والمحميات وملاعب الأطفال في Yarra وسيلة رائعة للاستمتاع بالهواء الطلق والتواصل مع الطبيعة والمجتمع. للعثور على حديقة قريبة منك، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة.



ملعب Venny's Cubbies Fitzroy للمغامرات

انضم إلى ساحة لعب مشتركة بإشراف متخصصين، مع جلسات لعب مجانية مفتوحة للجميع، ومجموعات خاصة بالفتيات وأخرى بالفتيان. تُقام البرامج خلال الفصل الدراسي والعطلات المدرسية وفي المساء. لمزيد من المعلومات، تواصل مع Cubbies عبر الاتصال على الرقم 9376 0589 أو بالبريد الإلكتروني info@thevenny.org.au.

مركز Connie Benn

مركز Connie Benn هو مركز متكامل وشامل للأطفال من عمر الولادة إلى 12 عامًا وعائلاتهم في Fitzroy. تشمل أنشطته جلسات قراءة القصص ومكتبة ألعاب ومجموعات أنشطة لأولياء الأمور والطبخ والأشغال اليدوية والصحة والعافية وعلاج النطق والخدمات القانونية وقاعات اجتماعات ومسارات وخدمات الإحالة.

لمزيد من المعلومات، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة أو الاتصال على الرقم 9426 1500 أو المراسلة عبر البريد الإلكتروني cbcbadmin@bsl.org.au

المكتبات

تُقدّم مكتباتنا مجموعةً واسعةً من الأنشطة والبرامج للعائلات والأطفال، بدءًا من جلسات الأطفال الرضع وجلسات أناشيد الأطفال وجلسات قراءة القصص العائلية، وصولًا إلى أنشطة العطلات المدرسية. كما تُعدّ المكتبات مكانًا رائعًا للقراءة مع الأطفال أو للقاء صديق. تجد المزيد من المعلومات حول مكتباتنا في الصفحة 7. يرجى زيارة مكتبتك للاطلاع على الفعاليات والأنشطة.



أنشطة للعائلات والأطفال

مجموعات اللعب

تُعدّ مجموعات اللعب وسيلة رائعة للتواصل مع أولياء الأمور أو مقدمي الرعاية الآخرين. لدينا أنواع عديدة من مجموعات اللعب في Yarra. إذا لم تجد المجموعة المناسبة لك، يمكنك إنشاء مجموعتك الخاصة.

للمزيد من المعلومات، يرجى التواصل مع فريق مجموعات اللعب في Yarra عبر البريد الإلكتروني playgroups@yarracity.vic.gov.au أو مسح رمز الاستجابة السريعة.



خدمة معلومات ودعم الأبوة والأمومة

تقدم هذه الخدمة جلسات إعلامية حضورية وعبر الإنترنت، خلال وقت الغداء أو في وقت مبكر من المساء، لمساعدتك على أن تصبح أبًا أو أمًا واثقًا بنفسك. إذا كنت تشعر بالقلق أو تعاني من الأرق أو ترغب في الحصول على بعض النصائح التربوية، فإن خدمات دعم الأبوة والأمومة متاحة لمساعدتك.

للمزيد من المعلومات، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة.



ممرضات صحة الأم والطفل

تقدم هذه الخدمة تقييمات مجانية لنمو وتطور الأطفال من الولادة وحتى سن المدرسة. إذا لم تكن على اتصال بممرضة صحة الأم والطفل أو كنت بحاجة إلى دعم إضافي، فيرجى مسح رمز الاستجابة السريعة أو الاتصال بخط حجز خدمات صحة الأم والطفل على الرقم 9205 5599 أو المراسلة عبر البريد الإلكتروني

mchbookings@yarracity.vic.gov.au





عضوية الشباب في مراكز الترفيه

تقدم مراكز الترفيه لدينا الآن عضوية للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و24 عامًا. تعرّف على المزيد حول عضوية Yarra للشباب من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة أو زيارة أقرب مركز ترفيهي إليك.



هل تحتاج إلى دعم إضافي؟

يقدم برنامج دعم الشباب في Yarra دعمًا مجانيًا قصيرًا ومتوسط المدى للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و25 عامًا. يشمل هذا الدعم التواصل والمعلومات والإحالات والمناصرة للتغلب على التحديات في مجالات تشمل الصحة النفسية والجسدية والإعاقة والسكن وتعاطي الكحول والمخدرات والعلاقات الأسرية ومع الأقران والتعليم والضغط القانونية والمالية.

يُقدّم برنامج دعم الشباب خدماته من الساعة 9 صباحًا حتى 5 مساءً خلال أيام الأسبوع.

للاستفسار، يُرجى الاتصال على الرقم 9426 1455 أو مراسلتنا عبر البريد الإلكتروني youthsupport@yarracity.vic.gov.au

أنشطة للشباب

توجد في جميع أنحاء Yarra العديد من الأماكن التي يمكن للشباب الذهاب إليها للتسكع مع الأصدقاء أو مقابلة أشخاص آخرين.



برامج الشباب

تقدم برامج شباب Yarra مجموعة متنوعة من البرامج والأنشطة المجانية في كل فصل دراسي. تشمل هذه الأنشطة إطلاق العنان للإبداع في التنسيق الموسيقي أو كتابة الأغاني أو الحصول على مساعدة من خبراء لإتقان كتابة طلبات التوظيف.

يرجى زيارتنا للاطلاع على الفعاليات في Fitzroy و Richmond. لمزيد من المعلومات، يرجى الاتصال على الرقم 9205 5555 أو مسح رمز الاستجابة السريعة.

The Drum



تقدم خدمات The Drum للشباب برامج ترحيبية وأمنة وشاملة للشباب، مثل الأنشطة الإبداعية والترفيهية ونادي الفتيات وبرنامج الزيارات المفتوحة. للتواصل مع خدمات Drummond Street، يرجى الاتصال على الرقم 9663 6733 أو المراسلة عبر البريد الإلكتروني youthservices@ds.org.au

يمكنك زيارة The Drum في أحد فرعيه: Hoddle Street 253 في Collingwood أو 110 Elizabeth Street في Richmond. يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمعرفة المزيد.

تحتوي مكتبتنا (انظر الصفحة 7) ومراكز الأحياء (انظر الصفحة 8) على مجموعة من الأنشطة والبرامج المخصصة للشباب.

أنشطة لكبار السن

تتوفر في جميع أنحاء منطقة Yarra العديد من الأماكن والبرامج لكبار السن الذين يتطلعون إلى تجربة شيء جديد أو التعرف على أشخاص آخرين.



الرقص من القلب

الرقص من القلب هو برنامج رقص آمن وشامل للأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 عامًا فأكثر. يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة لمعرفة المزيد.



الكبار والبراعم

يجمع برنامج الكبار والبراعم كبار السن من المجتمع وأطفال الروضة معًا للتعليم والتواصل. لمعرفة المزيد، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة.



جامعة الجيل الثالث (U3A)

تقدم جامعة الجيل الثالث (U3A) مجموعة متنوعة من الأنشطة مثل فصول التمارين الرياضية والرحلات والمحاضرات. معظم الفصول والأنشطة الاجتماعية مجانية للأعضاء. تعرّف على المزيد من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة.



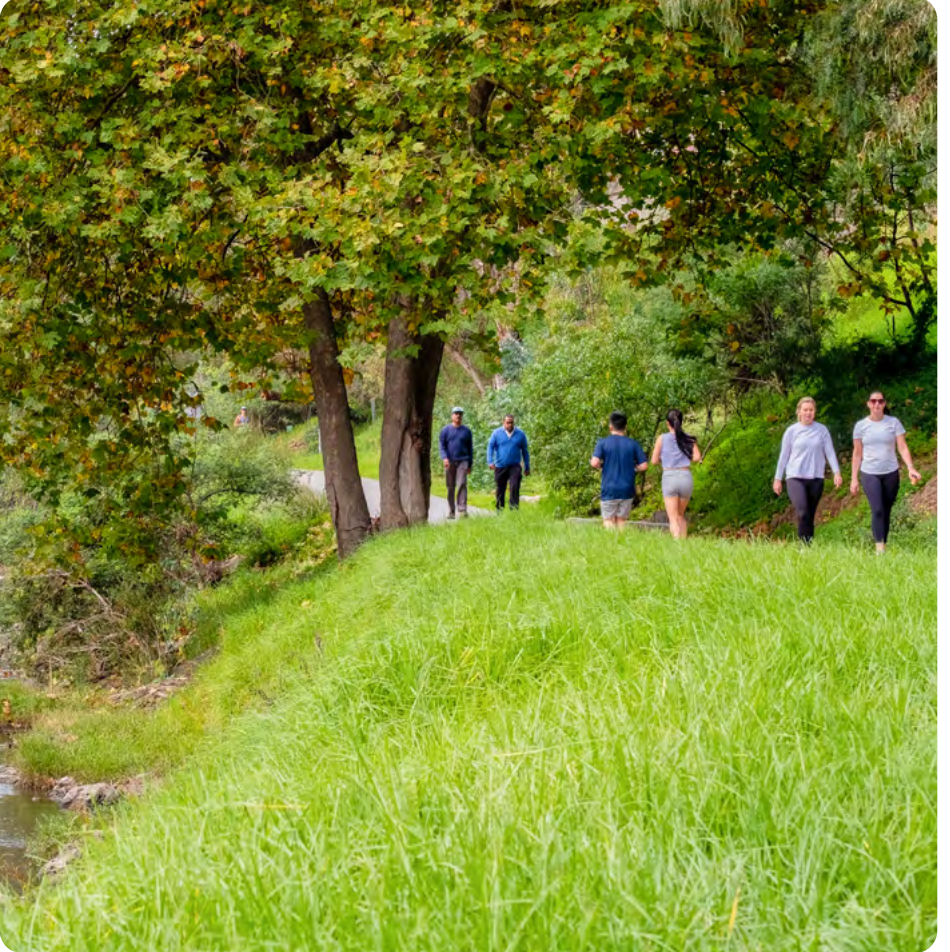
نوادي كبار السن من مختلف الخلفيات العرقية

هناك مجموعة متنوعة من المجموعات لأشخاص من خلفيات واهتمامات مختلفة، تُقيم أنشطة يومية طوال أيام الأسبوع. تعرّف على المزيد حول هذه المجموعات المجتمعية المتنوعة من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة.

أنشطة لمقدمي الرعاية

جولات المشي الشهرية لمقدمي الرعاية

خصص بعض الوقت لنفسك وتواصل مع مقدمي رعاية آخرين في جولة مشي شهرية مريحة على طول نهر Yarra لجميل. بعد الجولة، استمتع بفنجان قهوة مجاني وحديث ودي. للمزيد من المعلومات، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة.



أنشطة وبرامج للأشخاص ذوي الإعاقة

تتوفر في منطقة Yarra مجموعة متنوعة من الخدمات والأنشطة للأشخاص ذوي الإعاقة.

تشمل هذه الأنشطة وجبات غداء جماعية والبستنة والرياضة وقراءة القصص والألعاب الإلكترونية وغيرها الكثير.



للمزيد من المعلومات حول خدمات الدعم المجتمعي والأنشطة الترفيهية، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة.





برامج وأنشطة حزمة الدعم المنزلي

يقدم المجلس البلدي مجموعة من الأنشطة ضمن حزمة الدعم المنزلي التابعة للكومنولث. تعرّف على المزيد من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة.



برنامج دعم الحيوانات الأليفة

هل تحتاج إلى مساعدة في تمشية كلبك أو ترغب بالتطوع كمُشاة كلاب؟ تعرّف على المزيد حول برنامج دعم الحيوانات الأليفة من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة.



كبار السن من مجتمع الميم + LGBTQIA

تحالف Bent Twigs Alliance هو مجموعة اجتماعية لكبار السن من مجتمع الميم + LGBTQIA، يجتمعون كل أسبوعين في Collingwood. لمعرفة المزيد، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة.

توفر مكتباتنا (انظر الصفحة 7) ومراكز الأحياء (انظر الصفحة 8) ومراكز الترفيه (انظر الصفحة 10) مجموعة متنوعة من الأنشطة والبرامج المصممة خصيصًا لكبار السن.



مركز عدالة الحي

يقدم مركز عدالة الحي الدعم للأشخاص الذين يعانون من التشرد والأشخاص الذين يعانون من ضغوط اقتصادية والذين يعانون من مشاكل الصحة النفسية والأشخاص الذين يتفاعلون مع النظام القانوني والناجين من ضحايا العنف الأسري.

لمعرفة المزيد، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة أو الاتصال بالرقم 9087 5739 أو إرسال بريد إلكتروني إلى njc@justice.vic.gov.au



St Mary's House of Welcome

يقدم St Mary's House of Welcome الدعم للأشخاص الذين يعانون من التشرد، بما في ذلك الإفطار والغداء والاستحمام والمساعدة في حالات الطوارئ. لمعرفة المزيد، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة أو الاتصال على الرقم 9417 6497 أو إرسال بريد إلكتروني إلى operations@smhow.org.au



الإغاثة الغذائية

يوجد العديد من جهات تقديم الإغاثة الغذائية في مدينة Yarra. تعرّف على المزيد من خلال مسح رمز الاستجابة السريعة.



هل تحتاج إلى دعم إضافي؟



يقدم مركز North Richmond للصحة المجتمعية خدمات طبية عامة وخدمات طب الأسنان ومجموعة من الخدمات الصحية الأخرى. لمعرفة المزيد، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة أو الاتصال على الرقم 9418 9800 أو 9418 9873 للاستفسار عن الصحة الفموية.

cohealth



تقدم cohealth مجموعة من الخدمات الصحية والدعم. لمعرفة المزيد، يرجى الاتصال على الرقم 9448 5528 أو مسح رمز الاستجابة السريعة.

Access Health



تقدم Access Health مجموعة واسعة من الخدمات الصحية، بما في ذلك الرعاية العاجلة والصحة النفسية ودعم كبار السن والدعم الاجتماعي. لمعرفة المزيد، يرجى الاتصال على الرقم 9810 3000.

معلومات ونصائح سرية بشأن الكحول والمخدرات

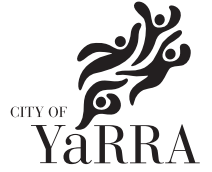
للحصول على معلومات أو استشارة أو إحالة بشأن مشاكل الكحول والمخدرات (بما في ذلك برامج الحقن)، يرجى الاتصال بخط المساعدة DirectLine على الرقم 1800 888 236 (متوفر على مدار الساعة).

دعم الصحة النفسية

خدمة الطوارئ النفسية في St Vincents متاحة على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع. الهواتف: 1300 558 862.

إذا كنت تشعر بالإرهاق أو تواجه صعوبة في التأقلم، يقدم خط المساعدة Lifeline دعمًا فرديًا مجانيًا وسريًا في حالات الأزمات. يتوفر فريق الدعم النفسي المدرب التابع لهم للاستماع إليك دون إصدار أحكام على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع عبر الهاتف على الرقم 13 11 14.

إذا كنت أنت أو أي شخص آخر في خطر، فاتصل بالرقم 000.



Yarra City Council

PO Box 168, Richmond VIC 3121

9205 5555

info@yarracity.vic.gov.au

yarracity.vic.gov.au

مراكز خدمة العملاء

Richmond Town Hall

333 Bridge Road, Richmond

Collingwood Town Hall

140 Hoddle Street, Abbotsford