

Iscrizione

Puoi prenotare e pagare per un corso o un'attività:

1. **Di persona o al telefono, durante i nostri orari di ufficio.**
Il pagamento può essere fatto con EFTPOS, contanti o carta di credito/debito
2. **Online sul sito <http://www.mackierdnh.org.au/classes-and-courses/>**

I moduli di iscrizione sono disponibili presso l'ufficio o possono essere scaricati dal nostro sito web.

Termini e Condizioni

- Le quote totali del corso devono essere pagate al momento della prenotazione e prima dell'inizio del corso. I posti nei corsi sono sicuri solo una volta ricevuto il pagamento completo.
- Carte di concessione (solo Pensionati o carte di Health Care) devono essere presentate al momento dell'iscrizione per usufruire della tariffa agevolata. Non tutti i corsi/classi offrono tariffe ridotte.
- MRNH non offre ai partecipanti la possibilità di pagare tariffe settimanali/occasional.
- MRNH non offre pagamenti in proporzione al periodo di assenza o lezioni perse (tranne in circostanze speciali che possono essere discusse con il Coordinatore o il Responsabile dell'ufficio). Un'attenzione speciale sarà concessa per non più di un trimestre in un anno solare.
- **Non saranno concessi rimborsi** se uno studente interrompe un corso, non lo frequenta o lo annulla entro la settimana precedente l'inizio del corso.
- Il rimborso viene concesso (meno \$10.00 di spese amministrative) se l'iscrizione viene cancellata almeno 7 giorni prima dell'inizio del corso
- Il rimborso completo viene dato se la classe viene annullata da

Orario di Ufficio

L'Ufficio e il nostro e-Cafe sono aperti al pubblico durante il periodo scolastico (esclusi i giorni festivi) come segue:

Lunedì: 9.30am – 4.00pm
Martedì: 9.30am – 4.00pm
Mercoledì: 9.30am – 4.00pm
Giovedì: 9.30pm – 4.00pm
Venerdì: 9.30am – 2.30pm



Justice of the Peace services available Wednesdays by appointment.



Mackie Rd
Neighbourhood
House

learn • share • belong



Ci troverai all'interno del
36-42 Mackie Rd, Mulgrave 3170
(Proprio dietro il parco giochi)

Telefono: 9548 3311

Email: info@mackierdnh.org.au

ABN: 15192371415

2 Trimestre 2021

19th Aprile – 25th Giugno

**No lezione Lunedì 14 Giugno*

Questo programma è disponibile in Cinese, Greco e Italiano
sul sito web.

www.mackierdnh.org.au



Gruppi Sociali e di Sostegno

Mackie Rd Neighbourhood House e sede di diversi gruppi social e di sostegno.

Vieni a provare un pruppo oggi..

Tutti sono I benvenuti!

TE MATTUTINO DELLA COMUNITA

Vieni a casa il Martedì mattina alle 10.30 (durante il period scolastico) e divertiti a conoscere lo staff e I tuoi vicini davanti a un delizioso te mattutino. **Cost: Gratuito**

GRUPPO PASSEGGIATA

Il nostro gruppo cammina in un luogo diverso ogni settimana il lunedì dalle 10:00 alle 11:00 (durante i termini scolastici) e esce per circa 1 ora. Contatta l'ufficio per maggiori dettagli sui luoghi delle riunioni. **Cost: Gratuito**

GRUPPO – CAMMINARE CON LE CARROZZINE (NUOVO)

Unisciti a noi per la breve passeggiata intorno alla zona di Mulgrave, il martedì dalle 9.30 alle 10.30 con inizio e fine a Mackie Rd Neighbourhood House nel Wellington Reserve Community Center. Tutti i genitori con carrozzina sono i benvenuti. **Cost: Gratuito**

GRUPPO RICAMO E CHIACCHIERE

Questo gruppo si riunisce il primo **Lunedì** del mese dalle **10:00 alle 12:00** per lavorare sulla loro chiacchierata e chiacchierare! Porta con te il tuo ultimo progetto tatting e divertiti a creare in compagnia di altri, creatori amichevoli. I nuovi membri sono sempre i benvenuti. **Incontri: 3 Maggio e 7 Giugno Cost: \$3 per sessione**

GRUPPO DI GIOCO PER BAMBINI ARMENI

Questo Gruppo si riunisce settimanalmente il **Giovedì** dalle **10am-12pm** (durante il period scolastico). Fai nuove amicizie e divertiti! I nuovi membri sono sempre I benvenuti (solo madrelingua) **Cost: Gratuito**

MONASH PLAYGROUP *

Fai nuove amicizie, condividi le esperienze che hai avuto a Melbourne e divertiti. Con tanto spazio e giocattoli, ci sarà qualcosa per intrattenere adulti e bambini! Incontro ogni martedì dalle 10.00 alle 12.00.

Cost: Gratuito

GRUPPO SOCIALE SENIORS (NUOVO)

Un gruppo sociale per anziani da soli, per incontrarsi, chattare e trovare supporto. Si tiene ogni due settimane il martedì dalle 10:00 alle 12:00. Tutti i nuovi membri sono i benvenuti. ☺

Cost: gRATUITO

Programmi di Salute e Benessere

Esercizio delicato per gli Anziani

Un programma di esercizi specificamente progettato per le persone anziane, questo programma ti aiuterà a migliorare equilibrio, forza e mobilità e il tuo livello generale di forma fisica. Questo corso è adatto a tutti i livelli di forma fisica e mobilità e può essere intrapreso da seduti, se necessario.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|-------------------|----------|-------------|
| 20 th Aprile – 22 nd Giugno | Martedì 10am-11am | \$120 | \$110 |

Programmi per Bambini Cont'd

Corsi d'arte per bambini

I nostri corsi d'arte per bambini incoraggiano l'originalità e la creatività, consentendo ai bambini di esplorare diversi mezzi e tecniche. I bambini lavoreranno su una serie di progetti utilizzando pastelli (morbido/olio), vernice (acquerello/acrilico) e matita. Queste classi offrono una meravigliosa opportunità per i bambini di sviluppare le abilità di pittura e disegno in un ambiente amichevole e solidale.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|--|--|----------|-------------|
| 19 th Aprile – 21 st Giugno *No class 14 th Giugno | Lunedì 4pm-5pm (5-7yrs) Lunedì 5pm-6pm (7+ yrs) | \$105 | \$95 |
| 21 st Aprile – 23 rd Giugno | Mercoledì 4pm-5pm (5-7yrs) Mercoledì 5pm-6pm (7+ yrs) | \$115 | \$105 |
| 22 nd Aprile – 24 th Giugno | Giovedì 4pm-5pm (5-7yrs) Giovedì 5pm-6pm (7+ yrs) | \$115 | \$105 |

E' inoltre necessario acquistare un kit di materiali prima che tuo figlio inizi a frequentare la prima lezione. Il kit durerà per diversi trimestri. **Costo: \$35.00**

Gruppo di gioco MRNH

Il nostro gruppo di gioco offre un ambiente sicuro per i bambini per imparare attraverso il gioco e l'interazione sociale. Ogni sessione include un pieno ed divertimento, musica facilitata e tempo di movimento e un sacco di gioco libero. (Sessione musicale inizia intorno alle 10:00).

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|--|--|-------------------|-------------------|
| 23 rd Aprile – 25 th Giugno * due sessioni separate | Venerdì 9.30am-11am / 11.15am-12.45pm | \$60 per famiglia | \$55 per famiglia |

KinderDance (NUOVO)

KinderDance fa muovere e divertire i tuoi piccoli con un po 'di jazz e canti e balli divertenti usando oggetti di scena e consumando energia!

**3 anni e L'eta minima.*

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|--|---------------------|-------------------|-------------------|
| 22 nd Aprile– 24 th Giugno | Giovedì 9.30am-10am | \$60 per famiglia | \$55 per famiglia |

KinderGym (NUOVO)

KinderGym è ottimo per la coordinazione, l'equilibrio e la forma fisica dei tuoi piccoli. Utilizzando pouf, cerchi, travi, cunei, ecc.

**3anni e L'eta minima.*

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|-------------------------|-------------------|-------------------|
| 22 nd Aprile – 24 th Giugno | Giovedì 10.15am-10.45am | \$60 per famiglia | \$55 per famiglia |

***iscriviti per entrambi KinderDance e KinderGym allo stesso tempo per solo \$100 quota intera, \$90 di concessione!**

Corsi di Interesse Speciale Cont'd

Italiano Per Tutti

Hai sempre voluto imparare l'italiano? Pianificare un viaggio in Italia o imparare l'italiano per la sua cultura? Se sì, le nostre lezioni di italiano sono perfette per te! Il nostro tutor, Luciano Pirrottina, nato e cresciuto in Italia, ti insegnerà l'italiano quotidiano, colloquiale e moderno, che può essere usato immediatamente nei negozi, ristoranti, mercati, con amici e conoscenti.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|-------------------------|----------|-------------|
| 21 st Aprile – 23 rd Giugno | Mercoledì 6.30pm-8.30pm | \$170 | \$155 |
| 22 nd Aprile – 24 th Giugno | Giovedì 10.30am-12.30pm | \$170 | \$155 |

* Libro di testo richiesto: "Ci Siamo" (da acquistare separatamente dai partecipanti).

Francese per Principianti

Hai sempre voluto imparare il francese? Pianificare un viaggio in Francia o imparare il francese per la sua cultura? Se sì, le nostre lezioni di francese sono perfette per te! La nostra tutor, Isabelle, è nata e cresciuta in Francia e può darti le capacità per parlare con sicurezza nelle situazioni quotidiane.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|----------------------|----------|-------------|
| 21 st Aprile – 23 rd Giugno | Mercoledì 11am - 1pm | \$170 | \$155 |

Scrittura di Vita

Il nostro tutor qualificato ti accompagnerà in un piacevole viaggio di scrittura per mettere su carta la tua storia (o la storia di una persona cara). Gli argomenti di questo corso includono come suscitare ricordi, tecniche di scrittura facili e come far scorrere la tua storia.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|--|---------------------------|----------|-------------|
| 5 th Maggio – 23 rd Giugno | Mercoledì 10.00am-11.30am | \$110 | \$100 |

Revisione di Memorie

Fai il passo successivo con la tua Scrittura di Vita nel nostro nuovo corso di Revisione di Memorie. Il nostro tutor è uno scrittore professionista e fornirà indicazioni per modellare i ricordi scritti in un insieme coeso. Un corso ideale per persone che hanno già frequentato i corsi di Scrittura di Vita o che hanno già un corpo di lavoro.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|-----------------------|----------|-------------|
| 19 th Maggio – 23 rd Giugno | Mercoledì 12pm-1.30pm | \$90 | \$80 |

Programmi per Bambini

Club compiti a casa

Cerchi un posto per il tuo bambino della scuola elementare per completare i compiti con il supporto di un tutor in uno spazio amichevole libero da distrazioni (come i videogiochi)? Il nostro club compiti a casa offre un sano spuntino dopo la scuola, accesso supervisionato a computers e alla biblioteca di Mulgrave, tutors per aiutare gli studenti a sviluppare abitudini positive a casa

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|--------------------|----------------------|----------------------|
| 27 th Aprile – 22 nd Giugno | Martedì 4pm-5.30pm | \$75 per famiglia | \$70 per famiglia |

Programmi di Salute e Benessere Cont'

Classic Nia

Musica soul, movimenti coreografici facili da seguire e un'atmosfera di supporto incoraggiano ogni persona a sintonizzarsi consapevolmente e personalizzare i movimenti per portare piacere e auto-guarigione..

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|--|------------------------|----------|-------------|
| 19 th Aprile – 21 st Giugno *No class 14 th Giugno | Lunedì 11.45am-12.45pm | \$115 | \$105 |

Yoga

Vuoi migliorare il tuo benessere fisico ed emotivo? Unisciti alla nostra lezione di yoga e migliora i livelli di stress, flessibilità ed equilibrio.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|------------------------|----------|-------------|
| 20 th Aprile – 22 nd Giugno | Martedì 9.30am-10.30am | \$125 | \$115 |

Pilates (Principianti/Intermedio)

Questo programma è a basso impatto ed è progettato per aiutarti a migliorare la flessibilità, costruire la forza e sviluppare il controllo e la resistenza nel corpo. Pone l'accento sulla respirazione, sviluppando un nucleo forte e migliorando l'equilibrio. Questo corso è adatto a partecipanti principianti/intermedi e prevede il lavoro in piedi e sul tappeto. Porta il tuo tappetino o usa quello fornito dalla casa.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|------------------------|----------|-------------|
| 19 th Aprile – 21 st Giugno | Lunedì 5.30pm – 6.30pm | \$110 | \$100 |
| 19 th Aprile – 21 st Giugno | Lunedì 6.30pm -7.30pm | \$110 | \$100 |
| *No class 14 th Giugno | | | |

Allenamento muscolare

L'allenamento muscolare aiuta a sviluppare muscoli più forti e un migliore equilibrio e contribuisce alla salute e al benessere generale. Adatto a uomini e donne di tutte le età e abilità..

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|---------------------|----------|-------------|
| 20 th Aprile – 22 nd Giugno | Martedì 9am -10am | \$120 | \$110 |
| 23 rd Aprile – 25 th Giugno | Venerdì 11am – 12pm | \$120 | \$110 |

Tai Chi

Nel Tai Chi l'attenzione è posta sull'intenzione della mente, sul respiro, sull'allineamento e sul facile flusso di movimento. Goditi i benefici di questa antica forma di esercizio sotto la guida del nostro istruttore qualificato. * È richiesta una precedente esperienza di Tai Chi. Se sei un principiante, guarda il nostro corso di "Tai Chi per principianti".

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|--|------------------------|----------|-------------|
| 19 th Aprile – 21 st Giugno *No class 14 th Giugno | Lunedì 10.30am-11.30am | \$115 | \$105 |

Tai Chi per Principianti

Nel Tai Chi l'attenzione è posta sull'intenzione della mente, sul respiro, sull'allineamento e sul facile flusso del movimento. Goditi i benefici di questa antica forma di esercizio sotto la guida del nostro istruttore qualificato che si focalizzerà sui primi passi per iniziare.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|--|----------------------|----------|-------------|
| 19 th Aprile – 21 st Giugno *No class 14 th Giugno | Lunedì 1.15pm-2.30pm | \$120 | \$110 |

Educazione Degli Adulti (Pre-

Riprendere la scrittura e le capacità di intervista (NUOVO)

Questo corso è progettato per fornire agli studenti le competenze e le conoscenze necessarie per candidarsi per un lavoro nel mercato del lavoro australiano. Questo corso si rivolge a tutti i membri della comunità, comprese le donne che cercano di rientrare nel mondo del lavoro dopo un periodo significativo di assenza, nonché uomini e donne di diversa estrazione che cercano di entrare nella forza lavoro australiana per la prima volta.

| Dates | Days & Times | Full Fee | Eligible* |
|---|-----------------------------|----------|-----------|
| 18 th Maggio – 24 th Giugno | Martedì e Giovedì 6pm – 8pm | \$120 | \$50 |

EAL – Level 1

Questo corso è progettato per le persone con limitate capacità di lingua inglese, che cercano di migliorare e acquisire fiducia per prepararsi per ulteriori studi e / o occupazione. Il corso si concentra sullo sviluppo della conoscenza degli studenti della grammatica inglese di base, dei saluti, del vocabolario quotidiano, delle domande e della capacità di leggere e completare compiti scritti a livello principiante.

| Dates | Days & Times | Full Fee | Eligible* |
|--|---------------------------------|----------|-----------|
| 27 th Aprile – 22 nd Giugno *No class 14 th Giugno | Lunedì e Martedì 9.30am-12.30pm | \$180 | \$80 |

EAL – Level 2 (NUOVO)

Questo corso è progettato per persone con discrete capacità di lingua inglese, che cercano di migliorare e acquisire sicurezza per prepararsi per ulteriori studi e / o occupazione. Il corso si concentra sull'approfondimento della conoscenza degli studenti della grammatica inglese, dei tempi verbali, del vocabolario quotidiano, della risposta a domande più complesse, della scrittura di un curriculum e della preparazione per un colloquio.

| Dates | Days & Times | Full Fee | Eligible* |
|---|----------------------------------|----------|-----------|
| 6 th Maggio – 25 ^h Giugno | Giovedì e Venerdì 9.30am-12.30pm | \$180 | \$80 |

Conversazione in Inglese

Questo corso è progettato per persone con capacità di lingua inglese da moderate ad avanzate, che cercano di migliorare e acquisire sicurezza nel parlare, al fine di prepararsi per ulteriori studi e / o impiego. Il corso si concentra sul miglioramento delle capacità degli studenti attraverso la conversazione, la visione e la revisione di videoclip, la partecipazione ad altre classi o gruppi per mettere in pratica le proprie capacità, partecipando a simulazioni di interviste.

| Dates | Day & Time | Full Fee | Eligible* |
|--|----------------------------|----------|-----------|
| 5 th Maggio – 23 rd Giugno | Mercoledì 9.30am – 12.30pm | \$120 | \$50 |

Microsoft Excel per il posto di lavoro (NUOVO)

Questo corso offre agli studenti uno sguardo approfondito sull'uso di Microsoft Excel sul posto di lavoro o per studio. È progettato per le persone con competenze informatiche di base, che cercano di migliorare e acquisire fiducia nell'uso di Microsoft Excel per prepararsi a ulteriori studi e / o impiego.

| Dates | Day/Time | Full fee | Eligible* |
|--|---------------------|----------|-----------|
| 6 th Maggio – 24 th Giugno | Giovedì 9.30am-12pm | \$120 | \$50 |

* Gli studenti adulti che sono cittadini australiani o residenti permanenti possono pagare la quota intera scontata. La quota intera scontata è disponibile solo per un semestre per classe,

Educazione Degli Adulti (Pre-accredited)

Microsoft Word per il posto di lavoro (NUOVO)

Questo corso offre agli studenti uno sguardo approfondito sull'uso di Microsoft Excel sul posto di lavoro o per studio. È progettato per le persone con competenze informatiche di base, che cercano di migliorare e acquisire fiducia nell'uso di Microsoft Excel per prepararsi a ulteriori studi e / o impiego.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession** |
|--|---------------------|----------|--------------|
| 4 th Maggio – 22 nd Giugno | Martedì 9.30am-12pm | \$120 | \$50 |

Introduzione a computer e dispositivi digitali (NUOVO)

Questo corso è progettato per fornire agli studenti le competenze digitali necessarie per proseguire il lavoro in un ambiente di ufficio (o altro luogo di lavoro) o intraprendere ulteriori studi. Gli studenti svilupperanno le conoscenze e le competenze necessarie per utilizzare un computer come stampanti, scanner e fotocopiatrici e configurare account di posta elettronica, navigare in Internet, salvare file e utilizzare programmi di apprendimento online come Zoom, WebEx ecc.

| Dates | Day/Time | Full fee | Eligible* |
|--|-----------------------|----------|-----------|
| 5 th Maggio – 23 rd Giugno | Mercoledì 9.30am-12pm | \$120 | \$50 |

CORSI DI INTERESSE SPECIALE

Mandarino per Principianti

Il nostro tutor madrelingua mandarino inizierà dall'inizio in queste lezioni e ti offrirà una meravigliosa introduzione a questa bella lingua e cultura!

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|------------------------|----------|-------------|
| 22 nd Aprile – 24 th giugno | Giovedì 11.30am-1.30pm | \$170 | \$1 |

Android Smartphone per principianti (NUOVO)

Impara a usare il tuo Samsung, Huawei, Oppo ecc. In questo corso per principianti. Gli argomenti includono messaggistica con foto, scatto e invio di foto, videochiamate, utilizzo di app di base (Google, YouTube, mappe, WhatsApp ecc.), Connessione al Wi-Fi e ricerca del miglior piano telefonico. Ogni lezione dura 1 ora, seguita da 30 minuti per domande e assistenza individuale con il tuo dispositivo.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|---------------------|----------|-------------|
| 21 st Maggio – 25 th Giugno | Venerdì 11.30am-1pm | \$70 | \$ |

*Il tuo telefono Android dovrebbe avere meno di 3 anni. Si prega di contattare Mackie NH House per ulteriori consigli se non si è certi del proprio telefono

iPhone per principianti (NUOVO)

Impara a usare il tuo iPhone in questo corso per principianti. Gli argomenti includono messaggistica con foto, scatto e invio di foto, videochiamate, utilizzo di app di base (Safari / Google, YouTube, mappe, FaceTime ecc.), Connessione al Wi-Fi e ricerca del miglior piano telefonico. Ogni lezione dura 1 ora, seguita da 30 minuti per domande e assistenza individuale con il tuo dispositivo.

| Dates | Day/Time | Full fee | Concession* |
|---|---------------------|----------|-------------|
| 21 st Maggio – 25 th Giugno | Venerdì 9.30am-11am | \$70 | \$ |

* Il tuo iPhone dovrebbe essere iPhone 6 o più recente; Apple non supporta più i modelli precedenti.