

# MyTime Group Sunshine



- MyTime Sunshine is a **free-of-charge peer support group** for **Vietnamese parents and carers of a child with a disability**, chronic medical conditions or other additional needs including developmental delay, who are under 18 years old.
- Members **unwind and share experiences** with others who **understand, learn self-care skills and engage** in self-care practices, **learn new knowledge and information about services** for themselves and the care recipients.
- Children are welcome** at MyTime group sessions.



**NOTE:** MyTime only takes place during school terms. A schedule of sessions will be provided at the beginning of each term.

## SCAN TO REGISTER:



## OR CONTACT:

Ms Nghi Trinh: 0416 173 484

[Nghi.trinh@extendedfamilies.org.au](mailto:Nghi.trinh@extendedfamilies.org.au)



## Time:

10:30 am to 12:30 pm  
Tuesdays, 1-2 times per month  
in school terms



## Venue:

**Quang Minh Community Hall**  
18 Burke Street, Braybrook, VIC 3019



The MyTime Sunshine peer support group is funded by the Australian Government, delivered by not-for-profit organization Extended Families Australia and coordinated by Down Syndrome Victoria.

Website: [mytime.net.au](http://mytime.net.au)

**Extended  
Families**

# Nhóm MyTime Sunshine



- Sinh hoạt nhóm MyTime **miễn phí** dành cho **người chăm sóc nói tiếng Việt có con dưới 18 tuổi** có nhu cầu được chăm sóc đặc biệt như có chứng tự kỷ, chậm phát triển hoặc khuyết tật khác.
- Là nơi để người chăm sóc **chia sẻ** kinh nghiệm, thư giãn, **chăm sóc bản thân, học hỏi** những điều mới mẻ về nuôi dạy con cái có nhu cầu được chăm sóc đặc biệt.
- Có thể **mang theo trẻ em** khi tham gia. Sẽ có nhân viên giúp trẻ chơi và học. Vui lòng liên hệ nhân viên chương trình để báo trước.



**LƯU Ý:** MyTime chỉ sinh hoạt trong học kỳ. Lịch sinh hoạt cụ thể sẽ được thông báo mỗi học kỳ.

## QUÉT MÃ QR ĐỂ THAM GIA



## HOẶC LIÊN HỆ:

Cô Nghi Trịnh: 0416 173 484  
Nghi.trinh@extendedfamilies.org.au



**Thời gian sinh hoạt:**  
10:30 giờ sáng đến 12:30 giờ trưa  
thứ Ba 1-2 lần mỗi tháng  
trong học kỳ



**Địa điểm sinh hoạt:**  
**Quang Minh Community Hall**  
18 Burke Street, Braybrook VIC 3019



Sinh hoạt nhóm MyTime Sunshine do Chính phủ Úc tài trợ, được thực hiện bởi tổ chức phi lợi nhuận Extended Families Australia và điều phối bởi Down Syndrome Victoria

Website: [mytime.net.au](http://mytime.net.au)

**Extended Families**