កីឡា និងលំហាត់ប្រាណ

យើងផ្តល់ជូនទូវកីឡា និងសកម្មភាពចម្រុះ ជាច្រើនប្រភេទក្នុងមួយឆ្នាំៗសំរាប់មនុស្សគ្រប់វ័យ និងគ្រប់សមត្ថភាព។ គំរូអំពីកម្មវិធីផ្សេងៗ ដែលយើងផ្តល់ជូន រួមមានដូចតទៅ ៖

កីឡាសំរាប់យុវជន និងក្មេងជំទង់

- កីឡាបាល់បោះ
- កីឡាបាល់ហ្វុតបលហ្វ្លេ-ក
- កីឡារត់ប្រណាំង
- កីឡាបាល់ទះយុវតី
- កីឡាបាល់ទាត់

ថ្នាក់កីឡាសំរាប់យុវជន

- កីឡាទិន្នីស
- កីឡាបាល់ទាត់ក្នុងអាគារ
- ថ្នាក់បង្រៀនកីឡា
- កីឡាបាល់ធី

ថ្នាក់ និងក្រុមនីតិជន

- សម្ពន្ធកីឡាបាល់ឃិក្ខ
- កីឡាបាល់ហ្វុតបលហ្វ្លេ-ក លំហាត់ប្រា ណលម្ហែ, NIA, យ៉ូហ្គា, យ៉ូហ្គា លេត
- កីឡាតិន្នីស
- លំហាត់ប្រាណដោយប្រើវិធីភ្លីអូមេទ្រិក្ស
- កីឡាបាល់ទាត់
- កីឡាបាល់បោះ

បើកីឡាដែលលោកអ្នកចូលចិត្តមិនឃើញមាន ចុះនៅក្នុងនេះទេ, សូមលោកអ្នកប្រាប់យើងខ្ញុំ។ យើងខ្ញុំទទួលស្វាគមន៍មតិយោបល់ក្នុង ការ-បង្កើតកម្មវិធីថ្មីៗបន្ថែមទៀតជានិច្ច។

កម្មវិធីលម្ហែ

មជ្ឈមណ្ឌលសហគមន៍ហៃភ្វញត៍ (High Point Community Center) ផ្តល់ទូវថ្នាក់បង្រៀន, សកម្មភាពកម្សាន្ត, ព្រមទាំងព្រឹត្តិការណ៍ពិសេសៗជាច្រើនទៀតជូនប្រជាសហគមន៍ទាំងមូល ដោយមិនគិតអំពីអាយុ, សមត្ថភាព, ឬស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ចឡើយ។

សកម្មភាពគ្រួសារ

យើងផ្តល់ព្រឹត្តិការណ៍ផ្សេងៗជាច្រើនជូនគ្រួសារប្រជាសហគមន៍ទាំងអស់ជាប្រក្រតី។ កាលពីអតីត,យើងបានផ្តល់នូវព្រឹត្តិការណ៍ដូចជាការសម្តែងល្បែងឆ្កិនភ្នែក,បុរសសត្វពស់ពត់ពេន (Roving Reptile Man), និងវិទ្យាសាស្ត្រឆេវឆាវ (Mad Science).

ព្រឹត្តិការណ៍ពិសេស

រព្ឋព្រឹត្តិការណ៍និងពិធីបុណ្យជាច្រើនប្រភេទក្នុងមួយឆ្នាំៗដូចជា ៖

- ការប្រមាញ់ស៊ុត
- រាត្រីកម្សាន្តក្រៅផ្ទះកម្រិតថ្នាក់ជាតិ
- បុណ្យធ្លាក់ចម្លែក
- សាយមាសនៃបុណ្យថ្ងៃអំណរគុណព្រះ
- ការល្បៀងភោជនាហារថ្ងៃបុណ្យសហគមន៍

ទារកថត្តលរ័

សូមអញ្ជើញចូលមកពិនិត្យមើលកម្មវិធីយកទារកថត្តលរ័ (ទើបរៀនដើរ)មកដាក់ឲ្យលេងកម្សាន្តរបស់យើងឲ្យបានជាប្រក្រតី ដោយរាប់សរុបទាំងកម្មវិធី Indoor Playground (ទីធ្លាកម្សាន្តក្នុងអគារ)។ យើងក៏មានផ្តល់ជូនទូវថ្នាក់បង្រៀន,ព្រឹត្តិការណ៍ពិសេស,និង កម្មវិធីបោះជុំរុំជាច្រើនប្រភេទផ្សេងទៀតផងដែរ។

យុវជន

យើងផ្តល់ថ្នាក់បង្រៀនមុខវិជ្ជានិងកម្មវិធីច្រើនប្រភេទក្នុងត្រីមាសនីមួយៗ ដោយសរុបមានដូចជាតន្ត្រី, កីឡា, ខ្ទឹមសារថ្ងៃបុណ្យ, សិល្បៈ/, និងកម្មវិធីច្រើនថែមទៀត។

ក្មេងជំទង់

មជ្ឈមណ្ឌលក្មេងជំទង់ (Teen Center) គឺជាកន្លែងកម្សាន្តមួយសម្រាប់លេងបុកប៊ីយ៉ា, មើលទូរទស្សន៍, ឲ្យគេជួយធ្វើហូមវើក, រៀន ធ្វើម្ហូប, ធ្វើដំណើរទស្សនាកម្សាន្តទៅកាន់ទីកន្លែងផ្សេងៗ, ព្រមទាំងទទួលបាននូវកាលានុវត្តភាពសិក្សារៀនសូត្រដទៃជាច្រើនទៀត។

នីតិជន

យើងមិនមែនត្រឹមតែជាកន្លែងសំរាប់ក្មេងកំសាន្តប៉ុណ្ណោះទេ។ សូមអញ្ជើញចូលរួមជាមួយនីតិជន (មនុស្សពេញវ័យ) ឯទៀតៗ ដើម្បី កំសាន្តកម្មវិធីដែលគួរឲ្យរំភើប និងប្រកបដោយចំណេះដឹងផ្សេងៗ។ លោកអ្នកអាចចុះឈ្មោះសំរាប់រៀនតែមួយថ្ងៃ, រៀននៅចុងសប្តាហ៍, ឬរៀនប្រចាំសប្តាហ៍ដោយខ្លួនឯងផ្ទាល់។ យើងផ្តល់សកម្មភាពជាច្រើនប្រភេទ, ចាប់ពីថ្នាក់រៀនប្យ៉ាណូទៅដល់ថ្នាក់រៀនយ៉ូហ្គា។ ផ្ទៃមេឃជាដែនកម្រិត!

នីតិជនចាប់ពីអាយុ 50 ឆ្នាំឡើងទៅ

យើងសហការជាមួយបុគ្គលិកកម្មវិធីលម្ហែ Life Long Recreation ដើម្បីផ្តល់យានជំនិះសំរាប់ដំណើលម្ហែ, កម្មវិធីលំហាត់ប្រាណ, កម្មវិធីក្លឹប, និងសកម្មភាពនានាជាច្រើនទៀត។

ប្រជាជនពិសេស

កម្មវិធីឯកទេសកម្ម (Specialized Programs) ផ្តល់កម្មវិធីនិងព្រឹត្តិការណ៍ពិសេសៗនៅរៀងរាល់ត្រីមាសក្នុងតំបន់ក្រុងស៊ីអាថ្ថល ភាគខាងលិច (West Seattle)។ បើលោកអ្នកមានសំណួរអ្វីមួយស្តីអំពីការចូលរួមនេះ, សូមទូរស័ព្ទទាក់ទង 206-684-4950 ។

យើងត្រូវការគ្រូបង្ហាត់ចំណេះដឹងផ្សេងៗ ៖ តើលោកអ្នកមានទេពកោសល្យពិសេស ឬមួយក៏មានចំណាប់អារម្មណ៍ក្នុងការចែករំលែក ទេពកោសល្យឬចំណេះដឹងណាមួយជាមួយអ្នកអ្នកដទៃឬទេ? យើងខ្ញុំតែងស្វែងរកការជួយផ្តល់មតិយោបល់សំរាប់ថ្នាក់ថ្មីៗជានិច្ច។ សូមទូរស័ព្ទទាក់ទងលេខ 206-684-7422 ។

កម្មវិធីមើលក្មេងក្នុងវ័យសិក្សា

កម្មវិធីមុននិងក្រោយពេលម៉ោងសិក្សានៅសាលា (Before and After School Programs) ផ្តល់ការមើលក្មេងដោយ មិត្តភាព (child-friendly care) ដើម្បីជួយសម្រួលភាពងាយស្រួលជូនឪពុក/ម្តាយរបស់បណ្តាសិស្សពីថ្នាក់មត្តេយ្យដល់ថ្នាក់ទី 5 ដែលធ្វើការ។ យើងមានកម្មវិធីដែលឆ្លើយតបទៅនឹងតម្រូវការមើលក្មេងក្នុងវ័យសិក្សា ដោយរួមមានទូវការបោះជុំរុំរដូវក្តៅផង។

ជម្រើសនៃកម្មវិធីមើលក្មេងដែលមានតម្លៃថោកសមរម្យក្នុងតំបន់ West Seattle, តំបន់ High Point CC ត្រូវបានផ្តល់អាជ្ញា ប័ណ្ណពេញសិទ្ធិដោយក្រសួង DSHS, ដែលនេះមានន័យថាកូនរបស់លោកអ្នកអាចទទួលបានការចំណាយពេលប្រដបដោយគុណភាពខ្ពស់នៅខាងក្រៅសាលារៀននិងគេហដ្ឋាន។ បុគ្គលិកការងាររបស់យើងធ្វើការយ៉ាងស្វិតស្វាញ ដើម្បីផ្តល់កាលានុវត្តភាព និងការជួយលើកចិត្តឲ្យក្មេងម្នាក់ៗចេះធ្វើការជ្រើសរើសនិងណែនាំទិសដៅខ្លួនឯងក្នុងការបញ្ចេញទឹក ដៃឆ្នៃប្រតិដ្ឋនិងទេពកោសល្យតែ មួយគ្មានពីររបស់ពួកគេ។

ថ្លៃឈ្នួលកម្មវិធីគឺមានតម្លៃស្មើៗគ្នាពីខែមួយទៅខែមួយនៅក្នុងរយៈពេល 10 ខែ (178 ថ្ងៃ)ក្នុងឆ្នាំកិស្សា។ ត្រូវបង់ថ្លៃឈ្នួលបន្ថែម សំរាប់អស់ទាំងថ្ងៃក្រៅថ្ងៃសិក្សា និងថ្ងៃក្នុងសប្តាហ៍ឈប់សម្រាក។ បុគ្គលិកកម្មវិធីផ្តល់អាហារស្រាលសំរាប់ពេលព្រឹកនិងថ្ងៃរសៀល។

អាហារូបករណ៍ (Scholarships) អាចមានបម្រុងជូនរហូតដល់ទៅ 90% សំរាប់បណ្តាគ្រួ សារដែលមានគុណសម្បត្តិសំរាប់ ជំនួយនេះ ហើយយើងទទួលយកមូលនិធិជំនួយមើលក្មេងរបស់ក្រសួង DSHS ។

ទស្សនវិស័យនៃឧទ្យាន និងកម្មវិធីលម្ហែនៃក្រុងស៊ីអាថ្តល ៖
យើងបង្កើតសគមន៍តាមរយៈ/មនុស្ស, ឧទ្យាន, និងកម្មវិធីនានា។

ឧទ្យាន និងកម្មវិធីលម្ហែនៃក្រុងស៊ីអាថ្តល ហើយនិងក្រុមប្រឹក្សា ARC រួមសហការជាមួយគ្នាដើម្បីបម្រើលោកអ្នក!
កម្លាំង និងដៃគូដ៏សំខាន់បំផុតរបស់ឧទ្យាន និងកម្មវិធីលម្ហែនៃក្រុង ស៊ីអាថ្តល (Seattle Parks and Recreation) គឺក្រុមប្រឹក្សា នៃសមាគមកម្មវិធីលម្ហែ (Associated Recreation Council – ARC)។ ក្រុមប្រឹក្សា ARC គឺជាអង្គការឥតរកកម្រៃឯករាជ មួយ ដែលឧទ្ទិសកិច្ចឧបត្ថម្ភរបស់ផងខ្លួនចំពោះការបង្កើតកម្មវិធីលម្ហែក្នុង ទីក្រុងស៊ីអាថ្តល ដោយជួយផ្តល់នូវកម្មវិធី និងសេវាកម្មនានាដល់ សហគមន៍របស់យើង ព្រមទាំងផ្តល់កិច្ចប្រឹក្សាយោបល់ដល់ស្នង ការ ឧទ្យានក្នុងការបង្កើតកម្មវិធី, សេវា, មន្ទីរ, និងប្រតិបត្តិការ ផ្សេងៗ។

ព័ត៌មានស្តីអំពីក្រុមប្រឹក្សាយោបល់
ក្រុមប្រឹក្សាយោបល់ (Advisory Council) នីមួយៗមានសមាស ភាពផ្តុំឡើងពីបណ្តាពលរដ្ឋស្ម័គ្រចិត្ត ទៅតាមការចាត់តាំងរបស់ស្នងការឧទ្យាន និងកម្មវិធីលម្ហែ (Parks and Recreation Superintendent), ហើយក្រុមនេះធ្វើការជាមួយបុគ្គលិកឧទ្យាន, ដើម្បីជួយផ្តល់អនុសាសន៍ក្នុងការបង្កើតកម្មវិធី និងសកម្មភាពទៅ តាមប្រភេទផ្សេងៗ ដែលគេនឹងផ្តល់ជូនដល់មជ្ឈមណ្ឌលសហគមន៍ ឬមជ្ឈដ្ឋានប្រជាពលរដ្ឋណាមួយទៅតាមតម្រូវការ។

ក្រុមប្រឹក្សា ARC ផ្តល់ការទទួលខុសត្រូវ,ការឧបត្ថម្ភដល់ក្រុមប្រឹក្សាយោបល់, អង្គភាពដឹកនាំ, អង្គភាពអប់រំ, និងអង្គភាពដឹកនាំទិសដៅនៃការបង្កើតបទបញ្ជាផ្ទៃក្នុងដែលផ្តោតលើមូលដ្ឋានសហគមន៍នានាទៅតាមតម្រូវការក្នុងឆ្នាំសារពើពន្ធនីមួយៗ។

លោកអ្នកក៏អាចធ្វើឲ្យមានការផ្លាស់ប្តូរសំខាន់ៗទាំងនេះបានដែរដោយចូលរួមជាមួយក្រុមប្រឹក្សាយោបល់របស់សហគមន៍ហៃភុញ (High Point's Advisory Council) នៅក្នុងកិច្ចប្រជុំប្រចាំខែណា មួយរបស់ពួកគេ។

បេសកកម្មរបស់ក្រុមប្រឹក្សាសហគមន៍ហៃភុញគឺ ៖

- ដើម្បីតភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងទៅនឹងសហគមន៍ដោយការផ្តល់សេវាប ម្រើអតិថិជនប្រដបដោយគុណភាពខ្ពស់,បង្កើនគុណភាពជីវភាពរស់នៅ,និងជួយបុគ្គលម្នាក់ៗក្នុងការស្វែងយល់អំពីសក្តានុភាពលេញលេញរបស់ពួកគេ។
- ដើម្បីកាត់បន្ថយឧបសគ្គ, បង្កើនការធានាសមភាព, លើកស្ទួយការរាប់អានគ្នា, និងផ្តល់លទ្ធភាពប្រើប្រាស់សេវាកម្មផ្សេងៗ ដោយតម្លៃថោកសមរម្យ។
- ដើម្បីផ្តល់កាលានុវត្តភាពប្រកបដោយក្តីសង្ឃឹម និងទំនួលខុសត្រូវផងនានា ដែលអាចជួយលើកកម្ពស់ដល់ជីវិតរស់នៅដោយសុខុមាលភាពយូរអង្វែង និងការកែកម្សាន្តដោយសេចក្តីស្រស់ស្រាយ, ការរៀនសូត្រដោយគំនិតឆ្នៃប្រតិដ្ឋ, និងការរុករកផងពលរដ្ឋ។

កម្មវិធីកម្សាន្តនៅសហគមន៍ហៃភុញ!

- កម្មវិធីទារកថត្តលរ័, យុវជន, ក្មេងទំទង់, នីតិជន, និងមនុស្សចាស់
- កម្មវិធីមើលក្មេងនៅមុន និងក្រោយពេលចេញពីសាលារៀន
- កម្មវិធីបោះជុំរុំរដូវក្តៅ
- កម្មវិធីអត្តពលកម្មក្នុងអគារសំរាប់ទារកថត្តលរ័
- ថ្នាក់បប្រៀនក្មេងមុនវ័យចូលសាលា
- ថ្នាក់បង្រៀនរាំ/របាំ
- សម្ពន្ធកីឡា
- កម្មវិធីគ្រួសារ
- ព្រឹត្តិការណ៍ពិសេស
- កម្មវិធីចូលលេងបាល់បោះ និងបាល់ទះភ្លាមៗដោយមិនពិបាកសមហាត់
- កម្មវិធីកីឡាពីងប៉ុង

សូមមើលខាងក្នុងសំរាប់ស្វែងយល់ព័ត៌មានស្តីអំពីសកម្មភាពផ្សេងៗជាច្រើនទៀត!

ជំនួយហិរញ្ញវត្ថុដែលមានបម្រើការ

ឧទ្យាននិងកម្មវិធីលម្ហែនៃទីក្រុងស៊ីអាថ្តល និងក្រុមប្រឹក្សា ARC ផ្តល់អាហារូបត្ថម្ភផ្សេងៗ ដើម្បីជួយកម្មវិធីកាត់បន្ថយការចេញថ្លៃ ដោយខ្លួនឯងនានា។

អាហារូបត្ថម្ភអាចមានបម្រុងជូនរហូតដល់ទៅ 90% សំរាប់កម្មវិធីមើលក្មេង។ អាហារូបត្ថម្ភក៏អាចមានបម្រុងជូនរហូតដល់ទៅ 80% ផងដែរសំរាប់កម្មវិធីលម្ហែទាំងអស់ផ្សេងទៀត។ តម្រូវឲ្យមានការដាក់ពាក្យសុំ។

យើងខ្ញុំទទួលយកជំនួយឧបត្ថម្ភជាប្រាក់ពី DSHS ហើយយើងខ្ញុំគឺជាមន្ទីរមើលក្មេងដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ DSHS ។

ធនធានផ្សេងៗទៀត
បើលោកអ្នកចង់បានសេវាកម្មដែលពុំមានផ្តល់ជូនក្នុងកន្លែងរបស់យើងខ្ញុំ, នោះសូមកុំខ្លាចក្រែងនឹងសួរយើងខ្ញុំអំពីធនធាននានា ដែល អានមានបម្រើការនៅក្នុងសង្កាត់ភូមិដ្ឋាននេះ។ យើងខ្ញុំប្រហែលជាអាចភ្ជាប់លោកអ្នកទៅនឹងទីភ្នាក់ងារដែលជាដៃគូរបស់យើងណា មួយនៅក្នុងសង្កាត់ភូមិដ្ឋាននេះ។

របស់របរសំរាប់ជួល

មជ្ឈមណ្ឌល High Point Community Center ជួលបន្ទប់ និងគ្រឿងតុបតែងលម្អប្រដបដោយគុណភាពខ្ពស់សំរាប់ គ្រប់សេចក្តីត្រូវការសន្និបាត និងព្រឹត្តិការណ៍ទាំងអស់របស់លោកអ្នក។

មានទីធ្លាបន្ទប់ស្រស់ល្អប្រណីតដូចជា ៖

បន្ទប់សំរាប់បម្រើការទូទៅ
- ចំណុះ 184 នាក់

បន្ទប់គ្រឹះស្ថានកីឡា
- ចំណុះ 376 នាក់

បន្ទប់ប្រជុំ
- មានបម្រុងជូនពីចំណុះ 10 នាក់ទៅដល់ 184 នាក់

ចង្ក្រានបាយខ្នាតពាណិជ្ជកម្មឥតខ្ចោះ

មានជួលឧបករណ៍ និងគ្រឿងតុបតែងបន្ថែមផ្សេងៗដូចជា ៖

កៅអី និងតុ
- មានបម្រុងជូនភ្ញៀវរហូតដល់ទៅ ២០០ នាក់

ផ្ទាំងសំពត់សសំរាប់បញ្ចាំងភាពយន្ត

វេទិការួមជាមួយឧគ្ឃោសនសព្ទ

ឧបករណ៍ឲ្យពិន្ទុ និងលៃកំណត់ពេល
- សំរាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងគ្រឹះស្ថានកីឡា

ល្បែងសំរាប់ទារកថត្តលរ័លេងកម្សាន្តនៅពេលមានពីធីជប់លៀងផ្សេងៗ
- មានបម្រុងជូនតែត្រូវចេញតម្លៃបន្ថែម

អាស្រ័យដោយហេតុមានការផ្លាស់ប្តូរប្រចាំឆ្នាំ និងថ្លៃជួលបុគ្គលិកធ្វើការ, យើងខ្ញុំមិនមានតម្លៃកំណត់សំរាប់ការជួលទាំឡាយ បោះផ្សាយនៅក្នុងនេះទេ។ សូមសួរយើងខ្ញុំអំពីតម្លៃនៃការជួលបន្ទប់ និងឧបករណ៍សំរាប់ព្រឹត្តិការណ៍លោកអ្នកដោយផ្ទាល់។

យើងខ្ញុំរង់ចាំជួយធ្វើឲ្យព្រឹត្តិការណ៍ពិសេសលើកក្រោយរបស់រលោកអ្នករឹតតែមានសោភ័ណភាពល្អត្រកាលឡើង។

សូមអញ្ជើញទាក់ទងយើងខ្ញុំថ្ងៃនេះ!

មជ្ឈមណ្ឌលសហគមន៍ហៃភុញត៍

6920 34TH AVE SW
SEATTLE, WA 98126
(206) 684-7422
(206) 684-7402 (FAX)

SEATTLE PARKS AND RECREATION

ARC

ការបង្កើតសហគមន៍តាមរយះ
មនុស្ស, ឧទ្យាន, និងកម្មវិធីនានា។