



Seniors' Bridging Program

North Shore Farsi Speaking Seniors 55+ (with PR)

قابل توجه همشهریان سینیور (55+) مقیم نورث شور و دارای PR
از شما عزیزان دعوت بعمل می آید که در سری برنامه هایی که از طرف نورث شور مولتی
کالچرال سوسایتی برگزار می شود حضور بهم رسانید.
این برنامه مجموعه ایست شامل موارد زیر با روزهای متفاوت :

- کنترل دیابت و بیماریهای قلبی 13 اپریل

- یوگا و سلامتی 20 اپریل

- بحران سالمندان 27 اپریل

- تغذیه 4 می

- پوکی استخوان و مسائل مربوط به سلامتی و تمرینهای ورزشی 11 می

For more information or to register contact:

Front office office@nsms.ca 604.988.2931

This program is government funded and free of charge.



NORTH SHORE
MULTICULTURAL
SOCIETY

Program Highlights

- Control Diabetes and heart disease
- Yoga & Health
- Elderly crisis
- Nutrition (TBD)
- Learn about osteoporosis and exercises

Location & Date

North Shore
Multicultural Society
207-123 East 15th Street
North Vancouver

April 13, 20, 27,
May 4 & 11
Fridays 3:00-5:00 pm

Tel: 604.988.2931
Fax: 604.988.2960
Email: office@nsms.ca

www.nsms.ca
www.facebook.com/nsmsbc

Funded by:

Financé par :



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada