

STEP  
TOGETHER

STEP  
TOGETHER

གསང་ཚུ་དང་། རང་དབང་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེད།  
ཞལ་པར་ཨང་། 1800 875 204 ཡང་ན།  
STEPTOGETHER.COM.AU  
རོགས་རམ་ཞལ་པར་ཐོག་སྐད་སྐྱུར་གྱི་མཐུན་ལྗེས་གང་མང་ཡོད།

མཐུད་པ།  
f @StepTogetherAU  
t @StepTogetherAU  
in /company/step-together/

ཨིན་ཨེ་ཤེ་ཤེ་ལྷག་འཁྲུང་གིས་མ་དངུལ་རོགས་སྐྱོར་གནང་བ་དང་ On The Line ཞེས་པས་བྱེད་མཁན་པོ་ཡིན།



རོགས་རམ་  
ཐེངས་གཅིག་གནང་།  
སྤུང་སྐྱོབ་གང་མང་གནང་།

བྱིས་ཀྱིས་ཕྱག་རོགས་གནང་ཐུབ།

བྱིས་ཀྱིས་ངོ་ཤེས་མི་ལ་ཕྱག་རོགས་གནང་  
ཞིང་དྲག་རྒྱབ་ཐུབ་ཆེ་བའི་ལམ་སྟོང་།

ཞལ་པར་ཨང་། 1800 875 204 ཡང་ན།  
STEPTOGETHER.COM.AU



དྲག་རྩལ་ཐལ་ཆེད་རིང་ལུགས་ཅན་ནི་ང་ཚོ་ཚང་མར་གཞོན་འཛེ་བྱེད་  
 མཁན་གྱི་དཀའ་རྙོག་ཞིག་ཡིན་པ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྡེ་ཁག་གང་རུང་  
 ནས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་མི་རིགས་དབྱེར་མེད་དང་། ཚོས་ལུགས།  
 ཡང་ན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་སློབ་འགོལ་ཁག་ཡིན།

ཁྱེད་རང་གིས་ངོ་ཤེས་མི་སྣ་དྲག་རྩལ་ཐལ་ཆེད་རིང་ལུགས་ཁོངས་སུ་  
 ཚུད་མི་ཡོང་སྟམ་པའི་བསམ་སློབ་གཏོང་བར་འཛིགས་སྣང་ཡོང་གི་ཡོད།  
 ཡིན་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་ཤུགས་རྒྱུན་སྲོད་མཁན་ནམས་ནི་ཉང་  
 སངས་དགོས་པའི་མཐུན་མོང་བ་ཡིན། དེ་དག་ནི་ཕྱིར་འཐེན་བྱེད་པ།  
 ཁེར་རྒྱུང་། གཅིག་ཕུར་གནས་སྡོད་ཀྱི་རང་བཞིན་བཅས་ཡིན།

འདི་འདྲའི་ཚོར་བ་རྣམས་དྲག་པར་འགྱུར་ཞིང་ཆབ་སྲིད་དང་།  
 རྙོག་འཆར་ཡང་ན་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཁེ་ཕན་སོགས་དང་སྡེལ་ནས་དྲག་  
 རྩལ་ཐལ་ཆེད་རིང་ལུགས་ཁོངས་སུ་ཚུད་པའི་ཉེན་ཁ་ཚབས་ཆེར་འགྲོ་  
 ཡི་ཡོད།

**ཁྱེད་ཀྱིས་ཕུག་རོགས་གནང་ཐུབ།**

ཁྱེད་རང་གཞན་གྱི་ཆེད་པ་རོལ་དུ་ཡོད་སྟམ་པའི་ཐོག་བརྟག་དཔྱད་གང་ཡང་མ་བྱས་  
 པར་གཞན་ལ་གཅེས་སྦྱོང་བྱེད་པ་དང་། དོ་སྣང་བྱེད་པ་སོགས་ལས་ཁྱེད་རང་གིས་  
 གཞན་གྱི་དགོས་མཁོ་རྣམས་ལེགས་པའི་སློབ་ནས་བསྐྱབ་རྒྱུར་ཕུག་རོགས་གནང་ཐུབ་  
 སྟེ།

ཁྱེད་རང་གིས་གཞན་ལ་གཅེས་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་ཕུག་རོགས་ལུས་པ་  
 ལས་ཁྱེད་ཀྱིས་འདི་འདྲའི་ཚོར་བ་རྣམས་དྲག་རྩལ་གྱི་ཀུན་སྲོད་དུ་འགྱུར་བར་བཀག་  
 འགོག་བྱེད་ཐུབ་ཅིང་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གཞོན་འཛེ་སོགས་ལས་སུང་སྦྱོང་བྱེད་ཐུབ།

**Step Together 'ཞེས་པས་ཇི་སྟར་རོགས་རམ་བྱེད་ཐུབ་བམ།**

**Step Together** 'ཞེས་པ་ནི་ཞལ་པར་ཐོག་གི་རོགས་རམ་གནང་མཁན་ཞིག་  
 དང་ཐང་མཐོང་ཞབས་ལཱ་ཁང་ཞིག་ཡིན། འདི་ཡི་དམིགས་ཡུལ་རྣམས་ནི་རོགས་རམ་  
 དགོས་པའི་མི་ལ་ཕུག་རོགས་ལུ་བ། དེ་ཡང་མི་སུ་འདྲ་ཞིག་གིས་མི་གང་ཞིག་དྲག་རྩལ་  
 ཐལ་ཆེད་རང་བཞིན་གྱི་ལམ་དུ་པལ་ཆེར་ཚུད་ཟེན་པ་ཁག་ལ་ཕུག་རོགས་ལུ་གི་ཡོད།

ཞལ་པར་ཨང་། **1800 875 204** ཡང་ན།  
**steptogether.com.au**