MINISTRY OF MANPOWER

ACE

CONNECT with ACE

வெளிநாட்டு ஊழியர்களுக்கான மாதாந்திர மின் செய்திமடல்

ஜூலை 2023

இந்த இதழில்:

முக்கிய அறிவிப்பு

நல்ல அறைத்தோழராக இருப்பது எப்படி என்பதற்கான உதவிக்குறிப்புகள்

நிகழ்வின் சிறப்பம்சங்கள்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நீங்கள் தற்போது முன்பதிவின்றி எந்தவொரு கொவிட்-19 தடுப்பூசி மையத்திலும் தடுப்பூசி போட்டுக்கொள்ளலாம்!

ஜூலை 1, 2023 முதல் செயல்பாட்டிற்கு வரும்	
தேசிய முன்பதிவு முறை (NAS) மூலம் முன்பதிவு செய்தல்	✗ * ஜூன் 30 வரை மட்டுமே முன்பதிவு செய்ய முடியும்
எந்தவொரு கொவிட்-19 தடுப்பூசி மையத்திற்கும் செல்லலாம்.	✓

தகுதியுள்ள ஊழியர்களுக்குத் தடுப்பூசி போடுவதற்கான தகுதி குறித்து தொடர்ந்து குறுஞ்செய்தி **மூலம் அறிவிக்கப்படும்.**

ஆக அருகிலுள்ள தடுப்பூசி மையங்களுக்குச் செல்ல, இந்த இணையத்தளத்தை நீங்கள் நாடலாம்:

https://gowhere.gov.sg/vaccine

மேல் விவரங்களுக்கு, நீங்கள் இந்த இணையத்தளத்தை நாடலாம்:

https://vaccine.gov.sg/get-vaccinated அல்லது 6995 9199 என்ற சுகாதார அமைச்சின் (MOH) கொவிட்-19 தடுப்பூசி நேரடி எண்ணை அழைக்கவும்.

ஒரு நல்ல ரூம்மேட்டாக (அறைத்தோழராக) இருப்பது எப்படி

ஒன்றிணைந்து, நாம் ஒருவரை ஒருவர் மேலும் நன்கு புரிந்துகொள்வோம்

உங்கள் அறைத்தோழர்கள் ஓய்வெடுக்கும்போது, விளக்கை ஒளிரவிடாமல் இருக்க முயற்சிக்கவும்

உங்கள் அறைத்தோழர்கள் ஓய்வெடுக்கும்போது மெதுவாகப் பேசுங்கள்

உங்கள் படுக்கை மற்றும் அறையை சுத்தமாக வைத்திருங்கள்

மனச்சோர்வு அல்லது மன அழுத்தம் ஏற்படுகிறதா?

நீங்கள் தனிமையில் விடப்படவில்லை என்பதை நினைவூட்டுகிறோம். யாரையாவது தொடர்பு கொண்டு அவர்களுடன் பேசுவதில் ஒன்றும் தவறில்லை.

மனநலம் பற்றிய கேலிச்சித்திரத்தைப் பார்ப்பதற்கும் நீங்கள் எவ்வாறு ஆதரவைப் பெறலாம் என்பதற்கான உதவிக்குறிப்புகளுக்கும் கியூ அர்(QR) குறியீட்டைக் கிளிக் செய்யவும்!

நிகழ்வின் சிறப்பம்சங்கள்

குற்றத்தடுப்பு பற்றிய சாலைக்காட்சி

கொக்ரேன் பொழுதுபோக்கு நிலையத்தில் நடந்த குற்றத் தடுப்பு பற்றிய சாலைக்காட்சியில் 1000க்கும் மேற்பட்ட புலம்பெயர்ந்த சகோதரர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

சிங்கப்பூர் காவல் படை (SPF), சிங்கப்பூர் சுங்கத்துறை மற்றும் சிங்கப்பூர் ஹொக்கியென் ஹுவே குவான் ஆகியவற்றுடன் இணைந்து, எங்கள் புலம்பெயர்ந்த சகோதரர்கள் தொடர் பேச்சுக்களின் மூலம் குற்றத் தடுப்பு பற்றி மேலும் அறிந்து கொண்டனர். அவர்களுக்கு ருசியான இரவு விருந்தும் அளிக்கப்பட்டதுடன். எங்களது பல்வேறு பங்காளிகள் நடத்திய விளையாட்டுகள் மற்றும் நடவடிக்கைகளில் கலந்து கொண்டனர்!

ஹரி ராயா ஹஜி நிகழ்வு

கிராஞ்சி பொழுதுபோக்கு நிலையத்தில் நடைபெற்ற ஹரி ராயா ஹஜி நிகழ்ச்சியில் 2500க்கும் மேற்பட்ட புலம்பெயர்ந்த சகோதரர்கள் கலந்து கொண்டனர். அவர்கள் தங்களுக்காகத் தயாரிக்கப்பட்டப் பல்வேறு கேளிக்கை நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்று மகிழ்ந்தனர். அவர்களில் பலரும் எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்த அதிர்ஷ்டக் குலுக்கு அங்கமும் இடம்பெற்றது!

சுகாதாரம் பற்றிய சாலைக்காட்சி

வெளிநாட்டு ஊழியர்கள் மையத்தில் நடைபெற்ற கடந்த சுகாதார சாலைக் காட்சியில் 750 புலம்பெயர்ந்த சகோதரர்கள் எங்களுடன் கலந்து கொண்டனர். ஊட்டச்சத்து, உடல்நலக் குறிப்புகள் மற்றும் மனநலம் குறித்த விளையாட்டு சாவடிகளில் அவர்கள் பங்கேற்றனர்.

கடந்த சில மாதங்களாகப் பல்வேறு பொழுதுபோக்கு நிலையங்களில் நடைபெற்ற முந்தைய சுகாதார சாலைக் காட்சிகளில் கலந்து கொண்ட அனைத்து புலம்பெயர் சகோதரர்களுக்கும் நன்றி!

இங்கே கொடுக்கப்பட்டுள்ள கியூஆர் குறியீட்டை ஒளிவருடுவதன் மூலம் எங்கள் ஃபேஸ்புக் நிகழ்வுப் பக்கத்தில் நீங்கள் பங்கேற்கக்கூடிய பல்வேறு **நேரடி மற்றும் இணைய நடவடிக்கைகளைப்** பற்றி மேலும் அறியவும்

https://go.gov.sg/acegroupfacebook

சமீபத்திய செய்திகள் மற்றும் தகவல்களைப் பெற எங்கள் அதிகாரப்பூர்வ ஒளிவழிகளில் எங்களைப் பின்தொடரவும்!

ACE Group’s Facebook page

ACE Group’s TikTok channel