



Iranian Women's Organization of Ontario (I.W.O.O.)

برنامه های سازمان زنان ایرانی انتاریو ماه جون ۲۰۱۲ IWOO's Programs June, 2012

IWOO is indebted to all community members who generously supported our third annual gala on May 11, 2012, in allowing us to move forward and excel in delivering our services and programs.

سازمان زنان ایرانی انتاریو سپاس فراوان خود را تقدیم دوستانی که در میهمانی گالا ۱۱ می ۲۰۱۲ ما را همراهی کردند می نماید.

IWOO Volunteer Training Workshops

کارگاه های آموزشی برای داوطلبان در سازمان های خدمات اجتماعی

Where: Oriole Community Centre, 2975 Don Mills Road, North York, ON M3C 3B7 2nd floor Gallery Room

When: Every Thursday for 6 weeks, starting May 31 to July 5, 2012 - 10:00 am to 1:00 pm

برنامه ویژه زنان، مادران و کودکان پیش دبستانی - هر سه شنبه از ساعت ۱۰ تا ۱ بعد از ظهر

Women, Moms and Pre-School children program - Every Tuesday 10:00 - 1:00

Tuesday June 5th:

Peers Nutrition Program - Azar Mehrabian, Community Nutrition Educator
Vitamins & Minerals - Dr. Noushin Khavarian

Tuesday June 12th:

Effective Communication - Afkham Mardukhi, Family & Youth Counselor

Tuesday June 19th:

Peers Nutrition Program - Azar Mehrabian
Nutrition & Stress - Dr. Noushin Khavarian

Tuesday June 26th:

Healthy Body, Healthy Mind - Dr. Noushin Khavarian

سه شنبه ۵ جون:

برنامه آشپزی و تغذیه سالم - آذر محرابیان
ویتامین ها و مواد معدنی - دکتر نوشین خاوریان

سه شنبه ۱۲ جون:

ارتباط موثر - افخم مردوخی، مشاور خانواده و جوانان

سه شنبه ۱۹ جون:

برنامه آشپزی و تغذیه سالم - آذر محرابیان
تغذیه و استرس - دکتر نوشین خاوریان

سه شنبه ۲۶ جون:

بدن سالم، روان سالم - دکتر نوشین خاوریان



Yoga Class - Every Tuesday 4:30 - 6:00

کلاس یوگا - هر سه شنبه ۴:۳۰ تا ۶ بعد از ظهر

A Creative Approach to a Healthy Body and Peaceful Mind
Instructor Felora Ghadiri



یوگا و تمرینات کششی برای سلامتی جسم و نشاط روان،
زیر نظر خانم فلورا غدیری.

Older Adult's Program - Every Friday 11:30 - 3:00

برنامه گروه بزرگسالان - هر جمعه ۱۱:۳۰ تا ۳ بعد از ظهر

Friday June 1st:

Better Breathing -Dr. Noushin Khavarian

Friday June 8th:

How you can prevent early Alzheimer?

Dr. Fariba Bashiri

Friday June 15th:

Sun Safety during summer - Naga Ramalingam
Community Development Worker, Family Service Toronto

Friday June 22nd:

Muscles Relaxation - Dr. Noushin Khavarian

Friday June 29th:

Pain & Fatigue Management - Dr. Noushin Khavarian

Please be advised that from June 1st to September 28th,
Older Adult program will move to *Earl Bales Community Centre*,
4169 Bathurst St. M3H 3P7

توجه داشته باشید که برنامه گروه بزرگسالان از اول جون تا آخر ماه سپتامبر در
ارل بیل کامیونیتی سنتر در آدرس ۴۱۶۹ خیابان پترست برگزار خواهد شد.



جمعه ۱ جون:

صحيح نفس کشیدن- دکتر نوشین خاوریان

جمعه ۸ جون:

چطور میتوان از آلزایمر زودرس جلوگیری کرد؟

دکتر فریبا بشیری

جمعه ۱۵ جون:

محافظت در برابر نور خورشید در طول تابستان- ناگا رامالینگام
مددکار اجتماعی، از تورنتو فامیلی سرویس

جمعه ۲۲ جون:

استراحت ماهیچه‌ها- دکتر نوشین خاوریان

جمعه ۲۹ جون:

مدیریت درد و خستگی- دکتر نوشین خاوریان

برنامه گروه ادبیات و مطالعه - اولین و سومین جمعه هر ماه ۶:۳۰ تا ۸:۳۰ بعد از ظهر

Literary Club- 1st and 3rd Friday of the Month 6:30-8:30 PM

This program includes reading books, writing story and memoir,
Facilitated by Poet & Writer Ms. Mehri Yalfani.
This program will be on Friday June 1st and 15th.



برنامه‌ای شامل کتاب خوانی، داستان و خاطره نویسی برای بزرگسالان،
با نظارت خانم مهری یلفانی، نویسنده و شاعر، برگزار می‌شود.
در ماه جون جمعه یکم و پانزدهم این جلسه برگزار خواهد شد.

English Conversation - Every Thursday 4:00 - 6:00

کلاس مکالمه زبان انگلیسی - پنجشنبه ها ۴ تا ۶ بعدازظهر

Learn in a friendly environment
Manage your appointments
Communicate more effectively
Improve your listening and speaking skills
Read books, newspaper articles
Present your point of view
Watch TV programs & movies comfortably

توجه داشته باشید از ۷ جون، ساعت کلاس مکالمه زبان به ۴ تا ۶ تغییر می یابد.
Be advised from June 7th English Conversation class time will change to 4 to 6



یادگیری زبان انگلیسی در یک محیط دوستانه
تقاضا و انجام موفقیت آمیز قرارهای ملاقات
برقراری ارتباط موثرتر
تقویت مهارت های گوش دادن و صحبت کردن به زبان انگلیسی
خواندن کتابها، مقالات و روزنامه ها
ارائه موثر نقطه نظرات
تماشای برنامه های تلویزیون و فیلم های زبان انگلیسی و درک مفاهیم

Settlement Services - Every Wednesday 1:00 - 4:30

خدمات به مهاجرین تازه وارد - هر چهارشنبه ۱ تا ۴:۳۰ بعدازظهر

Information regarding Housing, Education, Legal issues,
Immigration, Social assistance and recreation
Information and referral for skilled workers and
Technician to the right resources for obtaining proper licence
Filling forms, referral to English classes,
learning centers to learn skills for job search



اطلاعات در زمینه مسکن، تحصیلات، بهداشت، مسائل حقوقی، مهاجرت،
کمک های مالی دولتی و تفریحات سالم
راهنمایی و ارجاع متخصصان تحصیل کرده و صاحبان
رشته های فنی و حرفه ای جهت اخذ لایسنس به منابع مربوط
پرکردن فرم های مختلف دولتی، ارجاع به کلاس زبان انگلیسی،
و مراکز آموزش، کسب مهارت جهت کار یابی

IWOO Accepts Volunteers

سازمان زنان ایرانی انتاریو داوطلب می پذیرد

Volunteers would benefit from learning opportunities and training.

داوطلبین از فرصت های یادگیری و کارآموزی بهره مند خواهند شد.

Learn How to Engage in Volunteering & Work at Social Service Organizations

بیاموزید چگونه جذب کار داوطلبانه و اشتغال در سازمان های خدمات اجتماعی شوید

- ➔ Workshops will be presented by professionals working in the field of Social Services
- ➔ Participants who finish all sessions will receive a certificate

IWOO Volunteer Training Workshops

کارگاه های آموزشی برای داوطلبان در سازمان های خدمات اجتماعی

Every Thursday for 6 weeks

May 31 to July 5, 2012 10 am- 1 pm

Oriole Community Centre

2975 Don Mills Road, North York, ON M3C 3B7

2nd floor Gallery Room

What will you learn?

May 31, 2012	Organization Structure
June 07, 2012	Service delivery from an anti-oppression standpoint
June 14, 2012	Orientation to social service sector
June 21, 2012	Effective communication skills development
June 28, 2012	Principles of conflict resolution
July 05, 2012	Group facilitation

Days to Remember

این روزها را به خاطر بسپارید

Friday June 22, 2012

Mental Health Workshop

جمعه ۲۲ جون ۲۰۱۲

کارگاه سلامت روان

Friday July 4, 2012

Women's Health Mobile Clinic

چهارشنبه ۴ جولای ۲۰۱۲

کلینیک سیار بهداشت زنان

IWOO is ready five days a week, from 10 am to 4 pm to give the above services, or referral to available services in the city of Toronto.

سازمان زنان پنج روز در هفته از ساعت ۱۰ تا ۴ بعدازظهر آماده ارائه خدمات بالا و یا ارجاع شما به دیگر خدمات موجود در شهرتورنتو است.

Contact us:

Iranian Women Organization of Ontario

2975 Don Mills Road, North York ON M2J

Tel: 416-496-9566 Fax: 416-496-0881

Email: info@iwontario.com

Website: www.iwontario.com

IWOO Staff

Nasrin Khatam

Volunteer Coordinator

Noushin Khavarian

Program Coordinator

Soudabeh Mofrad

English Class Instructor

Felora Gadiri

Yoga Class Instructor

IWOO Program & Office Volunteers

Behnaz Afaghi

Susan Abdulhamidi

Fereshteh Touyserkani

Mehri Yalfani

Shamsi Amirpour

Takin Nateghi

Reyhaneh Jahani

Mitra Mohseni

Masi Padyab

Mina Bavinezhad

Maryam Farzanehnejad

Maha Shamlou

Sedighe Gandomi

IWOO Board of Directors 2011-2013

Afkham Mardukhi President

Mehrnoush Aghdasi Vice-President

Maliknaz Sadooghi Treasurer

Afsaneh Borzooei Treasurer

Pouneh Biazarikari Secretary

Akram Basiji Member

Niloofer Rezaei-Boroun Member

Halimeh Hamidi Member

Macy Tatari Member

Sheida Bamdad Member

Lily Pourzand Member

Marzieh Sarvi Member

Negar Shakoobi Member

Samira Zarghami Member

Your Feedbacks Strengthen our Programs!

نظرات شما موجب استحکام بیشتر برنامه های ما خواهد شد!

Please collaborate with us to present IWOO's programs to your friends and contacts by sending this Newsletter

لطفا در شناساندن هرچه بیشتر برنامه های سازمان زنان. با فرستان این خبرنامه به دوستان و آشنایان خود ما را همراهی کنید.