



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

## برنامه های سازمان زنان انتاریو ماه مارس ۲۰۱۲ IWOO's Programs March, 2012

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 March 6<sup>th</sup> :**

Parent relationship and its effects on children's behaviour  
Sudha Coomarasamy, Community Development  
From St. Joseph's Women's Health Centre

**Tuesday March 13<sup>th</sup> :**

Thyroid diseases - Dr. Noushin Khavarian

**Tuesday March 20<sup>th</sup> :**

We celebrate Nowruz, Clothes & Toys Exchange

**Tuesday March 27<sup>th</sup> :**

Time & processes of Toilet Training,  
Shahla Yaghoubian, Social Worker



سه شنبه ۶ مارچ ۲۰۱۲:

ارتباط والدین و تاثیر آن روی رفتار بچه ها،  
سودا کوماراسامی، مددکار اجتماعی  
از مرکز بهداشت زنان سنت جوزف

سه شنبه ۱۳ مارچ ۲۰۱۲:

بیماریهای تیروئید - دکتر نوشین خاوریان

سه شنبه ۲۰ مارچ ۲۰۱۲:

نوروز را جشن می گیریم، تعویض لباس و اسباب بازی

سه شنبه ۲۷ مارچ ۲۰۱۲:

زمان و مراحل گرفتن کودک از پوشاک  
شهلا یعقوبیان، مددکار اجتماعی

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

**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 قدیری



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

برنامه گروه بزرگسالان - هر جمعه ۱۱:۳۰ تا ۳ بعدازظهر

**Friday March 2<sup>nd</sup>, 2012:**

Healthy Eating - Afsar Javahery - Registered Nutritional Consultant

**Friday March 9<sup>th</sup>, 2012:**

Yoga Exercise -Felora Ghadiri - Yoga Instructor

**Friday March 23<sup>rd</sup>, 2012:**

We celebrate Nowruz

**Friday March 30<sup>th</sup>, 2012:**

Yoga Exercise -Felora Ghadiri - Yoga Instructor



جمعه ۲ مارس ۲۰۱۲:

تغذیه سالم - افسر جواهری - متخصص تغذیه

جمعه ۹ مارس ۲۰۱۲:

تمرین یوگا - فلورا قدییری - مربی یوگا

جمعه ۲۳ مارس ۲۰۱۲:

نوروز را جشن می گیریم

جمعه ۳۰ مارس ۲۰۱۲:

تمرین یوگا - فلورا قدییری - مربی یوگا

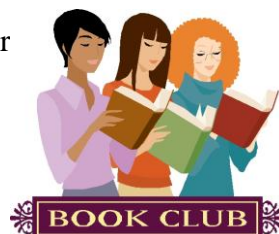
## Literary Club- 1<sup>st</sup> and 3<sup>rd</sup> Friday of the Month 6-8

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

This program includes reading books, writing story and memoir

Facilitated by Poet & writer Ms. Mehry Yalfani

The next Literary Club meeting is on Friday February



برنامه ای شامل کتاب خوانی، داستان و خاطره نویسی برای بزرگسالان،

با نظارت خانم مهری یلفانی، نویسنده و شاعر، برگزار می شود.

جلسه بعدی گروه ادبیات و مطالعه جمعه ۲ و ۱۶ مارس برگزار خواهد شد.

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

کلاس مکالمه زبان انگلیسی - پنج شنبه 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



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  
پرو کردن 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.

## Days to remember:

این روزها را به خاطر بسپارید:

**Thursday March 8, 6-8 pm**  
Celebrating International Women's Day

شنبه ۱۰ مارس ۶ تا ۸:۳۰ بعدازظهر کلیسای ادونت لوتران  
جشن روز جهانی زن

**Friday May 11**  
The 3<sup>rd</sup> annual Gala

جمعه ۱۱ می  
سومین گالا سالیانه

## Office Hours - Monday to Friday 10:00 - 4:00

ساعات کار دفتر - دوشنبه تا جمعه ۱۰ تا ۴ بعدازظهر

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

سازمان زنان پنج روز در هفته آماده ارائه خدمات بالا و یا ارجاع شما به دیگر خدمات موجود در شهر تورنتو 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](mailto:info@iwontario.com)

Website: [www.iwontario.com](http://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**  
Literary Club Coordinator

**Susan Abdulhamidi**  
Office Volunteer

**Fereshteh Touyserkani**  
Office Volunteer

**Nazireh Ghannadi**  
Program Volunteer

**Reyhaneh Jahani**  
Program Volunteer

**Masi Madyab**  
Program Volunteer

**Rona Nawabi**  
Program Volunteer

### **IWOO Board of Directors 2011-2013**

Afkham Mardukhi	<b>President</b>
Mehrnoush Aghdasi	<b>Vice-President</b>
Maliknaz Sadooghi	<b>Treasurer</b>
Afsaneh Borzooei	<b>Treasurer</b>
Pouneh Biazarikari	<b>Secretary</b>
Akram Basiji	<b>Member</b>
Niloofer Rezaei-Boroun	<b>Member</b>
Halimeh Hamidi	<b>Member</b>
Macy Tatari	<b>Member</b>
Sheida Bamdad	<b>Member</b>
Lily Pourzand	<b>Member</b>
Marzieh Sarvi	<b>Member</b>
Negar Shakoori	<b>Member</b>
Samira Zarghami	<b>Member</b>

***Your feedback makes us stronger and keeps us motivated!***

***نظرات شما موجب استواری بیشتر و تقویت انگیزه ما خواهد شد!***

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

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