

جلسات زندگی کردن شاد و سالم

آغاز برنامه های زندگی سالم از ۱۶ فبروری ساعت ۱۰ صبح الی ۱۲ بعد از ظهر از طرف دفتر سیفید در محل ذیل برگزار میگردد.

DY1 Community Centre, Stafford Street, DY1 1SA

این برنامه شامل موضوع های مختلف میباشد تا بتواند در داشتن یک زندگی شاد و سالم از شما حمایت کند!

خدمات ایمنی خانه - آتش نشانی



مهارت های والدین در رابطه با فرزند پروری، انضباط و بهداشت فرزندان



زمان برای کودکان 2 سال / نظم و انضباط



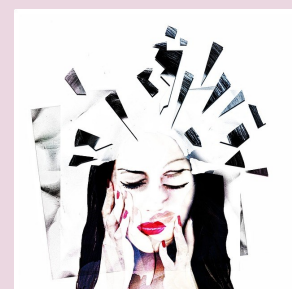
رژیم غذایی و تغذیه سالم



FGM (ختنه زنان)



سلامت روان مادر



آیا شما یک مهاجر یا از یک جامعه اقلیت قومی هستید؟

آیا به دنبال بهبود مهارت های والدین خود هستید؟

آیا می خواهید نگرانی های خود را به متخصصان سلامت بیان کنید؟

اگر بله، این پروژه زندگی سالم برای حمایت از شما و برای درک/شرکت در فعالیت های سلامت و رفاه، کسب مهارت های فرزندپروری و ایجاد اعتماد به نفس برای تعامل با متخصصان سلامت طراحی شده است

این پروژه شما را قادر می سازد تا:

افزایش مهارت های فرزندپروری که منجر به انسجام بهتر خانواده می شود

تعداد حوادث و واقعات را در خانه خود کاهش دهید

از فرصت ها برای تعامل با متخصصان سلامت استفاده کنید

درک بهتری از سیستم مراقبت های بهداشتی داشته باشید

سلامت و رفاه طولانی مدت خود را بهبود بخشید

شرکت در این برنامه ها رایگان است و نوشیدنی رایگان ارائه می شود

علاقه مند هستید؟ چرا نمی آید و به ما ملحق نمی شوید!

برای اطلاعات بیشتر با شگوفه نظام تماس حاصل فرمایید



01384 456166



07707679622



admin@cfed.org.uk