



Post-Partum Support Program

گروه حمایت مادران بعد از زایمان

بسیاری از مادران پس از تولد نوزاد خود از بروز احساساتی چون افسردگی، نگرانی، تنهایی و حتی ترس ابراز تعجب میکنند. این امر همزمان با پدیده مهاجرت می تواند یکی از سخت ترین مراحل زندگی یک زن باشد. گروه مذکور به مادران در درک بهتر احساسات خود و ماهیت طبیعی بودن آن کمک نموده و فرصتی مناسب جهت تبادل این احساسات با مادران دیگر ایجاد میکند.

گروه حمایت از مادران به شما در موارد زیر کمک می کند:

- درک بهتر احساس غمگینی، افسردگی، نگرانی و تنهایی در خود
- یافتن منابعی جهت برقراری ارتباط با سایر مادران
- آموختن مهارتهای لازم جهت استحکام احساسات مثبت و برخورد بهتر با نگرانی های اولیه نگهداری نوزاد
- طرح سوالات خود از مشاورین برنامه که امکان پرسش آن از دوستان و یا اعضای خانواده خود ممکن نیست.

For more information and to register contact:

Nazila Safari, Nazilas@impactnorthshore.ca or 604-988-2931

Workshop Highlights

Wednesdays (4 sessions)

October 7 – 28

10:00 am – 12:00 pm

In this program for mothers with babies and young children, you will receive information, skills, and support.

This program is offered in partnership with Family Services of the North Shore.

Presenter/Facilitator: Nazila Safari, Settlement Worker, Impact North Shore

Details:

This program will be presented in Farsi.

This program is open to Farsi-speaking mothers with young children (ages 0-3).

Online via Zoom

Details provided after registration.

To participate in this workshop, you must be registered as a client with Impact North Shore.

This program is government funded and free of charge.

