



یک جلسه ۸ هفته ای رایگان برای زنان افغان در منطقه کلاید برای توسعه و تقویت مهارت های تربیه اطفال، با تمرکز بر رابطه شما با فرزندانتان.

چه زمانی

هشت جلسه سه ساعته هفتگی از سه شنبه ۲۹ ژوئیه ۲۰۲۵

کجا

Manna Gum Family
and Community Centre
2-16 Calgary Way
Clyde North

هزینه کورس

کاملاً بدون هزینه (رزرو کردن به دلیل محدودیت جا ضروری است).

کاتلاعات بیشتر

برای ابراز علاقه خود به گروه های آینده یا کسب اطلاعات بیشتر، با مرکز کربورن ما تماس بگیرید:

- تلفن 5990 1900 (03)
- ایمیل cranbourne@rav.org.au



ما مردم بومی و جزیره نشین تنگی تورس را به عنوان مالکان سنتی سرزمین ها و آبراه های استرالیا می دانیم. ما از حق مردم بومی برای تعیین سرنوشت و خدمات امن فرهنگی حمایت می کنیم.

چه کسی می تواند شرکت کند؟

ما برای فراهم ساختن این پروگرام برای زنان افغان با اطفال ۱۲ ساله و کمتر در هر یک از ساحات ذیل تمویل مالی شده ایم:

- شهر بوروندرا - City of Boroondara
- شایر کاردینیا - Shire of Cardinia
- شهر کیسی - City of Casey
- شهر بزرگ داندانگ - Greater Dandenong City
- شهر خلیج هابسونز - City of Hobson's Bay
- شهر کیلور - City of Keilor
- شهر بریمبانک - City of Brimbank
- شهر مینینگهام - City of Manningham
- شهر ملبورن - City of Melbourne
- میلتن - Melton
- بکس مارش - Bacchus Marsh
- شهر موناخ - City of Monash
- شهر گریتر شپرتون - City of Greater Shepparton

این گروه توسط ترینر های زن که به چندین لهجه افغانی مسلط هستند پیش برده می شود.

لطفا توجه داشته باشید: والدین می توانند با اطفال خورده سال خود در این گروه شرکت کنند. از اطفال شان مراقبت خواهد شد.

آیا شما:

- در مدیریت رفتار فرزندتان مشکل دارید؟
- می خواهید مهارت های تربیه اطفال خود را تقویت کنید؟
- آیا می خواهید راه های بهتر برای ایجاد ارتباط با فرزندتان را بیاموزید؟
- در مورد درگیری و مخالفت ها در خانه خود احساس نگرانی می کنید؟
- آیا می خواهید با زنان افغان دیگر ملاقات و ارتباط برقرار کنید؟

در این برنامه در مورد این

موضوعات بحث خواهیم نمود:

- احساسات و اهمیت آن
- چگونه می توان ارزش های فرهنگی مهم را حفظ کرد و در عین حال ایده ها و تحقیقات جدید تربیه اولاد را اضافه کرد
- ۵ مرحله یادگیری احساسات
- تجربیات خانوادگی ما و اینکه چگونه ممکن است بر نحوه تربیت فرزند افغان تأثیر بگذارد
- سبک های مختلف تربیه اولاد
- مدیریت خشم و مخالفت نظر
- حل مشکلات
- مراقبت از احساسات عاطفی خود
- لطفا توجه داشته باشید: والدین می توانند با اطفال خورده سال خود در این گروه شرکت کنند. از اطفال شان مراقبت خواهد شد.

Tuning in to Kids® for Afghan women



Relationships™
AUSTRALIA · VIC



A FREE, 8-session group for Afghan women to develop and enhance your parenting skills, focusing on building your relationship with your children.

Do you:

- have difficulty managing your child's behaviour?
- want to strengthen your parenting skills?
- want to learn ways to better connect with your child?
- feel concerned about conflict in your home?
- want to meet and connect with other Afghan women?

In this program, we'll talk about:

- emotional intelligence and why it's important
- how to maintain important cultural values whilst also incorporating new parenting ideas and research
- the 5 steps of emotion coaching
- our family experiences and how they might influence how we parent our children
- different parenting styles
- anger and conflict management
- problem solving
- emotional self-care.

Who can attend?

We're funded to provide this program for Afghan women with children aged 12 years and under and a connection to any of the following areas:

- City of Boroondara
- Shire of Cardinia
- City of Casey
- Greater Dandenong City
- City of Hobsons Bay
- City of Keilor
- City of Brimbank
- City of Manningham
- City of Melbourne
- Melton
- Bacchus Marsh
- City of Monash
- City of Greater Shepparton.

This group is facilitated by Afghan women who are fluent in several Afghan dialects.

Parents are able to attend this group with babies and pre-school children. Child care and refreshments will be provided.

When

8 x weekly, 3-hour sessions.
9:30am -12:30pm, starting on
Tuesday 29 July 2025.

Where

Manna Gum Family
and Community Centre
2-16 Calgary Way
Clyde North

Cost

Free of charge. Bookings are essential as places are limited.

More information

To express your interest in upcoming groups or to find out more, contact our Cranbourne Centre:

- Phone (03) 5990 1900
- Email cranbourne@rav.org.au



We acknowledge First Nations peoples as the Traditional Owners and Custodians of the lands and waterways of Australia. We support their right to self-determination and culturally safe services.