

# Newcomer Youth Leadership Program (Ages 13-19)



## Youth & Families Yoga Class

Every Thursday on ZOOM

**Time 5:00 pm- 6:00 pm**

From October 6<sup>th</sup> to December 22<sup>nd</sup>



Relax your body & mind  
Join us in yoga sessions

**Your family can join us!**

For more information & registration,  
please contact: Basma Al-Taie

Email: [baltaie@jfsottawa.com](mailto:baltaie@jfsottawa.com)  
Cell: 613-286-7298  
Office: 613-722-2225 Ext 426

أرح جسمك وعقلك  
وشارك في جلسات اليوغا

يمكن لجميع أفراد العائلة المشاركة!

للمزيد من المعلومات والتسجيل يرجى  
التواصل مع : بسماء الطائي

إيميل: [baltaie@jfsottawa.com](mailto:baltaie@jfsottawa.com)  
جوال: 613-286-7298  
مكتب: 613-722-2225 تحويلة 426

This program is funded by



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada

