

# خبرنامه

سپتامبر 2025



نفرت یک احساس بهبوده است،  
بیشتر افرادی که از آنها متنفرید  
نمی‌دانند که از آنها متنفرید و بقیه  
اهمیتی نمی‌دهند.

مدگار ایورز

شماره 3. به ما بگویید که دوست دارید چه چیزی در آن  
بینید.

در اینجا نحوه ایجاد تغییر را شرح می‌دهیم:

تاریخچه CRHA: هلال احمر در سپتامبر  
1976 بخشی از CRHA شد. این ساختمان 8 طبقه  
105 واحد دارد و بازسازی آن در سال 2024 به  
پایان رسید.

مدیریت املاک: کار بر روی برنامه انحراف از  
تخلیه با خدمات ساکنین.

فناوری اینترنت/فناوری اطلاعات: برنامه‌ریزی  
برای کلاس‌های سواد کامپیوتری در پاییز امسال، کلاس‌های بیشتر در  
راه است!

نگهداری: همچنان بسیار مشغول باشید و با  
بازسازی در چندین سایت کار کنید. همچنین یک  
متخصص ماهر استخدام کنید.

- برنامه راس - کار با نزدیک به 50 شرکت‌کننده  
در تعیین هدف فردی!
- FSS - همچنان با نزدیک به 50 نفر از ساکنان به سختی  
کار می‌کند و با آنها حساب‌های امنی ایجاد  
می‌کند.
- برنامه JobsPlus - برنامه‌ریزی برای همکاری با  
یک سفیر جوانان
- بازسازی - به‌روزرسانی‌های سیستم تهویه مطبوع در سایت‌های  
خط آهن موازی به پایان رسید؛ ساختمان‌های جدید در خیابان اول  
جنوبی قابل مشاهده هستند.
- خدمات ساکنین - اسماعیل، هماهنگ‌کننده جوانان، کار خود را آغاز  
کرد! او در نهایت در فضای اداری جدید خیابان  
ششم خواهد بود و در برخی از جلسات و ملاقات‌ها  
شرکت خواهد کرد (به بروشور زیر مراجعه  
کنید).

آیا ایده‌ای برای خبرنامه ماهانه ما دارید؟ به من اطلاع دهید!

آیا می‌خواهید به عنوان یکی از ساکنان یا کارکنان معرفی  
شوید؟ با من تماس بگیرید! همچنین، خبرنامه جدید را چه بنامیم؟



[mossb@cvilleerha.com](mailto:mossb@cvilleerha.com)



سالگردهای کاری CRHA در ماه  
سپتامبر

تلما ام، مدیریت املاک  
جنیفر ام، خدمات جایز پلاس/خدمات ساکنین  
شرمن سی، تعمیر و نگهداری  
ماریا سی، امور اداری  
ناتالی آر، امور مالی  
مورگان ال، توسعه مجدد  
کلودت جی، مدیریت املاک  
تامیکا جی، HCV

کارکنان جدید CRHA

اسماعیل ام-ام، هماهنگ‌کننده جوانان/خدمات ساکنین  
کالین ام، تعمیر و نگهداری  
زوئی ال، خدمات ساکنین (کارآموز قبلی UVA)  
جورجیا دلیو، خدمات ساکنین (کارآموز قبلی UVA)

تولدهای CRHA در ماه سپتامبر

پریتو ام-ال، مدیریت املاک  
کاترین اس، تعمیر و نگهداری  
وینفرد دلیو، تعمیر و نگهداری  
ویرجینیا جی، تعمیر و نگهداری  
آلفرد ای، تعمیر و نگهداری  
جنیفر ام، خدمات جایز پلاس/خدمات ساکنین

نکات برجسته مشارکت

جسیکا ویلسون، هاب در کلیسای پوینت

این هاب، یک مرکز منابع اجتماعی است که برای کمک به افراد و خانواده‌ها در برقراری ارتباط با پشتیبانی مورد نیازشان طراحی شده است. چه به دنبال کمک در زمینه غذا، مسکن، اشتغال یا سایر خدمات محلی باشید، این هاب فضایی دلیزیر را فراهم می‌کند که در آن می‌توانید با داوطلبان دلسوز ملاقات کنید، به منابع عملی دسترسی پیدا کنید و برای گام بعدی خود راهنمایی پیدا کنید. این مرکز چیزی بیش از یک مکان است - این مرکز نقطه شروعی برای امید، کمک و ارتباط درست در جامعه ما است.

برای اطلاعات بیشتر، ساعات کاری و مکان، لطفاً به [thepointva.com/thehub](http://thepointva.com/thehub) مراجعه کنید.

گوشه جوانان

CRHA اولین هماهنگ‌کننده جوانان خود، اسماعیل مومبوسی-مبادینگا، را استخدام کرده است! او بر ایجاد ارتباط برنامه‌های جوانان برای حمایت از جوانان از همه مکان‌ها در توسعه خودکفایی، تفریح و مهارت‌های مشابه نظارت خواهد کرد.

مدرسه دوباره شروع به کار کرده است. به تدریس خصوصی نیاز دارید؟

تماس با شهر موعود

<https://www.cityofpromise.org/> یا برای ثبت نام

فرزندانان به وبسایت UVA America Reads به آدرس

<https://education.virginia.edu/research-initiatives/community-outreach/america-reads>

مراجعه کنید.

نکته بهداشتی

تغذیه برای سلامت عمومی ما بسیار مهم است و خوردن غذاهای مناسب می‌تواند به کاهش خطر برخی بیماری‌ها مانند سرطان، دیابت، فشار خون بالا و کلسترول بالا کمک کند. با این حال، غذا بسیار گران است! یک منبع محلی عالی برای کمک به هر کسی در یافتن مواد غذایی رایگان و وعده‌های غذایی گرم، در هر روز هفته وجود دارد: **Cville Area Feeds**

<https://cvilleareafeeds.org/get-help/>

## اعلان‌های پیامکی CRHA را دریافت کنید!



- شروع کنید  
در هر یک از لیست‌های اعلان زیر شرکت کنید:
- برای اعلان‌های CRHA،
  - «CRHAINFO» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های خیابان ششم،
  - «CRHA6THST» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های کرسنت هال،
  - «CRHACRESENTHALLS» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های داگ‌وود،
  - «CRHADOGWOOD» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های مدیسون،
  - «CRHAMADISON» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های میچی،
  - «CRHAMICHIE» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های ریورساید،
  - «CRHARIVERSIDE» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های خیابان اول جنوبی،
  - «CRHASOUTHFIRSTST» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید
  - برای اعلان‌های وستاون،
  - «CRHAWESTHAVEN» را به ۹۱۸۹۶ پیامک کنید

انتظارات:

- پس از ارسال کلمه کلیدی، اولیه، یک پیام تأیید دریافت خواهید کرد که از شما می‌خواهد برای تأیید عضویت، «بله» را پاسخ دهید.
- ممکن است ماهانه چندین پیامک با اعلان برای هر دسته هشدار انتخاب شده دریافت کنید.
- ممکن است هزینه پیام و داده اعمال شود. برای جزئیات بیشتر با اپراتور خود مشورت کنید.
- می‌توانید در هر زمانی کلمه STOP را پیامک کنید تا نام خود را از همه لیست‌ها حذف کنید.

[View in terms-conditions](#)



### دستور غذا

مرغ و کلم بروکلی با سس شوید، از تیم تحریریه  
Taste of Home

- ۴ عدد سینه مرغ بدون استخوان و پوست (هر کدام ۱۸۰ گرم)
- ۱/۲ قاشق چایخوری نمک سیر
- ۱/۴ قاشق چایخوری فلفل
- ۱ قاشق غذاخوری روغن زیتون
- ۴ فنجان گلجه‌های کلم بروکلی تازه
- ۱ فنجان آب مرغ
- ۱ قاشق غذاخوری آرد همه منظوره
- ۱ قاشق غذاخوری شوید تازه خرد شده
- ۱ فنجان شیر ۲٪

۱. مرغ را با نمک سیر و فلفل بپاشید. در یک ماهیتابه بزرگ، روغن را روی حرارت متوسط گرم کنید؛ مرغ را از هر دو طرف قهوه‌ای کنید.

از ماهیتابه خارج کنید

۲. کلم بروکلی و آب گوشت را به همان ماهیتابه اضافه کنید؛ بگذارید بجوشد. حرارت را کم کنید؛ ۳ تا ۵ دقیقه، در قابلمه را بگذارید تا کلم بروکلی کمی نرم شود. با استفاده از یک قاشق سوراخ‌دار، کلم بروکلی را از ماهیتابه خارج کنید و آب گوشت را از ماهیتابه خارج کنید. کلم بروکلی را گرم نگه دارید.

۳. در یک کاسه کوچک، آرد، شوید و شیر را مخلوط کنید تا یکدست شود؛ آب گوشت را به ماهیتابه اضافه کنید. بگذارید بجوشد و مرتب هم بزنید؛ ۱ تا ۲ دقیقه بیزید و هم بزنید تا غلیظ شود. مرغ را اضافه کنید؛ روی حرارت متوسط، در قابلمه را بگذارید و بیزید تا دماسنج داخل مرغ، دمای ۱۶۵ درجه را نشان دهد، به مدت ۱۰ تا ۱۲ دقیقه. با کلم بروکلی سرو کنید

### نکات برجسته کارکنان

خالد حیدر، خدمات ترجمه (بازسازی)

از سال 2024 چه مدت در CRHA کار کرده‌اید؟

غذای مورد علاقه شما چیست؟ غذای خانگی خانوادگی که با

گوشت و خمیر درست می‌شود.

بوی مورد علاقه شما چیست؟ نسیم کوهستان در خانه،

صدای مورد علاقه شما چیست؟ باران و رعد.

آهنگ مورد علاقه شما چیست؟ ویرجینیای غربی

رنگ مورد علاقه شما چیست؟

مشکی

## **Important CRHA Contacts**

~~\_~~ Main number 434-326-4672

~~\_~~ Maintenance 434-422-9236

~~\_~~ Urgent Maintenance after hours/on call 434-277-2107

~~\_~~ Safety concerns (anonymous): CRHASafety@cvillerha.com; ON-call manager 434-962-5579

~~\_~~ Jobs Plus program (Westhaven only): jobsplus@cvillerha.com

~~\_~~ Family Self-Sufficiency program: fss@cvillerha.com

~~\_~~ Resident Opportunity Self-Sufficiency program: ross@cvillerha.com

~~\_~~ Economic Opportunity Program, Section 3 work: eop@cvillerha.com  
<https://cvillerha.com/>

## **Rent Cafe information:**

<https://cvillerha.com/wp-content/uploads/2023/08/RENTCafe-Online-Rent-Payments-Guide-for-Residents.pdf>

<https://cvillerha.com/wp-content/uploads/2023/08/Resident-RENTCafe-FAQs-CRHA.pdf>

### **CRHA sites:**

Westhaven

South 1st St.

6th St.

Crescent Halls

Riverside

Madison Ave.

Michie Dr.

# رایگان

## جستجوی کار



منطقه پرده‌مونت

برای همه ساکنان CRHA آزاد است!

ماه	موضوع هفته ۱	موضوع هفته ۲	موضوع هفته ۳	موضوع هفته ۴
اوت	پنجشنبه‌ها، ۱۱ صبح تا ۱۲ ظهر در مرکز اجتماعی وستهاون		نوشتن رزومه و نامه درخواست	مرب‌گیری: پیگیری نوشتن رزومه
سپتامبر	ناوبری و مرب‌گیری شغلی	دسترسی و استفاده از منابع اجتماعی	ساختن جامعه خود در درون جامعه	کارگاه آمادگی شغلی
اکتبر	پول واقعی. دنیای واقعی*	اولویت‌بندی: خواسته‌ها و نیازها	بودجه‌بندی بر اساس بودجه	درک فیش حقوقی، مزایا و بازنشستگی
نوامبر	مرب‌گیری هم‌تا و سفیران مقیم	راه‌حل‌ها و بهترین شیوه‌های حمل و نقل	خدمات جامع: سلامت روان، مسکن	همکاری با سازمان‌های غیرانتفاعی محلی و ارائه دهندگان خدمات
دسامبر	اداره مسکن عمومی (هماهنگی EID)	کاریابی، فرصت‌های آموزشی بخش	ارائه دهندگان آموزش، کالج محلی و مسیرها	خدمات اجتماعی، FBO و سازمان‌های مدنی

خدمات شغلی ویرجینیا - منطقه پرده‌مونت یک کارفرما/برنامه فرصت‌های برابر است. کمک‌ها و خدمات کمکی بنا به درخواست برای افراد دارای محدودیت در دسترس است. راه 711 TDD-VA. تأمین مالی توسط بودجه فدرال ایالتی و محلی. مرجعان بنا به درخواست در دسترس هستند. مسئول EO |  
 info@vcwpledmont.com | 434-290-0026

\* یا شماره تلفن تعاونی ویرجینیا



# MEET & GREET

Bridget Moss, Program Coordinator

mossb@cvilleerha.com

Let her know what kinds of programs and resources you want for your community. Interested in a resident leadership role? Now is your time, she wants to hear from you!

**Virtual:** Tuesday, 9/2 4-4:40pm

Join Zoom Meeting

<https://zoom.us/j/99748226938?pwd=K6v4TISsDb8NPYDh59mPle6ibD712r.1>

Meeting ID: 997 4822 6938  
Passcode: 8Nw4Ca

**In Person:**

Monday, 9/8 4-5pm at 6<sup>th</sup> St

Tuesday, 9/9 4-5pm at Michie

Wednesday, 9/10 4-5pm at Madison

Thursday, 9/11 4-5pm at S. 1<sup>st</sup> St.

Friday, 9/12 4-5pm at Riverside



# سلامونه ومنی

بریجت ماس، د پروگرام همغږی کوونکی  
ته مراجعه وکړئ mossb@cvilleerha.com

هغې ته خبر ورکړئ چې تاسو د خپلې ټولني لپاره کوم ډول پروگرامونه او سرچینې غواړئ. د اوسیدونکي مشرتابه رول سره علاقه لرئ؟ اوس استاسو وخت دی، هغه غواړي له تاسو څخه واورې

مجازی: سه شنبه، د سېپتمبر ۹مه، د مازدیگر ۲-۴ بجې  
د زوم غونډې سره یوځای شئ

<https://zoom.us/j/99748226938?pwd=K6v4TISsDb8NPYDh59mPle6ibD712r.1>

د غونډې پیژندلپاڼه: ۶۹۳۸ ۴۸۲۲ ۹۹۷  
8NW4Ca پاس کوډ: 8

په شخصي توګه:

دوشنبه، د ۸/۹، د مازدیگر ۲-۴ بجې په شپږم سړک کې  
سپ نشه، د سېپتمبر ۹مه، د مایام ۲-۵ بجې په میچي کې  
چهارشنبه، د سېپتمبر ۹مه، د مازدیگر ۲-۵ بجې په هېدرسون کې  
پنجشنبه، د سېپتمبر ۹مه، د مازدیگر ۲-۵ بجې په ایس-لومبري کوډه کې  
جمعه، د سېپتمبر ۹مه، د مازدیگر ۲-۵ بجې په ریورساید کې



# لڼقاء و تر حڼیب

بریجیت موس، منسقة البرنامج  
mossb@cvilleerha.com

أخبرها بأنواع البرامج والموارد التي ترغب بها لمجتمعك. هل أنت مهتم بدور قيادي؟ الآن هو وقتك، فهي ترغب بسماع رأيك!

افتراضي: الثلاثاء ۹/۸ من الساعة ۴ إلى ۴:۰۰ مساءً  
انضم إلى اجتماع Zoom

<https://zoom.us/j/99748226938?pwd=K6v4TISsDb8NPYDh59mPle6ibD712r.1>

معرف الاجتماع: 6938 4822 997  
رمز المرور: 8Nw4Ca

شخصيا:  
الاثنين ۸/۹ من الساعة ۴ إلى ۵ مساءً في شارع ۶.  
الثلاثاء ۹/۹ من الساعة ۴ إلى ۵ مساءً في ميتشي  
الأربعاء ۹/۱۰ من الساعة ۴ إلى ۵ مساءً في ماديسون  
الخميس ۹/۱۱ من الساعة ۴ إلى ۵ مساءً في شارع الجنوب الأول.  
الجمعة ۹/۱۲ من الساعة ۴ إلى ۵ مساءً في ريورساید



# ملاقات سلام

بریجیت ماس، همکار  
mossb@cvilleerha.com

او را در جریان بگذارید که چه نوع برنامه‌ها و منابعی را برای جامعه‌تان می‌خواهید. به نقش رهبری ساکنان علاقه‌مند هستید؟ حالا زمان شماست، او می‌خواهد از شما بشنود!

مجازی: سه شنبه، ۹/۲ از ساعت ۴ تا ۴:۰۰ بعد از ظهر به جلسه زوم بپیوندید

<https://zoom.us/j/99748226938?pwd=K6v4TISsDb8NPYDh59mPle6ibD712r.1>

Meeting ID: 997 4822 6938  
Passcode: 8Nw4Ca

حضوری:

دوشنبه، ۹/۸ از ساعت ۴ تا ۵ بعدازظهر در خیابان  
سه شنبه، ۹/۹ از ساعت ۴ تا ۵ بعدازظهر در  
میچی چهارشنبه، ۹/۱۰ از ساعت ۴ تا ۵ بعدازظهر  
در مادیسون پنجشنبه، ۹/۱۱ از ساعت ۴ تا ۵  
جمعه، ۹/۱۲ از ساعت ۴ تا ۵ بعدازظهر در خیابان  
S. 1st بعدازظهر در ریورساید

