


MAY 2021

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
					1 F 10:00am-11:00am Family Support-K-POP Dance Class
3	4 10:30am-11:30am C Senior Wellness: Healing Art 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	5 R 10:30am-12:00pm Body and Mind	6	7 L 11:30am-12:00pm Exercise Program ENG	8 10:00am-11:00am F Family Support-K-POP Dance Class 10:30am-12:00pm C Wellness Seminar: Coping with Loss
10	11 10:30am-11:30am C Senior Wellness: New Wave 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	12 P 10:30am-12:00pm Peer Support Group-Recovery Group	13 C 5:00pm-6:00pm Care & Connection	14 L 11:30am-12:00pm Exercise Program ENG	15 F 10:00am-11:00am Family Support-K-POP Dance Class
17	18 10:30am-11:30am C Senior Wellness: Book Club 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	19 C 10:30am-12:00pm Wellness Seminar	20	21 L 11:30am-12:00pm Exercise Program ENG	22 10:00am-11:00am F Family Support-K-POP Dance Class 11:00am-12:30pm F Korean Family Support Group Meeting
24  31	25 10:30am-11:30am C Senior Wellness: Culture and Literature 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	26 P 10:30am-12:00pm Peer Support Group-Leisure Club	27	28 L 11:30am-12:00pm Exercise Program ENG	29 F 10:00am-11:00am Family Support-K-POP Dance Class

MAY 2021

월요일

화요일

수요일

목요일

금요일

토요일

1
F 10:00am-11:00am
 가족 지원-
 K-POP 댄스 교실

8
F 10:00am-11:00a
 가족 지원-
 K-POP 댄스 교실
C 10:30am-12:00pm
 웰니스 세미나-
 [상실과 행복한 삶]
 -김헌태 정신과 전문의

15
F 10:00am-11:00am
 가족 지원-
 K-POP 댄스 교실

22
F 10:00am-11:00am
 가족 지원-
 K-POP 댄스 교실
F 11:00am-12:30pm
 흥풍 가족 지원 모임

29
F 10:00am-11:00am
 가족 지원-
 K-POP 댄스 교실

3

4
C 10:30am-11:30am
 힐링 아트-차유경
 (KASC Chair)
P 3:00pm-4:00pm
 동료 지지 그룹
ENG

5
R 10:30am-12:00pm
 Body & Mind
 (바디 앤 마인드)

6

7
L 11:30am-12:00pm
 피트니스 세션
ENG

10

11
C 10:30am-11:30am
 뉴 웨이브
 (New Wave)
P 3:00pm-4:00pm
 동료 지지 그룹
ENG

12
P 10:30am-12:00pm
 동료 지지 그룹-
 회복 그룹

13
C 5:00pm-6:00pm
 Care & Connection
 (케어 앤 커넥션)

14
L 11:30am-12:00pm
 피트니스 세션
ENG

17

18
C 10:30am-11:30am
 북 클럽
P 3:00pm-4:00pm
 동료 지지 그룹
ENG

19
C 10:30am-12:00pm
 웰니스 세미나

20

21
L 11:30am-12:00pm
 피트니스 세션
ENG

24

VICTORIA DAY
 31

25
C 10:30am-11:30am
 문화 사랑방-
 권천학 문학인
P 3:00pm-4:00pm
 동료 지지 그룹
ENG

26
P 10:30am-12:00pm
 동료 지지 그룹-
 레저 클럽

27

28
L 11:30am-12:00pm
 피트니스 세션
ENG

During the pandemic, most programs are delivered **VIRTUALLY**, except the one(s) with highlighted location. **ALL PARTICIPANTS ARE REQUIRED TO REGISTER BEFORE JOINING.** For indoor **ON-SITE** programs, a max limit of **5 PARTICIPANTS** are only allowed. **To register, Please call the corresponding contact numbers listed below.**

Programs listed in this calendar are delivered in **Korean**, except those specified with **ENG** are cross-cultural programs delivered in English. Please find program description and eligibilities below.

Community and Wellness Programs

to anyone interested in promoting mental wellness.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Recovery College

to anyone regardless of their diagnosis, background and experience.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Leisure Clubs

to clients in recovery.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Peer Support Groups

to peers with lived experience.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Family Support Groups

to caregivers supporting loved ones with diagnosis.

☎ Please call 647-921-9597 to register.

세계적 감염병 기간에 제공되는 대부분 프로그램은, 장소를 별도로 명시한 일부 프로그램을 제외하고는 원격으로 제공됩니다. **현장에서** 진행되는 대면 프로그램의 경우 최대 **5명**까지만 참석이 허용됩니다. **프로그램 참석 희망자는 아래에 명시된 프로그램 담당자에게 전화로 사전 등록을 하시기 바랍니다.**

이 달력에 수록된 프로그램은, **ENG** 로 표시된 경우를 제외하고는 **한국어**로 제공 됩니다. 다문화 프로그램은 영어로 진행이 됩니다. 프로그램에 대한 설명과 참가 자격은 아래를 참조 하십시오

C커뮤니티 및 건강 프로그램.

정신건강에 대한 이해 증진에 관심 있는 모두를 위한 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

R회복 학교.

진단과 배경, 경험과 관계없이 누구에게나 열려있는 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

L레저 클럽.

회복 중인 클라이언트를 위한 통합 회복, 커뮤니티 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

P동료 지지 그룹.

정신질환을 경험한 동료들에게 제공하는 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

F가족 지원 그룹

진단을 받은 가족을 보살피는 돌봄이들을 위한 프로그램

☎ 등록 전화번호-647-921-9597