

# July 2022



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
<p>5 10:30am-11:30am Senior wellness: Healing Art C</p>	<p>6 10:30am-12:00pm Body &amp; Mind C 2:00pm-3:00pm Summer English Circle DT</p>	<p>7 4:00pm-5:00pm Peer Support Group P ENG</p>	<p>8 9:30am-10:30am Exercise Program L ENG</p>	<p>July 1st (Closed) CANADA DAY</p>	<p>9</p>
<p>12 10:30am-11:30am Senior wellness: New Wave C</p>	<p>13 10:30am-12:00pm Peer Support Group: Recovery Group P 2:00pm-3:00pm Summer English Circle DT</p>	<p>14 4:00pm-5:00pm Peer Support Group P ENG</p>	<p>15 9:30am-10:30am Exercise Program L ENG</p>	<p>16 10:30am-12:00pm Community Seminar: CBT Skills Group [1] C</p>	
<p>19 10:30am-11:30am Senior Wellness: KC. Kwon Korean Culture and literature C</p>	<p>20 10:30am-12:00pm Wellness Forest Exploration R 2:00pm-3:00pm Summer English Circle DT</p>	<p>21 4:00pm-5:00pm Peer Support Group P ENG</p>	<p>22 9:30am-10:30am Exercise Program L ENG</p>	<p>23 10:30am-12:00pm Community Seminar: CBT Skills Group [2] C</p>	
<p>26 10:30am-12:00pm Book Club NY C</p>	<p>27 10:30am-12:20pm Peer Support Group Sewing group &amp; Leisure Club P 2:00pm-3:00pm Summer English Circle DT C</p>	<p>28 4:00pm-5:00pm Peer Support Group P ENG</p>	<p>29 9:30am-10:30am Exercise Program L ENG</p>	<p>30 10:00am-12:00pm Korean Family Support Group F NY C Community Seminar: CBT Skills Group [3]</p>	

# July 2022

월요일

화요일

수요일

목요일



금요일

토요일

July 1st (Closed)  
CANADA DAY

5 C 10:30am-11:30am 힐링아트	6 C 10:30am - 12:00pm Body & Mind - 바디앤 마인드 C 2:00pm-3:00pm 잉글리쉬 써클 DT	7 P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	8 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG	9 C 10:30am-12:00pm 인지행동치료 어떻게 할까?[1] 민소윤 정신의학과 전문의 김헌태 정신의학과 전문의 류재은 정신의학과 레지던트
12 C 10:00am-12:00pm 뉴웨이브	13 P 10:30am - 12:00pm 동료 지지 그룹 - 회복 그룹 C 2:00pm-3:00pm 잉글리쉬 써클 DT	14 P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	15 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG	16 C 10:30am-12:00pm 인지행동치료 어떻게 할까?[1]
19 C 10:30am-11:30am 문학사랑방: 권천학 문학 컨설턴트	20 R 10:30am-12:00pm 숲에서 회복을 만나다 C 2:00pm-3:00pm 잉글리쉬 써클 DT	21 P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	22 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG	23 C 10:30am-12:00pm 인지행동치료 어떻게 할까?[2]
26 C 10:30am-12:00pm 탈북자서전 저자초대 (북클럽) 뿌리뽑힌 나무 (김민주) NY	27 P 10:30am-12:20pm 동료 지지 그룹 - 바느질 그룹, 레저 클럽 C 2:00pm-3:00pm 잉글리쉬 써클 DT	28 P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	29 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG	30 F 10:00am-12:00pm 홍폭 가족 지원 모임 NY C 10:30am-12:00pm 인지행동치료 어떻게 할까?[3] 민소윤 정신의학과 전문의 김헌태 정신의학과 전문의 류재은 정신의학과 레지던트



# July 2022

As the provincial government has been taking steps to ease public health measures, we are in the process of gradually reopening certain on-site programs, which are identified with corresponding location icons. **Pre-registration is required for new participants.** To register, please call the corresponding contact number 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.

<b>C</b>	<b>Community and Wellness Programs</b> <i>To anyone interested in promoting mental wellness.</i> ☎ Please call <b>437-333-9376</b> to register.
<b>R</b>	<b>Recovery College</b> <i>To anyone regardless of their diagnosis, background and experience.</i> ☎ Please call <b>437-333-9376</b> to register.
<b>L</b>	<b>Leisure Clubs</b> <i>To clients in recovery.</i> ☎ Please call <b>437-333-6730</b> to register. For ESL, Please call <b>647-921-9523</b> to register.
<b>P</b>	<b>Peer Support Groups</b> <i>To peers with lived experience.</i> ☎ Please call <b>437-333-6730</b> to register.
<b>F</b>	<b>Family Support Groups</b> <i>To caregivers supporting loved ones with diagnosis.</i> ☎ Please call <b>437-333-6730</b> to register.

온타리오 주정부의 코로나 방역 방침이 완화됨에 따라 홍콩은 하단 아이콘으로 표시된 지역 사무실에서 실행되고 있던 대면 프로그램을 점진적으로 개방하는 과정에 있습니다. **모든 신청자는 프로그램 참여 전, 반드시 등록이 요구됩니다.** 프로그램 참석 희망자는 아래에 명시된 프로그램 담당자에게 전화로 사전 등록을 부탁드립니다.

이 달력에 수록된 프로그램은 **ENG** 로 표시된 경우를 제외하고는 모두 **한국어**로 제공 됩니다. 다문화 프로그램은 영어로 진행이 됩니다. 프로그램에 대한 설명과 참가 자격은 하단의 설명을 참조하시기 바랍니다.

<b>C</b>	<b>커뮤니티 및 건강 프로그램</b> <b>정신건강에 대한 이해 증진에 관심 있는 모두를 위한 프로그램</b> ☎ 프로그램 등록을 원하시면 <b>437-333-9376</b> 로 연락주세요.
<b>R</b>	<b>회복 학교</b> <b>진단과 배경, 경험과 관계없이 누구에게나 열려있는 프로그램</b> ☎ 프로그램 등록을 원하시면 <b>437-333-9376</b> 로 연락주세요.
<b>L</b>	<b>동료 지지 그룹</b> <b>비슷한 정신적 질환을 경험한 동료들과 함께 나누며 배우는 프로그램</b> ☎ 프로그램 등록을 원하시면 <b>437-333-6730</b> 로 연락주세요. ESL 프로그램 등록을 원하시면 <b>647-921-9523</b> 로 연락주세요
<b>P</b>	<b>레저 클럽</b> <b>회복 중인 클라이언트를 위한 통합적 치유와 회복을 위한 프로그램</b> ☎ 프로그램 등록을 원하시면 <b>437-333-6730</b> 로 연락주세요.
<b>F</b>	<b>가족 지원 그룹</b> <b>정신적 질환을 진단받은 가족을 보살피는 돌봄이들을 위한 프로그램</b> ☎ 프로그램 등록을 원하시면 <b>437-333-6730</b> 로 연락주세요.