

July 2022

THURSDAY

- 7
L 2:00pm-3:00pm
Cambodian Leisure Club
Driftwood Community Centre
- 14
L 2:00pm-3:00pm
Cambodian Leisure Club
Driftwood Community Centre
- 21
L 2:00pm-3:00pm
Cambodian Leisure Club
Driftwood Community Centre
- 28
L 2:00pm-3:00pm
Cambodian Leisure Club
Driftwood Community Centre

FRIDAY



July 1st (Closed)
CANADA DAY

- 8
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**
- 15
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**
- 22
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**
- 29
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**

THURSDAY

- 7
P 1:30pm-3:30pm Peer Support Group **DT**
- 14
P 4:00pm-5:15pm Peer Support Group **ENG**
- 21
L 1:30pm-3:30pm
Daily Routine Wellness Practices **DT**
- 28
P 4:00pm-5:15 pm Peer Support Group **ENG**
- L 1:30pm-3:30pm Summer Outing **DT**
- 28
R 1:30pm-3:30pm Resilience Training **DT**
- C 7:00pm-8:30pm Wellness Seminar

FRIDAY



July 1st (Closed)
CANADA DAY

- 8
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**
- 15
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**
- 22
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**
- 29
L 9:00am-10:30am
Exercise Program **ENG**

July 6, 13, 20, 27 (Wednesday) from 2:00pm to 3:00pm
Summer English Circle **DT**



July 2022



ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍		ថ្ងៃសុក្រ	
7 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ Driftwood Community Centre	8 L	9:30am-10:30am កម្មវិធីហាត់ប្រាណ ENG
14 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ Driftwood Community Centre	15 L	9:30am-10:30am កម្មវិធីហាត់ប្រាណ ENG
21 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ Driftwood Community Centre	22 L	9:30am-10:30am កម្មវិធីហាត់ប្រាណ ENG
28 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ Driftwood Community Centre	29 L	9:30am-10:30am កម្មវិធីហាត់ប្រាណ ENG

July 1st (Closed)
CANADA DAY

THỨ NĂM		THỨ SÁU	
7 P	1:30pm-3:30pm Nhóm Hỗ Trợ DT	8 L	9:30am-10:30am Chương Trình Thể Dục ENG
14 P	4:00pm-5:15pm Nhóm Hỗ Trợ ENG	15 L	9:30am-10:30am Chương Trình Thể Dục ENG
21 L	1:30pm-3:30pm Thiền & Hoạt Động cho Sức Khỏe Tâm Lý DT	22 L	9:30am-10:30am Chương Trình Thể Dục ENG
28 L	4:00pm-5:15pm Nhóm Hỗ Trợ ENG	29 L	9:30am-10:30am Chương Trình Thể Dục ENG
	7 L		7 L
	14 L		14 L
	21 L		21 L
	28 L		28 L
	7 C		7 C
	14 C		14 C
	21 C		21 C
	28 C		28 C

July 1st (Closed)
CANADA DAY

July 6, 13, 20, 27 (THỨ TƯ) / 2:00pm - 3:00pm
Vòng tròn tiếng Anh mùa hè **DT**

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 Vietnamese or Cambodian, except those specified with **ENG** are cross-cultural programs delivered in English. Please find program description and eligibilities below.

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.

Các chương trình trong lịch này được thực hiện bằng **tiếng Việt hoặc tiếng Campuchia**, ngoại trừ các chương trình được chỉ định **ENG** là chương trình đa văn hóa bằng tiếng Anh. Vui lòng xem mô tả của các chương trình và điều kiện dưới đây.

ដោយសាររដ្ឋាភិបាលខេត្តបាននឹងកំពុងចាត់វិធានការដើម្បីបន្តបន្ទុយវិធានការសុខភាពសាធារណៈ យើងកំពុងស្ថិតក្នុងដំណើរការបើកអោយមានដំណើរការឡើងវិញជាបណ្តើរៗនូវកម្មវិធីមួយចំនួននៅនឹងកន្លែង ដែលត្រូវបានបញ្ជាក់ដោយរូបតំណាងនៃទីតាំង។ **សូមចុះឈ្មោះជាមុន សម្រាប់អ្នកចូលរួមថ្មី** ដើម្បីចុះឈ្មោះ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខទំនាក់ទំនងដែលត្រូវបានរាយខាងក្រោម។

កម្មវិធីដែលបានរាយក្នុងប្រតិទិននេះត្រូវបានចែកចាយជាភាសាវៀតណាម ឬកម្ពុជា លើកលែងតែកម្មវិធីដែលបានបញ្ជាក់ជាមួយ **ENG** គឺជាកម្មវិធីឆ្លងវប្បធម៌ដែលផ្តល់ជាភាសាអង់គ្លេស។ សូមមើលការពិពណ៌នាអំពីកម្មវិធីនិងសិទ្ធិអាចចូលរួមបានខាងក្រោម។

Community and Wellness Programs
To anyone interested in promoting mental wellness.

C ☎ For Vietnamese program, please call **647-244-6298**

Recovery College
To anyone regardless of their diagnosis, background and experience.

R ☎ For Vietnamese program, please call **647-244-6298**

Leisure Clubs to clients in recovery.

L ☎ For Vietnamese program, please call **647-244-6298**
☎ For Cambodian program, please call **647-242-3179**
☎ For ESL, Please call **647-921-9523** to register.

Peer Support Groups to peers with lived experience.

P ☎ For Vietnamese program, please call **647-244-6298**
☎ For English program, please call **647-339-0029**

Chương Trình Cộng Đồng và Sức Khỏe *cho những ai quan tâm đến việc nâng cao nhận thức về sức khỏe tâm lý.*

C ☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số **(647) 244-6298.**

Cao Đẳng Phục Hồi
dành cho bất kỳ ai bất kể chẩn đoán, lý lịch và kinh nghiệm.

R ☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số **(647) 244-6298.**

Câu Lạc Bộ Giải Trí *cho khách hàng trong phục hồi.*

L ☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số **(647) 244-6298.**

Nhóm Hỗ Trợ *cho những ai cùng kinh nghiệm sống.*

P ☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số **(647) 244-6298.**

កម្មវិធីសហគមន៍ និងសុខភាព
សម្រាប់អ្នកដែលចាប់អារម្មណ៍លើការលើកកម្ពស់សុខភាពផ្លូវចិត្ត។

C ☎ សំរាប់កម្មវិធីវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ **647-244-6298**

សិក្ខាសាលានៃការជាត្រឡប់ឡើងវិញ
សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាមិនគិតពីភេទវិនិច្ឆ័យ ប្រវត្តិ និងបទពិសោធន៍។

R ☎ សំរាប់កម្មវិធីវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ **647-244-6298**

ក្លឹបកំសាន្ត សំរាប់អតិថិជនក្នុងការជាត្រឡប់ឡើងវិញ សំរាប់កម្មវិធីវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ **647-244-6298**

L ☎ សំរាប់កម្មវិធីខ្មែរ សូមទូរស័ព្ទ **647-242-3179**
☎ សំរាប់ ESL សូមទូរស័ព្ទ **647-921-9523** ដើម្បីចុះឈ្មោះ

ក្រុមមិត្តជួយមិត្ត សំរាប់មិត្តមានបទពិសោធន៍ជាក់ស្តែង សម្រាប់អ្នកដែលចាប់អារម្មណ៍លើការលើកកម្ពស់សុខភាពផ្លូវចិត្ត។

P ☎ សំរាប់កម្មវិធីភាសាវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ **647-244-6298**
☎ សំរាប់កម្មវិធីភាសាវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ **647-339-0029**