

August 2022

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
2 C 10:30am-11:30am Senior wellness: Healing Art	3 R 10:30am-12:30pm <u>Wellness Forest Exploration</u>	4 P 4:00pm-5:00pm Peer Support Group ENG	5 L 9:30am-10:30am Exercise Program ENG P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group DT	6 C 10:30am-12:00pm <u>Community Seminar: CBT Skills Group [4]</u>	
9 C 10:30am-11:30am Senior wellness: New Wave	10 P 10:30am-12:00pm Peer Support Group: <u>Recovery Group</u>	11 P 4:00pm-5:00pm Peer Support Group ENG	15 L 9:30am-10:30am Exercise Program ENG P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group DT	16 C 10:30am-11:30pm Senior wellness: HF Korean Book club	
16 C 10:30am-11:30pm Senior wellness: HF Korean Book club	17 R 10:30am-12:00pm Body & Mind	18 P 4:00pm-5:00pm Peer Support Group ENG	19 L 9:30am-10:30am Exercise Program ENG P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group DT	20 C 10:30am-11:30pm Senior Wellness: KC. Kwon Korean Culture and literature	
23 C 10:30am-11:30am Senior Wellness: KC. Kwon Korean Culture and literature	24 P 10:30am-12:20pm Peer Support Group <u>Sewing group & Leisure Club</u>	25 F 10:00am-12:00pm Korean Family Support Group NY P 4:00pm-5:00pm Peer Support Group ENG	26 L 9:30am-10:30am Exercise Program ENG P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group DT	27 F 10:00am-12:00pm Korean Family Support Group NY	
30	31				

Aug 1st (Closed)
CIVIC DAY 



August 2022

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
2 C 10:30am-11:30am 힐링아트	3 R 10:30am-12:30pm 숲에서 회복을 만나다	4 P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	5 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG P 1:00pm-2:30pm 동료 지지 그룹 DT	6 C 10:30am-12:00pm 인지행동치료 어떻게 할까? [4]	
9 C 10:30am-11:30am 뉴웨이브	10 P 10:30am-12:00pm] 동료 지지 그룹 - 회복 그룹	11 P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	15 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG P 1:00pm-2:30pm 동료 지지 그룹 DT	16	
16 C 10:30am-12:00pm 북클럽	17 R 10:30am-12:00pm 바디 엔 마인드	18 P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	19 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG P 1:00pm-2:30pm 동료 지지 그룹 DT	20	
23 C 10:30am-11:30am 문학사랑방 권천학 문학컨설턴트	24 P 10:30am-12:20pm 동료 지지 그룹 - 바느질 그룹, 레저 클럽	25 F 10:00am-12:00pm 홍폭 가족 지원 모임 NY P 4:00pm-5:00pm 동료 지지 그룹 ENG	26 L 9:30am-10:30am 피트니스 세션 ENG P 1:00pm-2:30pm 동료 지지 그룹 DT	27 F 10:00am-12:00pm 홍폭 가족 지원 모임 NY	
30	31				

Aug 1st (Closed)
CIVIC DAY 



August 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.

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

온타리오 주정부의 코로나 방역 방침이 완화에 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.

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