

February 2023

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

Saturday



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
		<p>L 10:00am-12:00pm ESL DT</p>		<p>L 10:00am-12:00pm ESL DT</p>	
		<p>1</p> <p>C 10:30am-12:00pm Wellness Seminar Nutrition and Mental Health</p>	<p>2</p> <p>P 4:00pm-5:15pm Peer Support Group ENG</p>	<p>3</p> <p>L 12:00pm-1:00pm DT Ping-Pong Club (Friday)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group – Walking Group DT</p>	
<p>7</p> <p>C 10:30am-11:30 am Senior wellness: Healing Art</p>	<p>8</p> <p>P 10:30am-12:00pm Peer Support Group- Recovery Group</p>	<p>9</p> <p>P 4:00pm-5:15pm Peer Support Group ENG</p>	<p>10</p> <p>L 12:00pm-1:00pm DT Ping-Pong Club (Friday)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group – Walking Group DT</p>	<p>11</p> <p>10:00am-12:00pm CBT seminar</p>	
<p>14</p> <p>C 10:30am-11:30am Senior wellness: New Wave</p>	<p>15</p> <p>R 10:30am-12:00pm Body & Mind Program</p> <p>6:00pm-7:30pm Pathway to Recovery 101</p>	<p>16</p> <p>P 4:00pm-5:15pm Peer Support Group ENG</p>	<p>17</p> <p>L 12:00pm-1:00pm DT Ping-Pong Club (Friday)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group – Walking Group DT</p>		
<p>21</p> <p>C 10:30am-11:30am Senior Wellness: HF Korean Book Club</p>	<p>22</p> <p>P 10:30am-12:20pm Peer Support Group- Leisure Club & Sewing group</p> <p>6:00pm-7:30pm Pathway to Recovery 101</p>	<p>23</p> <p>F 2:00pm-4:00pm Korean Family Support Group-Senior group NY</p> <p>P 4:00pm-5:15pm Peer Support Group ENG</p>	<p>24</p> <p>L 12:00pm-1:00pm DT Ping-Pong Club (Friday)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm Peer Support Group – Walking Group DT</p>	<p>25</p> <p>F 10:00am-12:00pm Korean Family Support Group</p>	
<p>28</p> <p>C 10:30am-11:30am Senior wellness: Korean Culture and Literature</p>					

February 2023

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday Saturday



		<p>L 10:00am-12:00pm ESL DT</p>		<p>L 10:00am-12:00pm ESL DT</p>	
		<p>1</p> <p>C 10:30am-12:00pm 월니스 세미나: 영양과 정신건강</p>	<p>2</p> <p>P 4:00pm-5:15pm 동료 지지 그룹 ENG</p>	<p>3</p> <p>L 12:00pm-1:00pm 탁구클럽 DT (등록필수 437-333-6730)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm DT 동료 지지 그룹-워킹그룹</p>	
<p>7</p> <p>C 오전 10:30-11:30 힐링아트</p>	<p>8</p> <p>P 10:30am-12:00pm 동료 지지 그룹: 회복 그룹</p>	<p>9</p> <p>P 4:00pm-5:15pm 동료 지지 그룹 ENG</p>	<p>10</p> <p>L 12:00pm-1:00pm 탁구클럽 DT (등록필수 437-333-6730)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm DT 동료 지지 그룹-워킹그룹</p>	<p>11</p> <p>C 10:00am-12:00pm 인지행동치료 세미나</p>	
<p>14</p> <p>C 오전 10:30-12:00 뉴웨이브</p>	<p>15</p> <p>R 10:30am-12:00pm 바디 앤 마인드</p> <p>6:00pm-7:30pm 회복으로 가는 통로 101</p>	<p>16</p> <p>P 4:00pm-5:15pm 동료 지지 그룹 ENG</p>	<p>17</p> <p>L 12:00pm-1:00pm 탁구클럽 DT (등록필수 437-333-6730)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm DT 동료 지지 그룹-워킹그룹</p>		
<p>21</p> <p>C 오전 10:30-11:30 홍북한인 북클럽</p>	<p>22</p> <p>P 10:30am-12:00pm 동료 지지 그룹: 레저클럽 & 바느질그룹</p> <p>6:00pm-7:30pm 회복으로 가는 통로 101</p>	<p>23</p> <p>F 2:00pm-4:00pm 홍북 가족 지원 모임 (시니어 그룹) NY</p> <p>P 4:00pm-5:15pm 동료 지지 그룹 ENG</p>	<p>24</p> <p>L 12:00pm-1:00pm 탁구클럽 DT (등록필수 437-333-6730)</p> <p>P 1:00pm-2:30pm DT 동료 지지 그룹-워킹그룹</p>	<p>25</p> <p>F 10:00am-12:00pm 홍북 가족 지원 모임</p>	
<p>28</p> <p>C 오전 10:30-11:30 문화사랑방</p>					

February 2023



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

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