

2024

July



ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍		ថ្ងៃសុក្រ	
4 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ	5 L	12:30pm-1:30pm DT សូមចូលដោយសេរី
11 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ	12 L	12:30pm-1:30pm DT សូមចូលដោយសេរី
18 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ	19 L	12:30pm-1:30pm DT សូមចូលដោយសេរី
25 L	2:00pm-3:00pm ក្លឹបកំសាន្តខ្មែរ	26 L	12:30pm-1:30pm DT សូមចូលដោយសេរី

THỨ NĂM		THỨ SÁU	
4 L	1:30pm-3:30pm DT Thiền & Hoạt Động cho Sức Khỏe Tâm Lý	5 L	12:30pm-1:30pm DT Tham vấn sức khỏe toàn diện
11 L	1:30pm-3:30pm Nhóm Hỗ Trợ	12 L	12:30pm-1:30pm DT Tham vấn sức khỏe toàn diện
18 L	1:30pm-3:30pm DT Hội Thảo Sức Khỏe	19 L	12:30pm-1:30pm DT Tham vấn sức khỏe toàn diện
25 L	1:30pm-3:30pm Hội Thảo Sức Khỏe	26 L	12:30pm-1:30pm DT Tham vấn sức khỏe toàn diện

2330 Midland Ave
 ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ - 10:00 am -12:00 pm
 កម្មវិធីសួរដេញដោលសហគមន៍

2330 Midland Ave
 Thứ năm : 10:00 am -12:00 pm
 Chương trình vườn rau cộng đồng



2024 July

THURSDAY FRIDAY

<p>4 L 2:00pm-3:00pm Cambodian Leisure Club</p>	<p>5 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>
<p>11 L 2:00pm-3:00pm Cambodian Leisure Club</p>	<p>12 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>
<p>18 L 2:00pm-3:00pm Cambodian Leisure Club</p>	<p>19 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>
<p>25 L 2:00pm-3:00pm Cambodian Leisure Club</p>	<p>26 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>

THURSDAY FRIDAY

<p>4 L 1:30pm-3:30pm Daily Routine Wellness Practices DT</p>	<p>5 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>
<p>11 L 1:30pm-3:30pm Peer Support Group DT</p>	<p>12 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>
<p>18 L 1:30pm-3:30pm Wellness Seminar DT</p>	<p>19 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>
<p>25 L 1:30pm-3:30pm Wellness Seminar DT</p>	<p>26 L 12:30pm-1:30pm Holistic Drop In DT</p>



2330 Midland Ave
Thursday – 10:00 am -12:00 pm
Community Garden Program



2024 July

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 Cambodian and Vietnamese, except those specified with **ENG** are cross-cultural programs delivered in English. Please find program description and eligibilities below. Except the ones with a highlighted location, programs are delivered virtually on Zoom.

NGƯỜI THAM GIA CẦN ĐĂNG KÝ TRƯỚC KHI THAM GIA. Các chương trình TẠI VĂN PHÒNG chỉ cho phép tối đa 5 NGƯỜI THAM GIA. Để đăng ký, vui lòng liên hệ số máy được ghi ở dưới.

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. Ngoại trừ các chương trình có địa điểm được đánh dấu, các chương trình hầu như được tổ chức trực tuyến trên Zoom.

សូមចុះឈ្មោះជាមុន សម្រាប់អ្នកចូលរួមថ្មី។ ដើម្បីចុះឈ្មោះ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខទំនាក់ទំនងដែលត្រូវមានរាយខាងក្រោម។

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

<p>C</p> <p>Community and Wellness Programs <i>To anyone interested in promoting mental wellness.</i></p> <p>☎ For Vietnamese program, please call 416-917-8503.</p>	<p>C</p> <p>Chương Trình Cộng Đồng và Sức Khỏe <i>cho những ai quan tâm đến việc nâng cao nhận thức về sức khỏe tâm lý.</i></p> <p>☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số 416-917-8503.</p>	<p>C</p> <p>កម្មវិធីសហគមន៍ និងសុខភាព សម្រាប់អ្នកដែលចាប់អារម្មណ៍លើការលើកកម្ពស់សុខភាពផ្លូវចិត្ត។</p> <p>☎ សំរាប់កម្មវិធីវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ 416-917-8503.</p>
<p>R</p> <p>Recovery College <i>To anyone regardless of their diagnosis, background and experience.</i></p> <p>☎ For Vietnamese program, please call 416-917-8503.</p>	<p>R</p> <p>Cao Đẳng Phục Hồi <i>dành cho bất kỳ ai bất kể chẩn đoán, lý lịch và kinh nghiệm.</i></p> <p>☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số 416-917-8503.</p>	<p>R</p> <p>សិក្ខាសាលានៃការជាត្រឡប់ឡើងវិញ សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាមិនគិតពីភាគីនិយ័យ ប្រវត្តិ និងបទពិសោធន៍។</p> <p>☎ សំរាប់កម្មវិធីវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ 416-917-8503.</p>
<p>L</p> <p>Leisure Clubs to clients in recovery.</p> <p>☎ For Vietnamese program, please call 416-917-8503. ☎ For Cambodian program, please call 647-242-3179 ☎ For ESL, Please call 647-921-9523 to register.</p>	<p>L</p> <p>Câu Lạc Bộ Giải Trí <i>cho khách hàng trong phục hồi.</i></p> <p>☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số 416-917-8503.</p>	<p>L</p> <p>ក្លឹបកំសាន្ត សំរាប់អតិថិជនក្នុងការជាត្រឡប់ឡើងវិញ សំរាប់កម្មវិធីវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ 416-917-8503.</p> <p>☎ សំរាប់កម្មវិធីខ្មែរ សូមទូរស័ព្ទ 647-242-3179 ☎ សំរាប់ ESL សូមទូរស័ព្ទ 647-921-9523 ដើម្បីចុះឈ្មោះ</p>
<p>P</p> <p>Peer Support Groups <i>to peers with lived experience.</i></p> <p>☎ For Vietnamese program, please call 416-917-8503. ☎ For English program, please call 647-339-0029</p>	<p>P</p> <p>Nhóm Hỗ Trợ <i>cho những ai cùng kinh nghiệm sống.</i></p> <p>☎ Để đăng ký tham gia chương trình tiếng Việt, vui lòng gọi số 416-917-8503.</p>	<p>P</p> <p>ក្រុមមិត្តជួយមិត្ត សំរាប់មិត្តមានបទពិសោធន៍ជាក់ស្តែង សម្រាប់អ្នកដែលចាប់អារម្មណ៍លើការលើកកម្ពស់សុខភាពផ្លូវចិត្ត។</p> <p>☎ សំរាប់កម្មវិធីភាសាវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ 416-917-8503. ☎ សំរាប់កម្មវិធីភាសាវៀតណាម សូមទូរស័ព្ទ 647-339-0029</p>

