

2024 SEPTEMBER

홍북 정신건강협회
한인 커뮤니티
프로그램 스케줄



www.hongfook.ca 416-493-4242

월요일

화요일

수요일

목요일

금요일

토요일

주간 프로그램

C **MK**
10:30am - 12:30pm
건강대사교육

L **DT**
10:00pm - 12:00pm
ESL

P **ENG**
4:00pm - 5:00pm
동료지지그룹

L **DT**
10:00pm - 12:00pm
ESL

R **DT**
10:30am - 12:00pm
September 4
웰니스 세미나: 고관절
통증의 임상적 사례와 치료

P
September 11
동료지지그룹:
회복그룹

C
September 18
바디앤마인드

L **NY**
September 25
동료지지그룹: 레저클
럽

L
바느질 그룹
(12:30pm - 1:30pm)

R **ENG** **NY**
2:00pm - 3:30pm
영어그룹:
Conversation-Connect

L **DT**
12:30am - 1:30pm
탁구 클럽

화요일 24
C **NY**
10:30am - 12:00pm
스마트폰 배우기

목요일 12
MK
10:30am - 1:00pm
MBTI 성격검사 &
워크숍

토요일 15
R
10:30am - 12:30pm
웰니스 세미나:
양육형태와 애착

화요일 17
R **ENG** **NY**
1:30pm - 3:00pm
홍북 추석맞이

금요일 27
F
7:00pm - 9:00pm
가족 지원 모임

웰니스 세미나

가족 지원
그룹

2024 SEPTEMBER

**PROGRAM CALENDAR
FOR KOREAN-
SPEAKING COMMUNITY**

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

Weekly Programs

C **MK**
10:30am - 12:30pm
Health Ambassador
Basic Training

L **DT**
10:00pm - 12:00pm
ESL

P **ENG**
4:00pm - 5:00pm
Peer Support Group

L **DT**
10:00pm - 12:00pm
ESL

R **DT**
10:30am - 12:00pm
September 4
Wellness Seminar:
Hip Pain Management

P **DT**
September 11
Korean Peer Support:
Recovery Group

C **DT**
September 18
Body and Mind

L **NY**
September 25
Korean Peer Support:
Leisure Club

L **NY**
Sewing Group
(12:30pm - 1:30pm)

R **ENG** **NY**
2:00pm - 3:30pm
Conversation-Connect

L **DT**
12:30am - 1:30pm
Holistic Drop-in:
Ping-pong Club

Wellness Programs

TUESDAY 24
C **NY**
10:30am - 12:00pm
Digital Learning
Session

THURSDAY 12
MK
10:30am - 1:00pm
MBTI Personality Test
& Workshop

SATURDAY 15
R
10:30am - 12:30pm
Korean Parenting
Workshop

TUESDAY 17
R **ENG** **NY**
1:30pm - 3:00pm
Mid-Autumn Festival

Family Support Group

FRIDAY 27
F
7:00pm - 9:00pm
Family Support Group

2024 SEPTEMBER



www.hongfook.ca 416-493-4242

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. Except the ones with a highlighted location, programs are delivered virtually on Zoom.

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 다문화 프로그램들을 제외하고 모두 **한국어**로 제공 됩니다. 프로그램에 대한 설명과 참가 자격은 하단의 설명을 참조하시기 바랍니다. 프로그램 장소가 따로 지정되지 않은 프로그램은 모두 온라인 (Zoom)으로 진행됩니다.

<p>C Community and Wellness Program <i>To anyone interested in promoting mental wellness.</i> Please call 437-333-9376 to register.</p>	<p>C 커뮤니티 및 웰니스 프로그램 정신건강에 대한 이해 증진에 관심 있는 모두를 위한 프로그램 프로그램 등록을 원하시면 437-333-9376 로 연락주세요</p>
<p>R Recovery College <i>To anyone regardless of their diagnosis, background and experience.</i> Please call 647-920-9012 to register.</p>	<p>R 회복 학교 진단과 배경, 경험과 관계없이 누구에게나 열려있는 프로그램 프로그램 등록을 원하시면 647-920-9012 로 연락주세요</p>
<p>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>	<p>L 레저 비슷한 정신적 질환을 경험한 동료들과 함께 나누며 배우는 프로그램 프로그램 등록을 원하시면 437-333-6730 로 연락주세요 ESL 프로그램 등록을 원하시면 647-921-9523 로 연락주세요</p>
<p>P Peer Support Groups <i>To peers with lived experience.</i> Please call 437-333-6730 to register or email msakal@hongfook.ca</p>	<p>P 동료지지 그룹 회복 중인 클라이언트를 위한 통합적 치유와 회복을 위한 프로그램 프로그램 등록을 원하시면 437-333-6730 로 연락주세요</p>
<p>F Family Support Groups <i>To caregivers supporting loved ones with diagnosis.</i> Please call 647-920-9012 to register.</p>	<p>F 가족 지원 모임 정신적 질환을 진단 받은 가족을 보살피는 돌봄이들을 위한 프로그램 프로그램 등록을 원하시면 647-920-9012 로 연락주세요.</p>

NY 1741 Sheppard Ave. E G/F

DT 407 Huron St. 3rd Floor

MK 3621 Highway 7 East, Suite 301