

JUNE 2021

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
	1 10:30am-11:30am C Senior Wellness: Healing Art 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	2 10:30am-12:00pm C Wellness Seminar- Letter Meditation	3	4 11:30am-12:00pm L Exercise Program ENG	5 10:00am-11:00am F Family Support- K-POP Dance Class
7	8 10:30am-11:30am C Senior Wellness: New Wave-Emotion 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	9 10:30am-12:00pm P Peer Support Group- Recovery Group	10	11 11:30am-12:00pm L Exercise Program ENG	12 10:00am-11:00am F Family Support- K-POP Dance Class
14	15 10:30am-11:30am C Senior Wellness: Book Club- S. CHUNG 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	16 10:30am-12:00pm R Body and Mind	17	18 11:30am-12:00pm L Exercise Program ENG	19 10:00am-11:00am F Family Support- K-POP Dance Class
21	22 10:30am-11:30am C Senior Wellness: Korean Culture and literature--C. Kwon 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	23 10:30am-12:00pm P Peer Support Group- Leisure Club	24	25 11:30am-12:00pm L Exercise Program ENG	26 10:00am-11:00am F Family Support- K-POP Dance Class 11:00am-12:30pm F Korean Family Support Group Meeting
28	29 3:00pm-4:00pm P Peer Support Group ENG	30 10:30am-12:00pm C Wellness Seminar - Healthy Life with Oriental Medicine			

JUNE 2021

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 C 10:30am-11:30am 힐링 아트-차유경 (KASC Chair) P 3:00pm-4:00pm 동료 지지 그룹 ENG	2 C 10:30am-12:00pm 웰니스 세미나- 편지 명상	3	4 L 11:30am-12:00pm 피트니스 세션 ENG	5 F 10:00am-11:00am 가족 지원- K-POP 댄스 교실
7	8 C 10:30am-11:30am 뉴 웨이브:감정 P 3:00pm-4:00pm 동료 지지 그룹 ENG	9 P 10:30am-12:00pm 동료 지지 그룹- 회복 그룹	10	11 L 11:30am-12:00pm 피트니스 세션 ENG	12 F 10:00am-11:00a 가족 지원- K-POP 댄스 교실
14	15 C 10:30am-11:30am 북 클럽 - 정선정 P 3:00pm-4:00pm 동료 지지 그룹 ENG	16 R 10:30am-12:00pm 바디 앤 마인드	17	18 L 11:30am-12:00pm 피트니스 세션 ENG	19 F 10:00am-11:00am 가족 지원- K-POP 댄스 교실
21	22 C 10:30am-11:30am 문화 사랑방- 권천학 문학인 P 3:00pm-4:00pm 동료 지지 그룹 ENG	23 P 10:30am-12:00pm 동료 지지 그룹- 레저 클럽	24	25 L 11:30am-12:00pm 피트니스 세션 ENG	26 F 10:00am-11:00am 가족 지원- K-POP 댄스 교실 F 11:00am-12:30pm 흥풍 가족 지원 모임
28	29 P 3:00pm-4:00pm 동료 지지 그룹 ENG	30 C 10:30am-12:00pm 웰니스 세미나- 한방과 함께하는 건강한 삶			

During the pandemic, most programs are delivered **VIRTUALLY**, except the one(s) with highlighted location. **ALL PARTICIPANTS ARE REQUIRED TO REGISTER BEFORE JOINING.** For indoor **ON-SITE** programs, a max limit of **5 PARTICIPANTS** are only allowed. **To register, Please call the corresponding contact numbers 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.

Community and Wellness Programs

to anyone interested in promoting mental wellness.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Recovery College

to anyone regardless of their diagnosis, background and experience.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Leisure Clubs

to clients in recovery.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Peer Support Groups

to peers with lived experience.

☎ Please call 437-333-9376 to register.

Family Support Groups

to caregivers supporting loved ones with diagnosis.

☎ Please call 647-921-9597 to register.

세계적 감염병 기간에 제공되는 대부분 프로그램은, 장소를 별도로 명시한 일부 프로그램을 제외하고는 원격으로 제공됩니다. **현장에서** 진행되는 대면 프로그램의 경우 최대 **5명**까지만 참석이 허용됩니다. **프로그램 참석 희망자는 아래에 명시된 프로그램 담당자에게 전화로 사전 등록을 하시기 바랍니다.**

이 달력에 수록된 프로그램은, **ENG** 로 표시된 경우를 제외하고는 **한국어**로 제공 됩니다. 다문화 프로그램은 영어로 진행이 됩니다. 프로그램에 대한 설명과 참가 자격은 아래를 참조 하십시오

C커뮤니티 및 건강 프로그램.

정신건강에 대한 이해 증진에 관심 있는 모두를 위한 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

R회복 학교.

진단과 배경, 경험과 관계없이 누구에게나 열려있는 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

L레저 클럽.

회복 중인 클라이언트를 위한 통합 회복, 커뮤니티 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

P동료 지지 그룹.

정신질환을 경험한 동료들에게 제공하는 프로그램

☎ 등록 전화번호-437-333-9376

F가족 지원 그룹

진단을 받은 가족을 보살피는 돌봄이들을 위한 프로그램

☎ 등록 전화번호-647-921-9597