


November 2021

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
<p>1</p> <p>P 2:00pm-3:00pm Peer Support Group ENG</p>	<p>2</p> <p>C 10:30am-11:30am Senior Wellness: Healing Art</p>	<p>3</p> <p>10:30am-12:00pm C Wellness Seminar Healthy Communication & Happy Life</p>	<p>4</p>	<p>5</p> <p>11:00am-12:00pm L Exercise Program ENG</p>	<p>6</p>
<p>8</p> <p>P 2:00pm-3:00pm Peer Support Group ENG</p>	<p>9</p> <p>C 10:30am-11:30am Senior Wellness: New Wave</p>	<p>10</p> <p>10:30am-12:00pm P Peer Support Group - Recovery Group</p>	<p>11</p> <p> Remembrance Day</p>	<p>12</p> <p>11:00am-12:00pm L Exercise Program ENG</p>	<p>13</p>
<p>15</p> <p>P 2:00pm-3:00pm Peer Support Group ENG</p>	<p>16</p> <p>C 10:30am-11:30am Senior Wellness: Book Club</p>	<p>17</p> <p>R 10:30am-12:00pm Body and Mind</p>	<p>18</p>	<p>19</p> <p>11:00am-12:00pm L Exercise Program ENG</p>	<p>20</p> <p>10:30pm-12:00pm C Emotional Coaching For Your Child Sohyoon Min BSc, MD, Assistant Clinical Professor</p>
<p>22</p> <p>P 2:00pm-3:00pm Peer Support Group ENG</p>	<p>23</p> <p>C 10:30am-11:30am Senior Wellness: Korean Culture and literature - C. Kwon</p>	<p>24</p> <p>P 10:30am-12:00pm Peer Support Group - Leisure Club</p>	<p>25</p>	<p>26</p> <p>11:00am-12:00pm L Exercise Program ENG</p>	<p>27</p> <p>10:00am-12:00pm F Korean Family Support Group Meeting</p>
<p>29</p> <p>P 2:00pm-3:00pm Peer Support Group ENG</p>	<p>30</p>				

November 2021

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1 2:00pm-3:00pm P 동료 지지 그룹 ENG	2 10:30am-11:30am C 뉴 웨이브	3 10:30am-12:00pm C 웰니스 세미나- 슬기로운 대화 생활 By 임진아	4	5 11:00am-12:00pm L 피트니스 세션 ENG	6
8 2:00pm-3:00pm P 동료 지지 그룹 ENG	9 10:30am-11:30am C 힐링 아트-차유경 (KASC Chair)	10 10:30am-12:00pm P 동료 지지 그룹 - 회복 그룹	11  Remembrance Day	12 11:00am-12:00pm L 피트니스 세션 ENG	13
15 2:00pm-3:00pm P 동료 지지 그룹 ENG	16 10:30am-11:30am C 북 클럽	17 10:30am-12:00pm R Body & Mind (바디 앤 마인드)	18	19 11:00am-12:00pm L 피트니스 세션 ENG	20 10:30pm-12:00pm C 건강한 감정코칭 강사: 민소윤 소아청소년 정신과 전문의
22 2:00pm-3:00pm P 동료 지지 그룹 ENG	23 10:30am-11:30am C 문화 사랑방- 권천학 문학인	24 10:30am-12:00pm P 동료 지지 그룹 - 레저 클럽	25	26 11:00am-12:00pm L 피트니스 세션 ENG	27 10:00am-12:00pm F 흥족 가족 지원 모임
29 2:00pm-3:00pm P 동료 지지 그룹 ENG	30				

November 2021

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.

C Community and Wellness Programs

to anyone interested in promoting mental wellness.

☎ Please call (437) 333-9376 to register.

R Recovery College

to anyone regardless of their diagnosis, background and experience.

☎ Please call (437) 333-9376 to register.

L Leisure Club

to client in recovery

☎ Please call (437) 333-6730 to register.

P Peer Support Group

to peers with lived experience

☎ Please call (437) 333-6730 to register.

F Family Support Groups

to caregivers supporting loved ones with diagnosis.

☎ Please call (437) 333-6730 to register.

세계적 감염병 기간에 제공되는 대부분의 프로그램은, 장소를 별도로 명시한 일부 프로그램을 제외하고는 원격으로 제공됩니다. **현장에서** 진행되는 일부 대면식 프로그램의 경우에 최대 **5명**까지만 참석이 허용됩니다. **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 하단설명을 참조하시기 바랍니다.

C 커뮤니티 및 건강 프로그램

정신건강에 대한 이해 증진에 관심 있는 모두를 위한 프로그램

☎ 프로그램 등록을 원하시면 (437) 333-9376

R 회복 학교

진단과 배경, 경험과 관계없이 누구에게나 열려있는 프로그램

☎ 프로그램 등록을 원하시면 (437) 333-9376

L 레저 클럽

회복 중인 클라이언트를 위한 통합적 치유와 회복을 위한 프로그램

☎ 프로그램 등록을 원하시면 (437) 333-6730

P 동료지지 그룹

비슷한 정신적 질환을 경험한 동료들과 함께 나누며 배우는 프로그램

☎ 프로그램 등록을 원하시면 (437) 333-6730

F 가족 지원 그룹

정신적 질환을 진단 받은 가족을 보살피는 돌봄이들을 위한 프로그램

☎ 프로그램 등록을 원하시면 (437) 333-9376