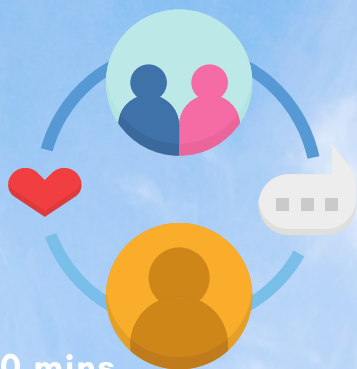


WELLNESS CHAT



Drop by for a single session up to 30 mins.
No cost, no registration.

- **Create a short-term plan to suit individual needs**
- **Help you identify support and resources to achieve your goals**
- **Counseling for youth (13 - 24) & adults/seniors (25+)**
- **Common topics include: stress management, anxiety, family issues, relationship and boundaries, personal growth, immigration/ settlement stress, etc.**
- **Open to newcomers and landed immigrants**

Feb 23, 2022 - April 27, 2022

Every Wed 1:30pm-4:30pm

(last appointment at 4pm)

CLICK TO JOIN:

<https://bit.ly/cicswalkin>

ID: 998 7586 9424 PW: 929821

SCAN ME



For general inquiry, please contact:
[mental.health.cicscanada.com](https://www.mental.health.cicscanada.com)
416-292-7510 x133

Funded by:

Financé par :

心灵聊天站

即时与我们的心理健康社工进行
最多30分钟的一次咨询服务，
无需费用或注册。



服务包括：

- 制定合适您个人需求的短期计划
- 帮助您确定目标所需的支持和资源
- 适合青少年（13 - 24 岁）和成人/老年人（25 岁以上）的咨询
- 常见主题包括：压力管理、焦虑、家庭问题、人际关系、个人成长、移民/定居压力等。
- 对新移民和登陆移民开放

2022 年 2 月 23 日 - 2022 年 4 月 27 日
每周三 1:30 PM - 4:30 PM
(最后咨询时间为下午 4 点)

点击加入：

<https://bit.ly/cicswalkin>

ID: 998 7586 9424 密码: 929821

SCAN ME



查询及联系：

mental.health@cicscanada.com

416-292-7510 x133

Funded by:

Financé par :

我们不提供心理健康危机服务。
如需紧急支持，请致电 911 或前往附近的医院。

Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

