

Дорогі друзі, ласкаво просимо вас завітати щочетверга до відкритої соціально-психологічної групи підтримки.



### CONTENT

- Culturally sensitive
  - Navigate Challenges in a New Country
  - Understanding Mental Health
  - Understanding Trauma and its Effect
  - Communication
  - Conflict resolution
  - Stress Management
  - Self-care
  - Parenting and child development
  - Connection to community resource
- 
- Культурна чутливість,
  - Як подолати виклики в новій країні
  - Управління стресом
  - Самодопомога
  - Компетентність у сфері психічного здоров'я
  - Розуміння травми та її наслідків спілкування
  - Вирішення конфліктів
  - Виховання та розвиток дитини
  - Підключення до ресурсу спільноти

### Psychosocial Open Support Group! For Ukrainians Newcomers Every Thursday 2:30P.M-4:30P.M

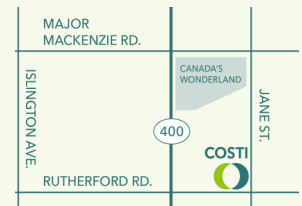
DURATION OF GROUP  
4 WEEK IN-PERSON PROGRAM  
Start date September 28, 2023

REGISTRATION IS REQUIRED PRIOR TO THE GROUP START DATE.

Contact:  
SVITLANA KULYK 437-425-9158  
Monday-Friday 9 A.M.—5 P.M.  
svitlana.kulyk@costi.org

**Vaughan Employment Services**  
3100 Rutherford Road, Suite 102  
Vaughan, ON L4K 0G6  
905.669.5627  
vaughanemployment@costi.org

**Hours:**  
Monday and Thursday  
8:30 am-4:30 pm



[costi.org](http://costi.org)

🐦 @COSTI\_org

