



PAGTUTULUNGAN AY NAGPAPABUTI

Ang dakila naming pamayanan na naapektuhan ng baha noong 2020

Ikaw ba ay nakakaramdam ng pagod? Panghihina ng loob? Kahungkagan? Naapektuhan ka ba ng baha noong 2020? May pinagdadaan ka bang isyu sa kalusugang mental, may mga lugar kang maaring mapuntahan:

Canadian Mental Health Association

Lokal na ahensya na nagaalok ng suporta sa pangkalusugang mental sa pamayanan: Ang CMHA ay nag-aalok ng mga kurso na may saklaw na;

- Pagbatid at pagdebelop ng personal na pagkapamaraan at kamalayan
- Mas mapabuti ang pabuo ng boundaries
- Mabisang Kumunikasyon
- Pag-unawa ng Kalusugang mental
- Kahabagan pagkapagod
- Healthy na relasyon
- May kahirapan ang paguusap
- Mental Health First Aid Training (MHFA)

Ang CMHA ay nagbibigay rin ng suporta sa mga taong mayroon nang mental health at nasa pangangalaga ng ibat't ibang serbisyo at programa.

- Suporta sa kita
- Pag-apply ng AISH
- Appointment at pagtaguyod ng suporta
- Suporta sa mga magulang at tagapag-alaga
- Resources para sa mga kabataan at pamilya

Contact Information

780-743-1053
www.woodbuffalo.cmha.ca

Multicultural Association of Wood Buffalo

Ang MCA ay layuning mapababa ang 'language barrier' sa pamamagitan ng interpretasyon at pagsasaling wika sa sulatin at berbal na komunikasyon sa ibang lengguwahe.

Ang MCA ay nag-aalok ng pagsasanay sa 'cultural awareness' para mapababa ang 'cultural barriers' at paguunawa ng ibang kultura.

Pinapalakad din ng MCA ang English Language Learners Assistance (ELLA), eto ay libreng programa na nakakatulong sa mga estudyante para magbasa, magsulat, magsalita at makining.

Para sa karagdagang impormasyon, kumuntak sa

Rima Kadri
projects@mcawb.org
(587) 723-1522

Interpretations and Translation
iandt@mcawb.org

Waypoints

Isang lokal na ahensya na nagbibigay ng direktang serbisyo sa mga kliyente ng kalusugang mental, kasali na dito ang libreng counselling mula sa registradong counsellor. Nagbibigay din ng suporta sa mga indibidwal na biktima ng karahasan sa pamilya.

24/7 Family Violence Crisis Line
(780) 743-1190

YMCA

Ang YMCA ay kasalukuyang may pangmalawakang resources binder sa komunidad para matugunan ang pangangailangan ng mga tao.

Ang tagapangasiwa ng Flood Community ay nakikipagtulungan sa mga pamilyang apektado ng baha, nagbibigay suporta, referrals at pag-access sa direktang counselling

Ang YMCA ay may suporta para sa programang pangkalusuganng at libreng counselling na sinasagawa ng mga registradong social worker para sa mga 18-gulang at pataas na gustong sumali.

Para sa karagdagang impormasyon, sumangguni sa:

Amanda Crawford
YMCA Community Flood Coordinator
amanda.crawford@northernalberta.ymca.ca
(587) 723-1638

St. Aidan's Society

Isang lokal na ahensya na nag-aalok ng serbisyo para sa mga matatanda na may edad 60+. Ang Saint Aidan Society ay hindi nag-aalok ng direktang serbisyo sa kalusugang mental, pero nagbibigay ng referrals para sa mga lokal na resources.

Contact information

Pam Burns, Outreach Supervisor
780-743-4370 Ext. 2
pamb@staidanssociety.ca

Some Other Solutions

Isang lokal na ahensya ng kalusugang mental na nagbibigay ng suporta sa "health and wellness" para sa komunidad. Lahat ng serbisyo ay binibigay ng SOS mula sa counselling, workshop sa pagdadalamhati at pagkawala, at pati na rin ang mga programang pang bata at kabataan.

Para sa karagdagang impormasyon
www.someothersolutions.ca
(780) 743-8605

Center of Hope

Isang lokal na ahensya na nag-aalok ng serbisyo sa mga indibidwal na nakakaranas o nasa bingit ng pagkawalan ng tirahan. Ang COH ay nag-aalok ng malawakang serbisyo mula sa pagbibigay ng pang-arawang pangangailangan hanggang sa suporta sa pabahay.

Mayroon din nakatalagang full time na mental health at addiction counselor sa site, mula 8:00 AM - 4:00 PM, Lunes- Biyernes, hindi kinakailangan ang appointment.

Para sa karagdagang impormasyon, sumangguni sa:

Rosie Keating, Executive Director
execdirector@fmcentreofhope.com
(780) 743-3912 ext 222

or

Liz Keating
Mental Health and Addictions Counsellor
mentalhealth@fmcentreofhope.com
(780) 743-3912 ext 227



CANADIAN
RED CROSS

Sumangguni sa amin. Kami ay andito para tumulong!

**This poster can be translated into: French, Spanish, Hindi, Mandarin, Punjabi, Arabic, Amharic, and Tagalog



MULTICULTURAL ASSOCIATION
OF WOOD BUFFALO