



**Nhóm hỗ trợ
 gồm những
 người đồng
 cảnh và đang
 tìm hiểu thêm
 tin tức và sự
 hỗ trợ**

Trung Tâm Tài Nguyên Cho Người Chăm Sóc (Caregiver Resource Center) tổ chức nhiều nhóm hỗ trợ để giúp đỡ người chăm sóc trong Quận Cam. Để tiện lợi cho bạn, các nhóm họp vào nhiều giờ và địa điểm khác nhau.

Sinh hoạt hằng tháng của nhóm gồm gặp gỡ lẫn nhau, hội thảo những chủ đề có liên quan đến bạn, cùng nhau chia sẻ kinh nghiệm. Tất cả các sinh hoạt được đặt ra để giúp bạn thành công hơn trong khi đối đầu với các sự khó khăn trong việc chăm sóc. Xin đọc thời khóa biểu dưới đây.

<p><u>Ngày giờ họp:</u> Ngày thứ Ba của tuần thứ ba mỗi tháng 5:30– 7:00 chiều <u>Điều hành viên:</u> Pauline Lê, M.S.W.</p>	<p><u>Ngày sinh hoạt năm 2012</u></p> <table border="0"> <tr> <td>Jan. 17</td> <td>Feb.21</td> <td>Mar. 20</td> </tr> <tr> <td>Apr. 17</td> <td>May 15</td> <td>June 19</td> </tr> <tr> <td>July 17</td> <td>Aug.21</td> <td>Sept.18</td> </tr> <tr> <td>Oct. 16</td> <td>Nov.20</td> <td>Dec.18</td> </tr> </table>	Jan. 17	Feb.21	Mar. 20	Apr. 17	May 15	June 19	July 17	Aug.21	Sept.18	Oct. 16	Nov.20	Dec.18
Jan. 17	Feb.21	Mar. 20											
Apr. 17	May 15	June 19											
July 17	Aug.21	Sept.18											
Oct. 16	Nov.20	Dec.18											
<p><u>Tên của nhóm:</u> Nhóm hỗ trợ những người chăm sóc của người Việt Nam</p>	<p><u>Địa chỉ:</u> Acacia Adult Day Services 11391 Acacia Parkway Garden Grove, CA 92840</p>												
<p><u>Đề tài bao gồm:</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Chăm sóc và “không cảm thấy có tội” ◆ Săn sóc nhu cầu cá nhân của bạn ◆ Thông cảm trong đối thoại ◆ Lợi ích của khôi hài ◆ Cách đối phó lạc quan ◆ Cơ hội sinh hoạt và nghỉ ngơi 												

**Đề ghi danh xin gọi:
 Trung Tâm Tài Nguyên Cho
 Người Chăm Sóc (CRC)
 (800) 543-8312**

www.caregiveroc.org

Pauline Lê ext. 2424
 hay Tâm Hồ ext. 2438