

加拿大心理衛生會溫哥華本那比分處主辦

免費情緒測試日

2009 Depression Anxiety Screening and Education Day/ Chinese event

您覺得煩躁、消沉、焦慮或無助嗎？

有心理上的困擾不知道找誰幫助？或祇是想多去了解一些心理健康知識？

這個情緒測試活動可以提供您所需要的資料及服務資訊.....費用全免！

Do you feel sad, irritated or hopeless but don't know why you can't shake off the feelings,
You could be suffering from clinical depression. Effective help is available..... All free!

國粵語免費情緒測試 Free Depression Screening Test

日期：2009年10月8日（星期四）/Date: Thursday, Oct. 8, 2009

時間：下午5時至9時 /Time: From 5pm to 9pm

地點：加拿大心理衛生會溫哥華本拿比分處（溫哥華百老匯西街175號，夾Columbia）

Place: CMHA Vancouver-Burnaby Branch (175 West Broadway, Van. @ Columbia)

內容：國粵語情緒測試、心理諮詢服務——

參加者可以藉情緒測試瞭解自己的情況，並可參加講座去認識處理情緒問題的方法和了解服務資源。每位參加者都可以與一位心理衛生專業人士單獨面談，並獲得有關服務及轉介資料。你也可以為你關心的人作測試。所有測試資料均匿名及保密。

Content: Depression and Anxiety screening tests and meet with a clinician to discuss your concerns and learn about service resources. You can also fill out a test for someone you care. All Free, Confidential and Anonymous.

免費情緒健康講座 Free Mental Health Workshops

日期：2009年10月10日（星期六）/Date: Saturday, Oct. 10, 2009

地點：雷文爽社區健康中心（溫哥華安大略街2450號，靠近百老匯西街）

Place: Raven Song Community Centre (2450 Ontario St. Vancouver)

國語講座 Mandarin Workshops	粵語講座 Cantonese Workshops
上午9時半至10時45分/9:30am - 10:45am 講題：長者的3D:抑鬱、失智症和神志失常 <i>Topic: Senior's 3Ds: depression, dementia and delirium</i> 講者：劉冬梅女士 加拿大註冊輔導員 <i>Speaker: Mei Liu, Certified Canadian Counsellor</i>	下午12時半至1時45分/12:30am - 1:45pm 講題：兒童及青少年的情緒問題 <i>Topic: Emotional Problems of Children and Youths</i> 講者：黃玉璇博士 輔導心理學家 <i>Speaker: Dr. Sandra Wong, Reg. Psychologist</i>
上午11時至12時15分/11am - 12:15am 講題：認識情緒病與治療 <i>Topic: Mood Disorders and Treatments</i> 講者：李承遠先生 註冊心理諮詢師 <i>Speaker: Andrew Lee, Registered Clinical Counsellor</i>	下午2時至下午3時半/2pm - 3:30pm 講題：壓力與焦慮問題 <i>Topic: Stress and Anxiety</i> 講者：何浩良先生 士達孔拿心理健康中心輔導員 <i>Speaker: David Ho, Community Mental Health Worker, Strathcona Mental Health Team, VCH</i>

歡迎查詢：歡迎任何人士參加，講座無需報名，但參加情緒測試者請先來電報名。

李女士 Stella 電話 604-872-4902/手提 604-603-0332/電郵 stella.lee.vb@cmha.bc.ca

