

உங்களுடைய வாழ்க்கைக்கு மீண்டும் உயிரூட்டுங்கள்.

நீங்கள் நீண்டகால வலியின் விளைவான சவால்களுடனும் சிக்கல்களுடனும் வாழ்பவரா?

நீண்டகால வலி நிலைமையிலும் ஆரோக்கியமாக வாழ உதவும் ஆறு வார கால இலவசப் பட்டறை ஒன்றில் எங்களுடன் இணைந்து பயன்பெறுங்கள்.

DATES **Every Tuesday**
Sept. 17,24 and Oct 1, 8,15,22, 2019

TIME **1:15 p.m. to 3:45 p.m.**

LOCATION **Midtown Hub**
Room: M03/04
To register call Tamil Coordinator at 416 847-4129

Central East LHIN
Self-Management Program

Self-Management Program Ontario

Scarborough Centre for Healthy Communities