



LOKASYON NG KLASÉ



Jefferson Adult School
123 Edgemont Drive, Building B
Daly City, CA 94015

IMPORMASYON NG PROGRAMA



North East Medical Services
211 Eastmoor Avenue
Daly City, CA 94015



650-550-3923



www.nems.org/services/behavioral-health

Music Therapy para sa mga Asian American



▶ PAANO MAG-ENROLL ◀

MAGSISIMULA ANG MGA KLASÉ SA MARTES, PEBRERO 4, 2025

Kung interesado kang mag-enroll sa aming Music Therapy Program, mangyaring makipag-ugnayan sa kinatawan ng iyong paaralan:

Lisa Lee

Counselor ng Paaralan

✉ llee@jeffersonunion.net

📄 Ang mga form ng pahintulot ay maaaring ibigay sa main office.



a californiahealth+center

CURRICULUM

Ang aming Music Therapy Program ay isang magandang pagkakataon para sa iyo na tuklasin kung paano mapapaganda ng musika ang iyong emosyonal na kalagayan at pagpapahayag ng sarili. Nagbibigay kami ng magiliw at sumusuportang lugar kung saan makakapag-enjoy kayo sa musika at makakabuo ng mga bagong pagkakaibigan.

Kasama sa programa ang 10 lingguhang sesyon ng mga klase ng music therapy para sa grupo (pinangungunahan ng mga music therapist) at mga peer support group (pinangungunahan ng mga lisensyadong therapist). Sa mga sesyon na ito, gagawa ka ng sarili mong proyekto sa musika gamit ang iba't ibang instrumentong pangmusika na ipapakita sa klase. Magkakaroon din ng talakayan tungkol sa pagkakakilanlan ng Asian American at iba pang kaugnay na paksa. Sa pagtatapos ng programa, ibabahagi at gagawin ng lahat ng kalahok ang kanilang proyekto sa aming community event – isang pagdiriwang ng kanilang pagkamalikhain at pag-unlad!

ISKEDYUL

Petsa	Sesyon
2/4	Music Therapy
2/11	Music Therapy
2/25	Music Therapy
3/11	Music Therapy
3/18	Music Therapy
3/25	Peer Support Group
4/1	Music Therapy
4/15	Music Therapy
4/22	Music Therapy
TBD	Pagganap ng Komunidad
4/29	Peer Support Group
5/6	Panayam

Naka-iskedyul ang mga klase tuwing Martes 12:00-12:45PM sa room 209.

MUSIC THERAPY

Ang unang kalahati ng iskedyul ay magtutuon sa pag-explore ng musika sa ating mga buhay, kung paano tayo kinakatawan ng ating musika, at kung paano natin magagamit ang musika bilang isang tool para sa pagkontrol ng sarili. Gagamitin ng mga estudyante ang parehong sining at musika para buksan ang mga talakayan tungkol sa ating mga emosyon at kung paano nakakaapekto ang musika sa ating emosyonal na kalagayan.

Ang ikalawang kalahati ng iskedyul ay magtutuon sa paghahanda para sa huling pagdiriwang. Depende sa mga interes ng mga estudyante, maaari tayong sumulat ng isang kanta o gumawa ng isang kanta na kanilang pipiliin.

PEER SUPPORT GROUP

Ang bawat klase ng Peer Support Group ay pinangungunahan ng isang lisensyadong NEMS therapist na makakatulong sa inyong maunawaan ang inyong mga nararamdaman at suportahan ang inyong emosyonal na kalagayan. Tutulungan ka ng mga therapist sa pagpapaganda ng koneksyon sa pagitan ng iyong mga emosyon at musika.

Sa aming Peer Support Group:

- Makikibahagi kami sa mga aktibidad ng grupo.
- Tatalakayin namin ang inyong mga karanasan at mga aral na natutunan mula sa mga klase ng music therapy.
- Ibabahagi namin ang aming sariling mga kuwento at makikinig sa iba.

Magsisimula tayo sa pamamagitan ng pag-uugnayan gamit ang musika, ngunit sa kalaunan ay magiging isang pagkakaibigan!

NEMS complies with all applicable Federal civil rights law and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Free language assistance services are available.

Spanish ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. También están disponibles de forma gratuita ayuda y servicios auxiliares apropiados para proporcionar información en formatos accesibles.

Llame al 415-391-9686 ext. 8160 (TTY: 1-800-735-2929) o hable con su proveedor.

Chinese 注意：如果您說中文，我們可為您提供免費語言協助服務，也可免費提供適當的輔助工具與服務，以無障礙方式提供資訊。

請致電 (415) 391-9686 轉內線 8160 (TTY: 1-800-735-2929) 或與您的醫生討論。

Vietnamese CHÚ Ý: Nếu bạn nói tiếng Việt, chúng tôi cung cấp miễn phí các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ. Các hỗ trợ dịch vụ phù hợp để cung cấp thông tin theo các định dạng dễ tiếp cận cũng được cung cấp miễn phí.

Vui lòng gọi theo số 415-391-9686 ext. 8160 (Người khuyết tật: 1-800-735-2929) hoặc trao đổi với người cung cấp dịch vụ của bạn.