



Chinese Community  
Health Resource Center  
華人社區健康資源中心

# 2011 慢性疾病護理課程

2011 Chronic Disease Education Management Series



為糖尿病、高血壓、心臟病或心臟衰竭患者而設的課程

For patients with Diabetes, Hypertension, Heart disease or Heart failure

In Cantonese

## Class Content:

- Risk Factor Control
- Stress Management
- Diet and Exercise
- Lifestyle Changes
- Medication Management/Compliance

**Series 4**      **Date: Monday**

**10/10, 10/24, 11/7, 11/21, 12/19**

**Total of 5 sessions**

**Time:** 10:00 am – 12:00 noon

## Location:

**Chinese Hospital**  
835 Jackson Street, Room 503  
San Francisco, CA

## 廣東話授課

### 課程題綱:

- 如何控制病情
- 壓力處理
- 飲食與體力活動
- 改變生活方式
- 藥物及服藥守則

**第一期**      **日期: 星期一**  
**10月10日, 10月24日, 11月7日**  
**11月21日, 12月19日**

共 5 堂

**時間: 上午十時至中午十二時**

**上課地點:** 東華醫院醫務大樓, 積臣街八三五號, 五樓, 503號房  
報名或查詢請電, 華人社區健康資源中心

# 415.677.2473