



2016 年 7 月至 9 月免費健康講座

FREE HEALTH EDUCATION CLASSES JULY TO SEP 2016

上課時間：上午 10:00 至 11:30

報名請電：1-415-677-2473

華埠

上課地點：華人社區健康資源中心，柏思域街 728 號，115 室 www.cchrhealth.org

Cantonese Class	粵語講座	JUL 七月	AUG 八月	SEP 九月
Asthma Management	哮喘病護理			9/15 (Th)星期四
Coronary Artery Disease	冠心病		8/11 (Th)星期四	
Diabetes Education	糖尿病教育	7/14 (Th)星期四		
Memory Improvement	改善記憶力		8/25 (Th)星期四	
Pain Management	處理疼痛			9/29 (Th)星期四
Urinary Incontinence	尿失禁	7/28/16 (Th)星期四		

上課時間：上午 11:00 至 12:00

報名請電：1-415-677-2473

日落區

上課地點：愛僑社區中心，1215 Vicente St., SF

www.cchrhealth.org

Cantonese Class	粵語講座	JUL 七月	AUG 八月	SEP 九月
Prostate Health	前列腺健康	7/12 (Tue) 星期二		
Cancer Awareness	癌症的認識		8/9 (Tue) 星期二	
Dementia	失智症			9/13 (Tue) 星期二



2016 年 7 月至 9 月免費健康講座

FREE HEALTH EDUCATION CLASSES JULY TO SEP 2016

上課時間：上午 10:00 至 11:00

報名請電：1-415-677-2473

帝利市

上課地點：帝利市華康醫務中心, 386 Gellert Blvd., DC

www.cchrhealth.org

Cantonese Class	粵語講座	JUL 七月	AUG 八月	SEP 九月
Blood Pressure Education	血壓教育	7/5 (Tue) 星期二		
Colorectal Cancer	大腸癌	7/19 (Tue) 星期二		
Arthritis Education	關節炎教育		8/2 (Tue) 星期二	
Healthy Eating	健康飲食		8/16 (Tue) 星期二	
Osteoporosis	骨質疏鬆症			9/6 (Tue) 星期二
Insomnia	失眠症			9/20 (Tue) 星期二

Time: 11:30am to 12:30pm

To register: 1-415-677-2473

DALY CITY

Location: Gellert Health Services, 386 Gellert Blvd.

www.cchrhealth.org

English Class	英語講座	JUL 七月	AUG 八月	SEP 九月
Blood Pressure Education	血壓教育	7/5 (Tue) 星期二		
Colorectal Cancer	大腸癌	7/19 (Tue) 星期二		
Arthritis Education	關節炎教育		8/2 (Tue) 星期二	
Healthy Eating	健康飲食		8/16 (Tue) 星期二	
Osteoporosis	骨質疏鬆症			9/6 (Tue) 星期二
Insomnia	失眠症			9/20 (Tue) 星期二