



2019 年 10 月至 12 月免費健康講座

FREE HEALTH EDUCATION CLASSES OCT TO DEC 2019

粵語講座 (Cantonese Class)

上課時間: 上午 10:00 至 11:30 am

報名請電: 1-415-677-2473

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	OCT 十月	NOV 十一月	DEC 十二月
骨質疏鬆症	Osteoporosis	10/10 (星期四)		
處理壓力	Stress Management	10/22 (星期二)		
支氣管炎和肺氣腫	Bronchitis & Emphysema (COPD)		11/14 (星期四)	
糖尿病教育	Diabetes Education		11/19 (星期二)	
哮喘病護理	Asthma Management			12/12 (星期四)

English Class (英語講座)

Time: 1:00 – 2:30 pm

To Register: 1-415-677-2473

Location: Chinese Community Health Resource Center

728 Pacific Ave., #115, San Francisco

www.cchrhealth.org

English Class (英語講座)		OCT	NOV	DEC
Osteoporosis		10/10 (Thu)		
Stress Management		10/22 (Tue)		
Bronchitis & Emphysema (COPD)			11/14 (Thu)	
Diabetes Education			11/19 (Tue)	
Asthma Management				12/12 (Thu)