

2022 年 4 月至 6 月免費健康講座

FREE HEALTH EDUCATION CLASSES APR TO JUN 2022

粵語講座 (Cantonese Class)

上課時間: 上午 10:00 至 11:30 am

上課地點: 所有課程都將在網上進行

www.cchrhealth.org

報名請電: 1-415-677-2473

粵語講座	Cantonese Class	APR 四月	MAY 五月	JUN 六月
血壓教育	Blood Pressure	4/14 (星期四)		
處理疼痛	Pain Management	4/26 (星期二)		
關節炎教育	Arthritis Management		5/12 (星期四)	
抑鬱症	Depression		5/24 (星期二)	
失智症	Dementia			6/9 (星期四)
尿失禁	Urinary Incontinence			6/21 (星期二)

English Class (英語講座)

Time: 1:00 – 2:30 pm

Location: All classes will be held online

www.cchrhealth.org

To Register: 1-415-677-2473

English Class (英語講座)		APR	MAY	JUN
Blood Pressure		4/14 (Thurs)		
Pain Management		4/26 (Tues)		
Arthritis Management			5/12 (Thurs)	
Depression			5/24 (Tues)	
Dementia				6/9 (Thurs)
Urinary Incontinence				6/21 (Tues)