



**Chinese  
Community  
Health  
Resource  
Center**

華人社區健康資源中心

## 2023 年 1 月至 3 月免費健康講座

**FREE HEALTH EDUCATION CLASSES JAN TO MAR 2023**

### 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](http://www.cchrhealth.org)

報名請電: 1-415-677-2473

粵語講座	Cantonese Class	JAN 一月	FEB 二月	MAR 三月
冠狀動脈疾病	Coronary Artery Disease	1/5 (星期四)		
預防中風	Stroke Prevention	1/17 (星期二)		
抑鬱症	Depression		2/9 (星期四)	
失眠症	Insomnia		2/21 (星期二)	
支氣管炎和肺氣腫	COPD			3/9 (星期四)
大腸癌	Colorectal Cancer			3/21 (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](http://www.cchrhealth.org)

To Register: 1-415-677-2473

English Class (英語講座)	JAN	FEB	MAR
Coronary Artery Disease	1/5 (Thurs)		
Stroke Prevention	1/17 (Tues)		
Depression		2/9 (Thurs)	
Insomnia		2/21 (Tues)	
COPD			3/9 (Thurs)
Colorectal Cancer			3/21 (Tues)