

2024 年 10 月至 12 月免費健康講座

FREE HEALTH EDUCATION CLASSES OCT TO DEC 2024

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	OCT 十月	NOV 十一月	DEC 十二月
骨質疏鬆症	Osteoporosis	10/10 (星期四)		
關節炎教育/處理疼痛	Arthritis/Pain Management	10/22 (星期二)		
預防感染	Infection Control		11/7 (星期四)	
腸胃健康	Digestive Health		11/19 (星期二)	
認識哀傷與喪親	Grief and Bereavement			12/5 (星期四)
安全服用藥物	Medication Safety			12/17 (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)	OCT	NOV	DEC
Osteoporosis	10/10 (Thurs)		
Arthritis/Pain Management	10/22 (Tues)		
Infection Control		11/7 (Thurs)	
Digestive Health		11/19 (Tues)	
Grief and Bereavement			12/5 (Thurs)
Medication Safety			12/17 (Tues)