



2025 年 1 月至 3 月免費健康講座

FREE HEALTH EDUCATION CLASSES JAN TO MAR 2025

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 | JAN 一月 | FEB 二月 | MAR 三月 |
|----------|-------------------------|------------|------------|------------|
| 冠狀動脈疾病 | Coronary Artery Disease | 1/9 (星期四) | | |
| 預防中風 | Stroke Prevention | 1/21 (星期二) | | |
| 抑鬱症 | Depression | | 2/13 (星期四) | |
| 支氣管炎和肺氣腫 | COPD | | 2/25 (星期二) | |
| 失眠症 | Insomnia | | | 3/13 (星期四) |
| 大腸癌 | Colorectal Cancer | | | 3/25 (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) | JAN | FEB | MAR |
|-------------------------|-------------|--------------|--------------|
| Coronary Artery Disease | 1/9 (Thurs) | | |
| Stroke Prevention | 1/21 (Tues) | | |
| Depression | | 2/13 (Thurs) | |
| COPD | | 2/25 (Tues) | |
| Insomnia | | | 3/13 (Thurs) |
| Colorectal Cancer | | | 3/25 (Tues) |