

健康課程 春節健康生活錦囊 Healthy Holidays



免費課程。報名參加我們的線上健康課程，以實現您的健康目標。本課程將提供有關如何在節日期間找到健實用的康飲食方法，過節壓力的主要來源及其管理技巧以及體能活動的重要性。您可以免費上課。立即致電我們以瞭解更多資訊！

請立刻致電報名，電話號碼：

(562) 580-6109，辦公時間為週一至週五上午
8:30至下午5點

如需更多資訊，請致電客戶服務部：

洛杉磯縣Medi-Cal會員專線：

(800) 605-2556 (聽障和語障專線：711) 辦公時
間為週一至週五上午8點至下午6點

San Diego縣Medi-Cal會員專線：**(855)**

699-5557 (聽障和語障專線：711)，辦公時間為
週一至週五上午8點至下午6點

加入我們的行列：

題目：「春節健康生活錦囊」

日期：星期一，12/18/2023

時間：上午10點正開始

語言：廣東話 (Cantonese)

請按照下列通過電話上課的步驟：

1. 我們將於10點正上課，請於9:55點開始撥打
電話號碼 (323) 433-2078。
2. 待電話中錄音講完後，請輸入上課識別號碼
997 814 764，然後按井號。