

健康課程 強化您的骨骼 Strengthen Your Bones



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。分享如何透過簡單步驟幫助預防骨質流失並預防骨折。

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：「強化您的骨骼」

日期：星期一，10/23/2023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
406 672 32，然後按井號。