

# 健康課程 - 關心 您的心理健康



免費課程。為 Blue Shield Promise 會員免費提供交通服務。

報名參加我們的健康課程以實現您的健康目標。了解心理健康障礙的徵兆和症狀可幫助我們改善心理質素和倡導心理健康。加入我們討論如何應對失去至愛的痛苦、如何增強應對逆境的信心、壓力管理以及建立支持心理健康系統的資源和方法。

## 請致電登記留座：

**(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** (聽障和語障人士請撥打  
711)，辦公時間為週一至週五上午8點至  
下午6點。
- 聖地牙哥縣Medi-Cal會員專線：  
**(855) 699-5557** (聽障和語障人士請撥打  
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：

日期：星期四 (6/20/2024)

時間：上午10 點至11:30點語

言：普通話 (Mandarin)

地點：LA Care & BS Promise

社區資源中心

Community Resource Center

3570 Santa Anita Ave,

El Monte, CA 91731

因坐位有限，請於星期五，6月14日前  
與我聯繫登記留座 (562) 580-6109。  
如果我未能接聽您的電話，請給我留言  
我會儘快給您回電。