

記憶退化及阿茲海默症 保持大腦健康方法



免費課程。為 Blue Shield TotalDual Plan (HMO D-SNP) 會員提供免費交通服務。

講座一：我們將會簡單介紹阿茲海默症及其影響，包含造成記憶力退化的原因，比較正常退化及失智症的不同。我們也將探討就醫的時候所需的準備。

講座二：學習保持頭腦健康永遠不嫌晚！我們身體的健康狀況、飲食習慣及生活型態都對我們的腦健康扮演著重要的角色。讓我們一起動腦想想及學習如何改善頭腦的健康。

歡迎加入我們這兩場講座：

請致電登記留座：

(562) 580-6109，辦公時間為週一至週五，
上午8:30點至下午5:00點。

如需索取更多資訊，請致電客戶服務部：
(800) 452-4413 (聽障和語障專線 (TTY):
711)，辦公時間為週一至週五，上午8:00點至
晚上8:00點。