

戒煙須知 (Tobacco Cessation)



免費課程。參加我們的戒煙課程學習幫助您戒煙的策略和有用的資源。查看戒煙的好處以及為什麼應該戒煙。您知道身體的哪些部位會受到香煙煙霧的影響嗎？最後一起學習戒煙和製定戒煙計劃的重要技巧。

請致電參加課程：

(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8:00點至下午6:00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8:00點至下午6:00點

加入我們的行列：

日期：星期四 (11/20)

時間：下午1:30點至3:00點

語言：廣東話 (Cantonese)

衛教講師：陳老師 (Therese)

地點：LA Care 和 Blue Shield Promise

Health Plan

Community Resource Center

社區資源中心

3570 Santa Anita Ave.,

El Monte, CA 91731

由於名額有限，請於星期四，11月13日前聯繫陳老師登記留座。電話號碼是(562) 580-6109。如果我未能接聽您的來電請留言。