



華人服務中心

아시안 보건 복지 센터

Trung Tâm Y Tế & Dịch Vụ Châu Á

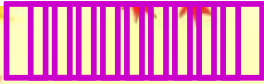
Asian Health & Service Center

Portland Office:
9035 SE Foster Rd,
Portland, OR 97266
PH: (503) 872-8822

Beaverton Plaza Office:
3800 SW Cedar Hills Suite
#196, Beaverton, OR 97005
PH: (503) 772-5880

Website: www.ahscpx.org

Fax: (503) 872-8825



포틀랜드 건우 클럽

가을 2023

날짜/시간 : 매주 수요일 10:00am-12:00p

프로그램 : 10-10:30 운동, 10:30-11:30 프로그램, EO 점심 11:30-12PM

장 소 : 3층 사랑방 (SE Foster & 91st Ave)

2023 년 10 월

주제

10/04/2023

상실과 슬픔 그리고 위로

10/11/2023

AHSC 가을 프로그램 소개 및 지나온 길

10/18/2023

휴강 (AHSC 40 주년 기념 행사로 건우 클럽 활동이 없습니다)

10/25/2023

할로윈 빙고 & 예방 접종

2023 년 11 월

주제

11/01/2023

금연 및 담배 설문조사 결과 나눔

11/08/2023

암정보 지원팀 프로그램 업데이트

11/15/2023

한국 반찬의 영양

11/22/2023

추수감사절 공예 / 스톤 페인팅

11/29/2023

치매에 대한 두려움 완화

2023 년 12 월

주제

12/06/2023

의료 시스템 파트 2

12/13/2023

눈 건강 및 관리

12/20/2023

크리스마스 이벤트

12/27/2023

2023 년을 돌아보며

포틀랜드 건우 클럽은 누구나 참여할 수 있으며 한국어로 진행됩니다.

상기 활동은 잠정적이며 변경될 수 있습니다.

자세한 내용은 한국팀(503-772-5891)으로 문의하시기 바랍니다.