

Korean Portland Healthy Friends Club

2024 Spring Term

Date/Time: Every Wednesday 10:00am-12:00pm

Program: 10-10:30 Exercise, 10:30-11:30 Program, lunch 11:30-12PM

Location: AHSC Portland office Hall 3 (SE Foster & 91st Ave)

April 2024

4/03/2024

4/10/2024

4/17/2024

4/24/2024

Topic

Spring Bingo and AHSC updates

HEW: Tobacco Prevention

Sharing Stories Together part 1

Memory café Timeslips

May 2024

5/1/2024

5/8/2024

5/15/2024

5/22/2024

5/29/2024

Learning Exercise for Seniors

Mother's Day Celebration

BH: Resilience and U.S. Immigration Story

Healthcare System Part 3

Puzzles and Game Day

June 2024

6/05/2024

6/12/2024

6/19/2024

6/26/2024

History of Portland Region and Places to Visit

Father's Day Celebration

Sharing Stories Together part 2

ACRSS: Integrative Medicine and cancer talk

Portland Healthy Friends Club Group is conducted in Korean. The above activities are tentative or subject to change.

For more details, please contact Korean Team at 503-772-5891.



ASIAN HEALTH & SERVICE CENTER

Portland Main Office: 9035 SE Foster Rd. Portland, OR 97266

Phone: (503) 872-8822 Fax: (503) 872-8825

Beaverton Office: 3800 SW Cedar Hills Blvd. #190 Beaverton, OR 97005

Phone: (503) 772-5880 Fax: (503) 872-8825

www.ahscpx.org

아시안 보건 복지 센터, 포트랜드 건우 클럽

2024 년 봄

날짜/시간: 매주 수요일 오전 10시 -오후 12시

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

장 소 : 3층 사랑방 (SE 포스터 & 91번가)

April 2024

4/03/2024

4/10/2024

4/17/2024

4/24/2024

Topic

봄맞이 빙고 및 AHSC 프로그램 소개

건강 교육 : 흡연 예방

우리들의 이야기 함께 나누기 파트 1

메모리 카페 타임슬립

May 2024

5/1/2024

5/8/2024

5/15/2024

5/22/2024

5/29/2024

시니어를 위한 운동

어머니 날 행사

회복탄력성과 나의 미국 이야기

의료 시스템 파트 3

퍼즐과 게임의 날

June 2024

6/05/2024

6/12/2024

6/19/2024

6/26/2024

포틀랜드 지역의 역사와 가볼만한 곳

아버지의 날 행사

우리들의 이야기 함께 나누기 파트 1

ACRSS: 통합 의학 및 암 이야기



☐포트랜드 건우 클럽은 누구나 참여할 수 있으며 한국어로 진행됩니다. 상기 활동은 잠정적이며 변경될 수 있습니다.
자세한 내용은 한국팀 503-772-5891 으로 문의하시기 바랍니다



ASIAN HEALTH & SERVICE CENTER

Portland Main Office: 9035 SE Foster Rd. Portland, OR 97266

Phone: (503) 872-8822 Fax: (503) 872-8825

Beaverton Office: 3800 SW Cedar Hills Blvd. #190 Beaverton, OR 97005

Phone: (503) 772-5880 Fax: (503) 872-8825

www.ahscpdx.org