

Korean Portland Healthy Friends Club

2026 Fall Term

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

Program: 10am exercise, 10:30am program, lunch 11:30am

Location: AHSC Portland office Hall 3

Address: 9035 SE Foster Rd, Portland, OR 97266

October 2026

10/07 Fall Bingo & AHSC updates

10/14 **No Class** (Gala event on 10/15)

10/21 OHSU Immunization

10/28 HEW: BH

November 2026

11/04 Medicare & Shiba

11/11 Senior Brain Health with Dr. Monel

11/18 Healthy Feet, Safe Steps

11/25 Thankful Calligraphy

December 2026

12/02 Fun Activity Day

12/09 HEW: ACRSS

12/16 Winter Music

12/23 Christmas Holiday Celebration

12/30 **No Class - see you next year 2027!**

AHSC Portland Healthy Friends Club Group is conducted in Korean.
The above activities are tentative or subject to change.
For more details, please contact Korean phone line at 503-772-5891.

아시안 보건 복지 센터 포틀랜드 건우클럽

2026 가을 학기

날짜/시간 : 매주 수요일 오전 10시 -오후 12시

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

주소 : 9035 SE Foster Rd, Portland, OR 97266 (3층)

10월 2026

10/07 AHSC 업데이트 & 빙고

10/14 휴강 (10월 15일 AHSC Gala)

10/21 OHSU 예방접종 업데이트

10/28 정신건강

11월 2026

11/04 메디케어 & 건강보험 무료 상담 서비스

11/11 두뇌건강과 치매-Dr.모넬

11/18 건강한 발, 안전한 걸음

11/25 캘리그래피로 쓰는 감사카드

12월 2026

12/02 함께 놀고, 함께 웃어요!

12/09 암정보 지원팀 업데이트-ACRSS

12/16 아트 & 크레프트

12/23 메리 크리스마스 파티!

12/30 프로그램 휴무 안내: 2027년에 다시 만나요!

포틀랜드 건우클럽 프로그램은 한국어로 진행되며 변경될 수도 있습니다.
자세한 내용은 한국팀 전화 503-772-5891로 문의 하시면 됩니다.