

ASIAN HEALTH & SERVICE CENTER

Portland Main Office:
3430 SE Powell Blvd.
Portland, OR 97202
Phone: (503) 872-8822
Fax: (503) 872-8825

Beaverton Office:
1250 SW Allen Blvd.
Beaverton, OR 97008
Phone: (503) 641-4113

Web: www.ahscpx.org



EVERGREEN CLUB 2012

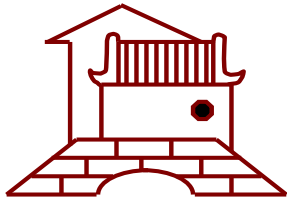
Time: Tuesdays, 9:30 to 11:00am

Place: Asian Health & Service Center (Portland Office)

<u>Date</u>	<u>Weekly Topic</u>
01/03	A Tuesday Morning Stroll Down Memory Lane
01/10	A Reflection of Portland's Memories
01/17	Women's Health Ed: A Peek inside the Digestive System
01/24	Welcoming the Year of the Dragon
01/26 (Thurs)	Lunar New Year Celebration
01/31	Myth or Fact?
02/07	Laughter is the Best Medicine
02/14	Handy Origami to Reverse Arthritis
02/21	Healthy Relationships Affect Healthy Families
02/28	Tips for Health and Wellness
03/06	Easy-to-Understand Physics for All
03/13	Eating Well Can Make You Feel Your Best
03/20	Health Ed: A Heart at Peace
03/27	Jigsaw Challenges to Improve Neurohealth



Evergreen Club is conducted in Cantonese and is free for everyone.
The above activities are subject to change or reschedule.
For more info, please call **Eddie Lui** at 503-872-8822 ext.230 or
Vanessa Sin at 503-872-8822 ext.222.



Portland Main Office:
3430 SE Powell Blvd.
Portland, OR 97202
Phone: (503) 872-8822
Fax: (503) 872-8825

Beaverton Office:
1250 SW Allen Blvd.
Beaverton, OR 97008
Phone: (503) 641-4113

Web: www.ahscpx.org



耆康會 2012

活動時間：每週二，早上九時半至十一時

活動地點：波特蘭華人服務中心

日期

每週主題

一月三日

當年歲月

一月十日

波特蘭回憶錄

一月十七日

健康講座：細看消化路

一月二十四日

齊齊迎龍年

一月二十六日(週四)

龍年共歡慶祝

一月三十一日

流言睇真D

二月七日

電影齊欣賞

二月十四日

紙天堂

二月二十一日

健康家庭的建立

二月二十八

健康保健小貼士

三月六日

先說物，再說理

三月十三日

情深深，食食物

三月二十日

健康講座：安心之道

三月二十七日

頭腦大比拼



耆康會以粵語進行，不需會費，歡迎所有華人參加。

以上活動或會調動。如有查詢，請電 503-872-8822 內線 230 雷濟源
或 503-872-8822 內線 222 洗潔清。