

華人服務中心

ASIAN HEALTH & SERVICE CENTER

波特蘭中心:
3430 SE Powell Blvd,
Portland, OR 97202
電話: (503) 872-8822
傳真: (503)872-8825

網址: www.ahsncpy.org

2012 年一月，二月，三月活動表

比弗頓中心:
12500 SW Allen Blvd.,
Beaverton, OR 97008
電話: (503) 641-4113
傳真: (503) 872-8825

時間：每週四上午

09:30 養身健康操 10:15 主題講座 11:30 免費午餐 (*60 歲以上居住在 Multnomah County 之長者)

地點：波特蘭華人服務中心

波特蘭長春俱樂部

一
月

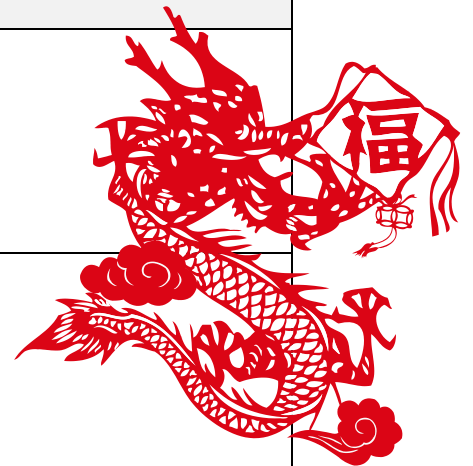
日期	主題
1/05	雷老師教物理
1/12	吃對食物好心情
1/19	新書、新電影、新知識介紹
1/26	農曆新年慶祝活動

二
月

2/02	另類旅館介紹
2/09	動手做做看
2/16	流言教室
2/23	帶給你健康的室內盆栽

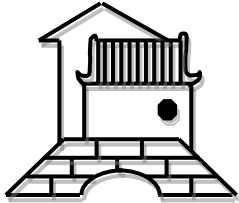
三
月

3/01	生活安全需知
3/08	動腦遊戲
3/15	健康講座:心靈之旅
3/22	有趣的星座故事
3/29	經驗分享



波特蘭長春俱樂部以國語進行，不需會費，不限年齡歡迎所有人參加。以上活動或有調動，如需查詢，請電 503-641-4113 王怡伶或 503-872-8822 分機 230 雷濟源





華人服務中心

ASIAN HEALTH & SERVICE CENTER

JAN, FEB, & MAR 2012

Portland Main Office:
3430 SE Powell Blvd,
Portland, OR 97202
電話: (503) 872-8822
傳真: (503)872-8825

WEB: www.ahsdpdx.org

Beaverton Office:
12500 SW Allen Blvd.,
Beaverton, OR 97008
電話: (503) 641-4113
傳真: (503) 872-8825

TIME : Every Thursday Morning

09:30 Exercise 10:15 Workshop 11:30 *Free Lunch* (for seniors over 60 and live in Multnomah County)

Location : 3430 SE Powell Blvd, Portland, OR 97202

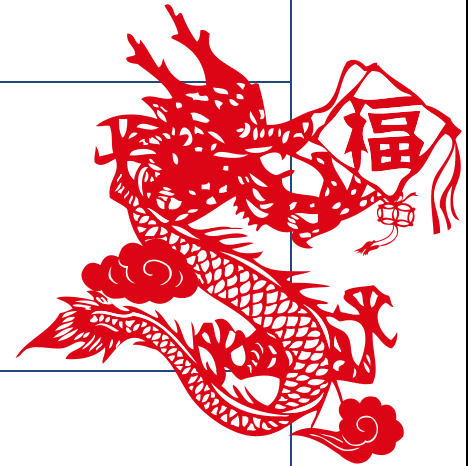
Portland Senior Club

J
A
N

F
E
B

M
A
R

DATE	TOPIC
1/05	Introducing Basic Physics
1/12	Women Health Education Workshop: Food and Mood
1/19	Introducing New Books and New Movies
1/26	Chinese New Year Celebration
2/02	Healthy Kids, Healthy Families
2/09	Hands-On Origami to Improve Dexterity
2/16	Urban Legends: Are they True?
2/23	Indoor Plants that Clean the Air
3/01	Attention to Safety Awareness
3/08	Brain Fitness and Jigsaw Fun
3/15	Health Education Workshop: Mental Health
3/22	Exploring Interesting Astrological Stories
3/29	Sharing and Loving



Portland Senior Club is conducted in Mandarin Chinese and is free for everyone.
The above activities are subject to change or reschedule.
For more info, please call Yi-Ling Wang at 503-641-4113 or
Eddie Lui at 503-8728822x230

