

# 健康課程 關心您的心理健康



免費課程。為 Blue Shield Promise 會員免費提供交通服務。

報名參加我們的健康課程以實現您的健康目標。了解心理健康障礙的徵兆和症狀可幫助我們改善心理質素和倡導心理健康。加入我們討論如何應對失去至愛的痛苦、如何增強應對逆境的信心、壓力管理以及建立支持心理健康系統的資源和方法。

## 請致電登記留座：

**(562) 580-6109**，辦公時間為週一至週五，  
上午8:30至下午5點

如需更多資訊，請致電客戶服務部：

- 洛杉磯縣Medi-Cal會員專線：  
**(800) 605-2556** (聽障和語障人士專線：  
711)，辦公時間為週一至週五上午8:00點  
至下午6:00點。
- 聖地牙哥縣Medi-Cal會員專線：  
**(855) 699-5557** (聽障和語障人士專線：  
711)，辦公時間為週一至週五上午8:00點  
至下午6:00點。

## 加入我們的行列：

日期：星期四(6/26)

時間：下午1:30 點至 3:00 點

語言：廣東話 (Cantonese)

衛教講師：陳老師 (Therese)

地點：LA Care & BS Promise Health Plan

社區資源中心  
Community Resource Center  
3570, Santa Anita Ave,  
El Monte, CA 91731

由於名額有限，請於星期四，6月19日前聯繫  
陳老師登記留座 (562) 580-6109。

如果我未能接聽您的電話，請留言我會儘快給  
您回電。