

Để bảo vệ sức khỏe cộng đồng của chúng ta trong đại dịch COVID-19, các CRC đang cung cấp các lớp học trực tuyến. Có hai cách để tham gia!



Truy cập Facebook và tìm kiếm **IEHP CRC** để tham gia

HOẶC



Tải về **Cisco Webex Meetings** điện thoại thông minh Apple hoặc Android. Nhập vào **Meeting Code** (mã cuộc họp) cho lớp học mà quý vị chọn và

Quý vị cần giúp đỡ để truy cập các lớp học của chúng tôi? Hãy gọi **1-866-228-4347** hoặc

## Lịch biểu Lớp học Trực tuyến - Tháng Chín, 2022

Chủ đề Học	Ngày	Thời gian	Mã Cuộc họp qua Webex
Yoga	9/8	9 giờ sáng - 10 giờ sáng	2456 884 0799
Kiểm soát Căng thẳng	9/13	10 giờ sáng - 11 giờ sáng	2454 532 2080
Kiểm soát Căng thẳng (Tiếng Tây Ban Nha)	9/22	11 giờ sáng - 12 giờ chiều	2459 122 7267
Thiền	9/30	10 giờ sáng - 11 giờ sáng	2455 277 2874

**Chúng tôi chữa  
lành và truyền  
cảm hứng cho tinh**

**Ban Phục trách Giáo dục Sức khỏe của chúng tôi đã trở thành trực tuyến!**

Quý vị có thể tham gia một trong các buổi hội thảo trên web trực tuyến của chúng tôi và tìm hiểu tất cả các chủ đề sức khỏe khác nhau, từ bệnh tiểu đường đến bệnh hen suyễn. Chúng hoàn toàn miễn phí và phù hợp cho những Hội viên bỏ lỡ các lớp học trực tiếp của chúng tôi! Nhấp vào liên kết để xem các lớp học theo yêu cầu:  
<https://iehp.org/about/upcoming-events>.

Các lớp học có thể thay đổi mà không cần thông báo.