

健康為本 長壽隨行

探索科學健康習慣，開啟活力長壽之路

主講內容



健康飲食建議

吃出營養，守護健康



日常運動方法

簡單易行，動出活力



預防三高發生的風險

控制風險，遠離慢性病



心態與情緒管理

正向思維，樂享生活

主講人

Dr. Samuel K.K. Chung
鍾國權醫生

資深家庭醫學醫生

專注慢性疾病管理、健康促進與長者照護

現場健康服務

專業醫療團隊為您提供以下免費健康服務！



測量血壓
及基本健康評估



講解
常見健康問題



分析您目前使用
藥物的成分與注意事項



專業醫生現場
解答健康問題



日期
07/12/2026
(星期日)



時間
11:00am –
12:30pm



地點
St. Thomas Aquinas
Church Parish Hall



講座中設有
交流時間
與健康諮詢

入場券

ADMIT
ONE

McInfinity 健康講座

健康為本長壽隨行

探索科學健康習慣，開啟活力長壽之路

主講人：Dr. Samuel K.K. Chung 鍾國權醫生



07/12/2026
(星期日)



11:00am –
12:30pm



St. Thomas Aquinas
Church Parish Hall



聯絡人：Sindy Ng 626-216-8654

座位有限，請提早到場，以免向隅！

免費入場

先到先得



講座中設有
交流時間
與健康諮詢