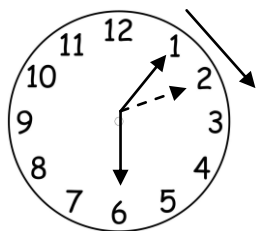


# HEIWA TERRACE 简讯

## 2015 年 3 月



- 夏令时从 **2015 年 3 月 8 日** 开始。  
请将钟表往后调一个小时  
(例如:**1:00** 调到 **2:00**)

- **艺术家召集!** 在此鼓励所有 Heiwa 居民参加我们举办的第一届艺术手工展。我们希望你能积极参与创作, 作品可以是油画, 绘画, 纸制手工, 或是任何其他创意作品。请在 **3 月 20 日** 之前把您的作品交到 **Maiko 或 Jessica** 处。每人限作品 1-2 个。本次艺术手工展将在 4 月举行。
- 欢迎来参加 **St Patrick's 节晚餐**。菜单包括: 咸牛肉, 卷心菜, 胡萝卜, 土豆。时间是 **3 月 16 日** 星期一下午 **4:15**。晚餐价格为每人 **8 美元**, 加餐盒为每人 **8.75 美元**。你可以选择堂食或是外送到家里。更多细节请询问管理处。
- **残疾人和老年人法律中心** 将到我们这里举办关于委托代理人和生活意愿文件的讲座。我们强烈建议所有居民参加。这次讲座将会解释委托代理人(POA)和生活意愿文件对于保护个人权益的重要性。讲座将在 **3 月 16 日** 星期一下午 **3 点** 在 **activity room** 举行。
- **Zumba** 课程将在 **3 月 7 日, 14 日, 28 日 (星期六)** 上午 **9:00** 在 **activity room** 举行。请穿着舒适前来。祝您锻炼愉快!
- 作为老年健康项目的一部分, **Nicole Raucci** 邀请了一位脊椎按摩师前来讲述如何缓解背痛。更多细节请参考公告牌。

### 管理处通知

- ❖ **HEIWA 网络频道:** 请收看 HEIWA 网络频道(四频道)收看来自管理处的通知资讯。
- ❖ **床虱:** 近來床虱在芝加哥有增加的趨勢。我們希望它們不會出現在這棟大樓裡, 但是需要大家一起努力。請常常檢查您床架上的捕蟲機關。如果您發現了床虱, 請立刻向管理處反映。您的報告越及時, 我們可以更快地處理您的房間。

### 特別鳴謝...

來自大家的慷慨捐贈, 我們將用於本大樓裡各種有益的活動, 以及在餐廳每天為大家提供免費咖啡和茶。這些慷慨付出, 不管是實物還是寶貴的時間, 都是為著提供一個身體、心理、精神健康的居住環境。捐贈包括錢款, 商品等。

捐獻包括錢物及商品。

若您不希望名字被列出來, 請告知 Jessica 或 Maiko。排名不分先後。

### 二月捐贈人 (1/22/15 – 2/20/15):

Fumiyo Uchida	Jeong Za Lee	Myong Whittle	George Neeno	May Nakano
Irene Granados	Donna Ogura	Atsuko Tamura	Sadako Nakagawa	Anonymous
Anonymous	Tadashi & Kazuko Nukuto			

若您不希望生日或健康狀況被列出, 請告知 Jessica 或 Maiko。

## 请您注意\_家政事项

- 每次做饭之后记得关煤气。
- 如果在做饭的时候不小心烧到物品, 触发了火警, 请立即打开窗户让烟散去。注意不要打开公寓门。如果你打开了公寓门, 烟就会进入走廊触发整幢楼的火警。
- 扔垃圾之前请确保垃圾袋已经密封。防止垃圾粘在槽内腐烂, 发出恶臭, 直接影响到走廊。

---

**HEIWA OFFICE HOURS:** 773/989-7333 MON. – FRI.: 9AM – 5PM  
**SERVICE COORDINATORS:**  
MAIKO YANAI: 773/989-5906 MON. – FRI. 8:30AM – 4:30PM  
JESSICA MOON: 773/989-5672 MON. – FRI. 9AM – 5PM

**THOREK WELLNESS CENTER:**  
NURSE JENNY KIM: 773/271-0144 MON- FRI. 8AM – 4:30PM  
DR. SUESAKUL: 773/271-0144 Check with the nurse for schedule  
DR. CHI (FOOT DOCTOR) LAST FRI. OF EVERY MO. 8AM – 11AM

---

## LANGUAGE LESSON 5

**It is still cold and windy outside. Be sure to bundle up.**

### JAPANESE

まだ外は寒く風がきついで、暖かくして出かけなさい。

Mada soto-wa samuk kaze-ga kitsui-node atatakak-shite dekake-nasai.

### KOREAN

여전히 춥고 차가운 바람이 불니다. 따뜻하게 입으세요.

Yeo jeon hi chub go cha ga un ba lam-I bub nida.

Tta tteu hage ib-eu seyo.

### CHINESE

外面还是很冷,风又大。一定要多穿点。

Wàimiàn hái shì hěn lěng, fēng yòu dà. Yīdìng yào duō chuān diǎn.