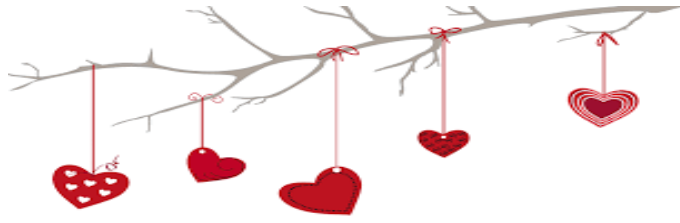


HEIWA TERRACE平和消息

2017年二月



平和精彩的節目

- 工藝課堂返回！平和的董事會，愛麗絲Murata每個月將導致該類每月第一個星期二下午1點。本月，工藝課堂將是在2月7日週二下午1點在飯廳。每個人都歡迎，並請帶工藝的想法分享。
- 學習精彩紛呈的的文藝 **插花** 帶回家一個漂亮的插花。Yuko Inoue-Darcy老師將舉辦2的課堂在2月8日下午1時 在12樓聚會室。請務必報名參加班級和在2月6日週一之前在Maiko的辦公室支付一定的費用（包括花\$15美元）。
- 市政廳會議是在週四，2月9日下午2:45在飯廳。這是為了表達您的憂慮和共享的建議的理想場所。鼓勵每個人出席這次重要會議。
- 家庭購物車將在2月10日週五下午1:30前往Joong Boo 韓國超市場。對於此行的費用是\$ 4美元。請提早在Maiko的辦公室報名。
- 愛無所不在！讓我們在2月14日週二下午2點一起慶祝情人節，在飯廳分享朋友家庭和社區的熱愛。
- 20區警察局在伊利諾伊總檢察長辦公室的合作夥伴關係將在活動室下午在2月28日週二舉辦公共安全研討會。我們強烈鼓勵大家來參加這個活動。他們將談論在附近發生了什麼事情，以及如在公共場所保持安全。
- 隨著大眾需求，我們將添加多一天的 **Zumba尊巴**！讓大家享受很好的鍛煉和活潑的音樂。在每個週三和週六上午9點在活動室。大家歡迎！

我們特別感謝 ...

為慷慨捐贈放置在一個用於該計劃在平和露台的利益和享受所有居民的方案和活動的基金，以及允許我們每一天在廳房提供的免費的咖啡和茶餐。

此外，實物您的寶貴時間和/或捐贈物資用於良好的身體，心理和平和居民的精神健康的必要的維修。繼捐贈包括貨幣禮品用品和產品。

如果你不希望你的名字列出，請通知傑西卡或者Maiko。名不以任何特定的順序。

捐款（12/29/16 17年1月25日）

May Nakano	Jean Mishima	Alice Murata	Blesida De La Vega
Donna Ogura	Kazuko Nukuto	Renee Murakami	Yu Zin Chun
Jean Inouye	Kanji Ichiki	Rose Moy	Hisako Kometani
Renee Murakami	Bob Ide	Anonymous 匿名	Anonymous 匿名

為您的信息：

二月是心臟月 (<https://healthyforgood.heart.org/add-color>)

添加顏色，吃彩虹

讓所有的維生素，礦物質和營養素你的最佳途徑需要的是吃各種五顏六色的水果和蔬菜。每天添加顏色你的盤子與五個主要顏色組。

● 紅色和桃紅色：

- 甜菜，櫻桃，蔓越莓，石榴，紅蘿蔔，紅土豆，紅蘋果，紅辣椒，紅柿，西瓜

● 藍色和紫色：

- 黑莓，藍莓，茄子，葡萄，李子，紫洋蔥，紫甘藍，紅洋蔥，葡萄乾，紅棗

● 黃色和橙色：

- 橡子南瓜，南瓜，甜瓜，胡蘿蔔，玉米，檸檬，桔子，桃子，南瓜，菠蘿，甘藷，山藥，黃蘋果，黃色的辣椒，芒果，油桃，柑橘

● 白色：

- 香蕉，菜花，大蒜，蘑菇，洋蔥，歐洲防風草，青蔥

● 綠色：

- 蘆筍，鱷梨，白菜，花椰菜，芹菜，黃瓜，青菜，甘藍，獼猴桃，酸橙，梨，豌豆，菠菜，西葫蘆，荷蘭豆，甜豆，生菜，梨，韭菜，大蔥，朝鮮薊

EVERGREEN REAL ESATE GROUP 312-989-4883

黛比Wenzlaff，區域主管

HEIWA管理辦公室：773/ 989-7333 週一-週五：上午9時-下午5點

Sheri Gault，經理

HEIWA安全：773-989-7333 24小時/每週7天，

蕾切爾Tucker，監事

服務協調員：

Maiko Yanai：773/ 989-5906 週一-至週五8:30 AM - 4:30 PM

傑西卡Moon：773/ 989-5672 週一-至週五上午9點-下午5點

Happy Valentine's Day

Candle Light
Cards
Chocolate
Cupid
Date
Dinner
First Kiss
Memories
Movie
Pink
Poem
Proposal
Red
Romance
Roses
St. Valentine
Sweetarts
Teddy Bear
True Love



B Q Q J D F I R S T K I S S N T I U K O
O C Q E Z Y D P K K G E Y O D H J Q K A
X Z T S H E J F P I U I W C U G R J T U
I A C R L H V W L V B U G K E I O C C Q
D V V J U P O R D V L V C I I L M N D F
Q I L H G E A Q B A P O V I Z E A M V Z
I K N I P I L A S O P O R P S L N E G X
O K O N P M P O E O M P Z T Q D C H M H
K H J X E W R M V O S Z V L P N E F A F
Y P I S M R A L P E P A G S W A U G D E
P N K D Z K A K S D L T O T X C H W W L
E T U R D P E O O E S W Z R P B W M O P
S E L A A Y R Z N U M I L A E D E R Z Y
S D E C R L M T E N E P X T S W X Y H L
B D G C O S I M Y A M Z G E N O L I J X
F Y G R N N D D X M O L T E C K L M Y N
P B W Q E Y T S A Z R U O W D D J V Z P
D E H K Q K U D V T I G E S N C G Q C C
B A C H O C O L A T E B Q D I P U C T O
J R V D C F X T N E S Y R J J I Z T A F