

Health Promotion Activities (Chinese version only)

瀝源長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2024 年 7 月至 8 月)

星期一 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
7 月 15 日	骨質疏鬆症	8 月 5 日	慎防跌倒
7 月 22 日	頸、腰背護理	8 月 12 日	認識認知障礙症
7 月 29 日	正視肩膊痛	8 月 19 日	長者的口腔健康
		8 月 26 日	膽固醇睇真 D

星期五 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
7 月 5 日	退化性膝關節炎:日常生活篇	8 月 2 日	認識帕金森病
7 月 12 日	預防肌肉流失	8 月 9 日	婦女健康行多步
		8 月 16 日	高血壓知多少
		8 月 23 日	認識大腸癌
		8 月 30 日	精明使用長者醫療券

如欲參加講座，請致電預約: 2637 2005

講座內容長大約一小時

講座專題或時間若有更改，恕不另行通知

瀝源長者健康中心地址: 新界沙田瀝源街 9 號瀝源健康院 3 字樓