

Health Promotion Activities (Chinese version only)

新蒲崗長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2024 年 7 月至 8 月)

星期一 (下午 2 時 15 分)

日期	題目	日期	題目
7月8日	正視肩膊痛	8月5日	認識消化不良
7月15日	骨質疏鬆症	8月12日	膽固醇睇真D
7月22日	手部退化性關節炎	8月19日	認識帕金森病
7月29日	婦女健康行多步	8月26日	長者常見皮膚問題的護理

星期二 (下午 2 時 15 分)

日期	題目
7月2日	慎防跌倒
7月9日	預防肌肉流失
7月16日	精明使用長者醫療券
7月23日	頸、腰背護理
7月30日	退化性膝關節炎：日常生活篇

如欲參加講座，請致電預約: 2382 3757

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

新蒲崗長者健康中心地址：九龍新蒲崗太子道東 600 號

柏立基健康院二樓