

新蒲崗長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 3 月至 4 月)

星期一 (下午 2 時 15 分)

日期	題目	日期	題目
3 月 3 日	長者的口腔健康	4 月 7 日	痛風症
3 月 10 日	睡眠健康	4 月 14 日	「郁」得健康
3 月 17 日	長者飲食營健大道	4 月 28 日	頸、腰背護理
3 月 24 日	滋養幸福快樂人生		
3 月 31 日	健康有「營」外出飲食		

星期二 (下午 2 時 15 分)

日期	題目
4 月 22 日	婦女健康行多步

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