

Health Promotion Activities (Chinese version only)

西營盤長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 1 月至 2 月)

星期一 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
1 月 6 日	低脂肪飲食及烹調方法	2 月 10 日	高血壓知多少
1 月 20 日	膽固醇睇真 D	2 月 17 日	健康有「營」外出飲食
1 月 27 日	長者飲食營健大道	2 月 24 日	認識肝炎

星期三 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
1 月 15 日	骨質疏鬆症	2 月 5 日	認識認知障礙症

如欲參加講座，請致電預約: 2817 3418

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

西營盤長者健康中心地址：香港皇后大道西 134 號
西營盤賽馬會分科診療所 6 字樓