

Health Promotion Activities (Chinese version only)

西營盤長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 3 月至 4 月)

星期一 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
3 月 17 日	認識白內障	4 月 7 日	郁得健康
3 月 24 日	肥胖的疑惑	4 月 14 日	慎防跌倒
3 月 31 日	婦女健康行多步	4 月 28 日	認識大腸癌

星期三 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
3 月 5 日	長者的口腔健康	4 月 23 日	退化性膝關節炎：護理及運動
3 月 12 日	長者常見眼疾及護眼之道		

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