

Health Promotion Activities (Chinese version only)

東涌長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2024 年 7 月至 8 月)

星期四 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
		8 月 1 日	健康小食
		8 月 8 日	長者常見皮膚問題的護理
		8 月 15 日	手部退化性關節炎
		8 月 22 日	長者飲食營健大道
		8 月 29 日	安全使用藥物

星期五 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
7 月 5 日	預防肌肉流失	8 月 2 日	記憶與您
7 月 12 日	退化性膝關節炎：日常生活篇	8 月 9 日	婦女健康行多步
7 月 19 日	足部平安	8 月 16 日	認識帕金森病
7 月 26 日	痛風症	8 月 23 日	認識大腸癌
		8 月 30 日	家務有妙法

如欲參加講座，請致電預約: 2109 4711

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

東涌長者健康中心地址：大嶼山東涌富東街 6 號
東涌健康中心 2 座 1 字樓