

Health Promotion Activities (Chinese version only)

油麻地長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 1 月至 2 月)

星期二 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
1 月 7 日	低脂肪飲食及烹調方法	2 月 4 日	認識大腸癌
1 月 14 日	識飲識食識購物	2 月 11 日	滋養幸福快樂人生
1 月 21 日	認識營養標籤	2 月 18 日	骨質疏鬆症
1 月 28 日	活力長者健康操	2 月 25 日	認識認知障礙症

如欲參加講座，請致電預約: 2782 5577

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

油麻地長者健康中心地址：九龍油麻地炮台街 145 號

油麻地賽馬會分科診所一字樓