

Health Promotion Activities (Chinese version only)

新蒲崗長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2024 年 5 月至 6 月)

星期一 (下午 2 時 15 分)

日期	題目	日期	題目
5月6日	低脂肪飲食及烹調方法	6月3日	婦女健康行多步
5月13日	精明使用長者醫療券	6月17日	認識中暑
5月20日	高血壓知多少	6月24日	認識流行性感冒
5月27日	排便可以好輕鬆		

星期二 (下午 2 時 15 分)

日期	題目
5月7日	長者安全路路通
5月14日	預防家居意外
5月21日	長者飲食營健大道
5月28日	預防肌肉流失

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