

## Health Promotion Activities (Chinese version only)

元朗長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2024 年 5 月至 6 月)

### 星期一 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
5 月 6 日	精明使用長者醫療券	6 月 3 日	骨質疏鬆症
5 月 13 日	慎防跌倒	6 月 10 日	假期
5 月 20 日	婦女健康行多步	6 月 17 日	精明使用長者醫療券
5 月 27 日	低脂肪飲食及烹調方法	6 月 24 日	認識流行性感冒

### 星期五 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
5 月 3 日	認識流行性感冒	6 月 7 日	吸煙與健康(一)
5 月 10 日	骨質疏鬆症	6 月 14 日	慎防食物中毒
5 月 17 日	吸煙與健康(一)	6 月 21 日	慎防跌倒
5 月 24 日	高血壓知多少	6 月 28 日	婦女健康行多步
5 月 31 日	膽固醇睇真 D		

如欲參加講座，請致電預約：2470 5982

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

元朗長者健康中心地址：新界元朗西菁街 26 號容鳳書健康中心地下