

Health Promotion Activities (Chinese version only)

九龍城長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2022 年 9 月至 10 月)

(*因疫情關係，座位有限，請先預約。)

逢星期一 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
9月5日	認識認知障礙症	10月3日	認識中風
9月19日	認識冠心病	10月10日	如何處理焦慮
9月26日	膽固醇睇真 D	10月17日	長者的口腔健康
		10月24日	認識大腸癌
		10月31日	預防肌肉流失

逢星期五 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
9月2日	慎防跌倒	10月7日	婦女健康行多步
9月9日	認識糖尿病	10月14日	認識流行性感冒
9月16日	精明使用長者醫療券	10月21日	認識抑鬱症
9月23日	高血壓知多少	10月28日	骨質疏鬆症
9月30日	低脂肪飲食及烹調方法		

如欲參加講座，請致電預約: 2762 8911

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

九龍城長者健康中心地址： 九龍城侯王道 80 號獅子會健康院地下