

Health Promotion Activities (Chinese version only)

九龍城長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2026 年 1 月至 2 月)

星期五(下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
1 月 2 日	四季健康食譜	2 月 6 日	癌症小百科
1 月 9 日	識飲識食識購物	2 月 13 日	認識消化不良
1 月 16 日	健康有「營」外出飲 食	2 月 20 日	婦女健康行多步
1 月 23 日	活力長者健康操	2 月 27 日	認識大腸癌
1 月 30 日	肥胖的疑惑		

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