

Health Promotion Activities (Chinese version only)

藍田長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 7 月至 8 月)

星期二 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
7 月 8 日	頸、腰背護理	8 月 5 日	認識柏金遜病
7 月 15 日	退化性膝關節炎：護理及運動	8 月 12 日	認識大腸癌
7 月 22 日	正視肩膊痛	8 月 19 日	婦女健康行多步
7 月 29 日	痛風症	8 月 26 日	預防肌肉流失

星期五 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
7 月 4 日	長者選擇鞋履的方法		

如欲參加講座，請致電預約: 2727 5735

講座內容不超過一小時

講座專題或時間若有更改，恕不另行通知

藍田長者健康中心地址：

九龍藍田碧雲道 223 號藍田社區綜合大樓地下