Health Promotion Activities (Chinese version only)

瀝源長者健康中心　--　健康推廣活動 (2026 年 11 月至 12 月)

星期一 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
11 月 2 日	認識糖尿病	12 月 7 日	認識流行性感冒
11 月 9 日	肥胖的疑惑	12 月 14 日	四季健康食譜
11 月 16 日	認識流行性感冒	12 月 21 日	癌症小百科
11 月 23 日	長者飲食營健大道	12 月 28 日	婦女健康行多步
11 月 30 日	慎防跌倒		

如欲參加講座，請致電預約:　2637 2005

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

瀝源長者健康中心地址: 新界沙田瀝源街 9 號瀝源健康院 3 字樓