

Health Promotion Activities (Chinese version only)

瀝源長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2026 年 5 月至 6 月)

星期一 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
5 月 4 日	認識流行性感冒	6 月 1 日	吞嚥知多少
5 月 11 日	高血壓(一)高血壓知多少	6 月 8 日	骨質疏鬆症
5 月 18 日	認識冠心病	6 月 15 日	慎防跌倒
		6 月 22 日	吸煙與健康
		6 月 29 日	預防家居意外

星期二 (下午 2 時 30 分)

5 月 26 日	長者飲食營健大道
----------	----------

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