

Health Promotion Activities (Chinese version only)

瀝源長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2026 年 7 月至 8 月)

星期一 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
7 月 6 日	頸、腰背護理	8 月 3 日	認識認知障礙症
7 月 13 日	痛風症	8 月 10 日	吞嚥知多少
7 月 20 日	肥胖的疑惑	8 月 17 日	慎防跌倒
7 月 27 日	四季健康食譜	8 月 24 日	婦女健康行多步
		8 月 31 日	認識大腸癌

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