

Health Promotion Activities (Chinese version only)

北區長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 7 月至 8 月)

星期五 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
7 月 4 日	預防肌肉流失	8 月 1 日	認識大腸癌
7 月 11 日	健康有「營」外出飲食	8 月 8 日	認識帕金森病
7 月 18 日	退化性膝關節炎：護理及運動	8 月 15 日	「郁」得健康
7 月 25 日	骨質疏鬆症	8 月 22 日	慎防跌倒
		8 月 29 日	四季健康食譜

如欲參加講座，請致電預約: **2672 5858**

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

北區長者健康中心地址：新界上水衛和街 3 號

北區社區健康中心大樓 8 樓