

Health Promotion Activities (Chinese version only)

南山長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 11 月至 12 月)

星期一 (下午 2 時 15 分)

日期	題目	日期	題目
11 月 3 日	認識糖尿病	12 月 1 日	認識大腸癌
11 月 10 日	糖尿病患者的健康飲食	12 月 8 日	癌症小百科
11 月 17 日	認識流行性感冒	12 月 15 日	長者常見的氣喘問題(二)
11 月 24 日	退化性膝關節炎：護理及運動	12 月 22 日	排便可以好輕鬆
		12 月 29 日	聽覺保健知多少

如欲參加講座，請致電預約: **2779 5596**

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

南山長者健康中心地址： 九龍石硤尾南山邨南堯樓地下