Health Promotion Activities (Chinese version only)

筲箕灣長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2024 年 3 月至 4 月)

星期二 (下午 2 時正)

日期	題目	日期	題目
3 月 5 日	長者的口腔健康	4 月 2 日	骨質疏鬆症
3 月 12 日	骨質疏鬆症	4 月 9 日	認識流行性感冒
3 月 19 日	長者常見眼疾及護眼之道	4 月 16 日	精明使用長者醫療券
3 月 26 日	慎防跌倒	4 月 23 日	認識認知障礙症
		4 月 30 日	慎防跌倒

星期五 (下午 2 時正)

日期	題目	日期	題目
3 月 1 日	認識流行性感冒	4 月 5 日	預防肌肉流失
3 月 8 日	認識肝炎	4 月 12 日	活力長者健康操
3 月 15 日	認識白內障	4 月 19 日	婦女健康行多步
3 月 22 日	婦女健康行多步	4 月 26 日	「郁」得健康

如欲參加講座，請致電預約: 2569 4333

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

筲箕灣長者健康中心地址： 香港筲箕灣柴灣道 8 號
筲箕灣賽馬會診所地下