Health Promotion Activities (Chinese version only)

新蒲崗長者健康中心　--　健康推廣活動 (2026 年 11 月至 12 月)

星期二 (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	四季健康食譜
11 月 10 日	糖尿病患者的健康飲食	12 月 8 日	長者飲食營健大道
11 月 17 日	認識流行性感冒	12 月 15 日	認識流行性感冒
11 月 24 日	慎防跌倒	12 月 22 日	認識大腸癌
		12 月 29 日	排便可以好輕鬆

如欲參加講座，請致電預約:　2382 3757

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

新蒲崗長者健康中心地址：九龍新蒲崗太子道東 600 號

柏立基健康院二樓