

Health Promotion Activities (Chinese version only)

西營盤長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2026 年 5 月至 6 月)

星期一 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
5 月 11 日	高血壓知多少	6 月 1 日	慎防食物中毒
5 月 18 日	認識冠心病	6 月 8 日	慎防跌倒
		6 月 15 日	預防家居意外
		6 月 22 日	認識認知障礙症
		6 月 29 日	吞嚥知多少

星期三 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
5 月 6 日	肥胖的疑惑		
5 月 27 日	低脂肪飲食及烹調方法		

如欲參加講座，請致電預約: **2817 3418**

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

西營盤長者健康中心地址：香港皇后大道西 134 號
西營盤賽馬會分科診療所 6 字樓