

## Health Promotion Activities (Chinese version only)

### 東涌長者健康中心 -- 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	退化性膝關節炎：日常生活篇	8 月 1 日	認識柏金遜病
7 月 11 日	退化性膝關節炎：護理及運動	8 月 8 日	認識消化不良
7 月 18 日	正視肩膊痛	8 月 15 日	慎防跌倒
7 月 25 日	痛風症	8 月 22 日	預防肌肉流失
		8 月 29 日	安全使用藥物

如欲參加講座，請致電預約: **2109 4711**

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

東涌長者健康中心地址：大嶼山東涌富東街 6 號  
東涌健康中心 2 座 1 字樓