

Health Promotion Activities (Chinese version only)

東涌長者健康中心----健康推廣活動 (2026年7月至8月)

星期五 (下午2時)

日期	題目	日期	題目
7月3日	頸、腰背護理	8月7日	婦女健康行多步
7月10日	預防肌肉流失	8月14日	認識大腸癌
7月17日	認識認知障礙症	8月21日	四季健康食譜
7月24日	正視肩膊痛	8月28日	認識消化不良
7月31日	痛風症		

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