Health Promotion Activities (Chinese version only)

荃灣長者健康中心 -- 健康推廣活動（2024 年 3 月至 4 月）

星期一（下午 2 時正）

日期	題目	日期	題目
3 月 4 日	認識認知障礙症	4 月 8 日	「郁」得健康
3 月 11 日	肥胖的疑惑	4 月 15 日	退化性膝關節炎：日常生活篇
3 月 18 日	識飲識食識購物	4 月 22 日	認識肝炎
3 月 25 日	安全使用藥物	4 月 29 日	睡眠健康

星期五（下午 2 時正）

日期	題目	日期	題目
3 月 1 日	健康小食	4 月 5 日	自理好輕鬆
3 月 8 日	長者的口腔健康	4 月 12 日	認識抑鬱症
3 月 15 日	正視肩膊痛	4 月 19 日	長者安全路路通
3 月 22 日	皮膚病：真菌的認識	4 月 26 日	膽固醇睇真D

如欲參加講座，請致電預約: 2408 2267

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

荃灣長者健康中心地址： 新界荃灣沙咀道 213 號
戴麟趾夫人分科診療所 B 座地下