

Health Promotion Activities (Chinese version only)

荃灣長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2026 年 5 月至 6 月)

星期五 (下午 2 時正)

日期	題目	日期	題目
5 月 8 日	認識冠心病	6 月 5 日	健康有「營」外出 飲食
5 月 15 日	聽覺保健知多少	6 月 12 日	慎防食物中毒
5 月 22 日	四季健康食譜	6 月 26 日	吞嚥知多少
5 月 29 日	自助按摩		

星期一 (下午 2 時正)

日期	題目	日期	題目
6 月 15 日	慎防跌倒		

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