

Health Promotion Activities (Chinese version only)

灣仔長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2026 年 7 月至 8 月)

星期一 (下午 2 時 30 分)

日期	題目
7 月 6 日	退化性膝關節炎：日常生活篇
7 月 20 日	四季健康食譜
8 月 10 日	認識帕金森病
8 月 17 日	肥胖的疑惑

星期五 (下午 2 時 30 分)

日期	題目
7 月 3 日	吞嚥知多少
7 月 17 日	慎防跌倒
7 月 31 日	骨質疏鬆症
8 月 7 日	認識認知障礙症
8 月 28 日	長者飲食營健大道

如欲參加講座，請致電預約: 2591 4847

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

灣仔長者健康中心地址: 香港灣仔軒尼詩道 130 號修頓中心二字樓