

Health Promotion Activities (Chinese version only)

元朗長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 5 月至 6 月)

星期五 (下午 2 時)

日期	題目	日期	題目
5 月 9 日	認識流行性感冒	6 月 6 日	吸煙與健康
5 月 16 日	低脂肪飲食及烹調方法	6 月 13 日	吞嚥知多少
5 月 23 日	高血壓知多少	6 月 20 日	慎防跌倒
5 月 30 日	膽固醇睇真 D	6 月 27 日	婦女健康行多步

如欲參加講座，請致電預約：2470 5982

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

元朗長者健康中心地址：新界元朗西菁街 26 號容鳳書健康中心地下