

Health Promotion Activities (Chinese version only)

元朗長者健康中心 -- 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	肥胖的疑惑	8 月 7 日	四季健康食譜
7 月 10 日	長者飲食營健大道	8 月 14 日	癌症小百科
7 月 17 日	慎防跌倒	8 月 21 日	認識認知障礙症
7 月 24 日	膽固醇睇真 D	8 月 28 日	認識消化不良
7 月 31 日	頸、腰背護理		

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