

## Health Promotion Activities (Chinese version only)

### 油麻地長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2023 年 11 月至 12 月)

#### 星期二 (下午 2 時 30 分)

| 日期        | 題目        | 日期        | 題目      |
|-----------|-----------|-----------|---------|
| 11 月 7 日  | 認識糖尿病     | 12 月 5 日  | 婦女健康行多步 |
| 11 月 14 日 | 認識流行性感冒   | 12 月 12 日 | 排便可以好輕鬆 |
| 11 月 21 日 | 精明使用長者醫療券 | 12 月 19 日 | 慎防跌倒    |
| 11 月 28 日 | 認識認知障礙症   | 12 月 26 日 | (公眾假期)  |

#### 星期三 (下午 2 時 30 分)

| 日期        | 題目         | 日期        | 題目     |
|-----------|------------|-----------|--------|
| 11 月 1 日  | 糖尿病患者的健康飲食 | 12 月 6 日  | 癌症小百科  |
| 11 月 8 日  | 骨質疏鬆症      | 12 月 13 日 | 認識消化不良 |
| 11 月 15 日 | 認識柏金遜病     | 12 月 20 日 | 認識大腸癌  |
| 11 月 22 日 | 痛風症        | 12 月 27 日 | 骨質疏鬆症  |
| 11 月 29 日 | 肥胖的疑惑      |           |        |

如欲參加講座，請致電預約: **2782 5577**

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

油麻地長者健康中心地址：

九龍油麻地炮台街 145 號油麻地賽馬會分科診所一字樓