

Health Promotion Activities (Chinese version only)

油麻地長者健康中心 -- 健康推廣活動 (2025 年 7 月至 8 月)

星期三 (下午 2 時 30 分)

日期	題目
7 月 2 日	足部平安

星期二 (下午 2 時 30 分)

日期	題目	日期	題目
7 月 8 日	退化性膝關節炎：護理及運動	8 月 5 日	預防肌肉流失
7 月 15 日	慎防跌倒	8 月 12 日	認識柏金遜病
7 月 22 日	退化性膝關節炎：日常生活篇	8 月 19 日	認識營養標籤
7 月 29 日	認識中暑	8 月 26 日	「郁」得健康

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