

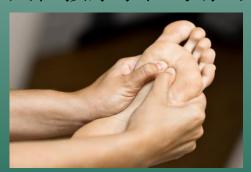


DIY中医穴位按摩-系列二

这系列的课程为您介绍常见 病症的中医保健穴位按摩。 学员将学习中医基本理论, 通过自我穴位按摩,中医药 膳,让您预防疾病,减轻不 适,以促进健康。

课程概况:

- 了解中医如何认识:老年便秘,腰背酸痛和小腿抽筋
- 学习上述常见病症的中 医药膳与食疗
- 穴位按摩示范与练习



日期和时间:

下午2.30pm - 4.00pm 8月14,21及28日2019 (星期三)

课程时长:每星期1.5小时,共3星期

收费: 无需付费

地点:

ComSA黄埔中心, 黄埔联络所3楼

查询详情,请拨 87330194

这个课程由活跃乐龄理事会,简称 C3A和华美培训学院联合赞助,所以 在您报名时需提供个人资料。谢谢。

关于修乐堂 (The Learning Room)

修乐堂提供个人指导和发展课程,以帮助大家掌握长寿的历程。它是丰盛乐龄社区(ComSA)的一部分。ComSA 寻求与居民共同创造一个充满活力,相互支持和健康的家园,让所有年龄层的人士都能获得长寿的好处。

作为曹氏基金会的第四个和最新的倡议,ComSA采用系统思维的途径,综合了各种医疗保健项目为整个社区提供全面性的服务,包括身心保健、社会服务和社区参与活动。

修乐堂,华美诊所(基础保健和护理协调服务),华美EPICC(看护体弱长者的整体健康的日间俱乐部)和社区参与项目,如SCOPE和SWING,都设在位于黄埔联络所的ComSA黄埔中心。有关曹氏基金会的更多信息,请参阅www.tsaofoundation.org。