



東區尤德夫人那打素醫院

癌症病人資源中心、華樂會合辦

活力詠春

據醫生建議，前列腺癌病人若果在治療前和治療後鍛練盆底肌肉力量，有助改善排尿時盆底肌肉的協同作用；而詠春這種傳統中國武術正是對於盆骨底肌肉訓練有莫大的裨益。在此活動中，將會有曾接受詠春訓練的前列腺癌過來人，指導及分享如何透過研習簡化的詠春來改善自己的身心健康和生活質素。

日期：逢星期一

時間：上午 10 時至 11 時 30 分

地點：本院東座一樓 癌症病人資源中心

對象：港島東醫院聯網 前列腺癌病人

導師：華樂會詠春朋輩分享員

費用：免費

報名及查詢：本院東座一樓 癌症病人資源中心

電話：2595 4165