

活動編號 #1423



香港復康會
The Hong Kong Society
for Rehabilitation
社區復康網絡
Community Rehabilitation Network



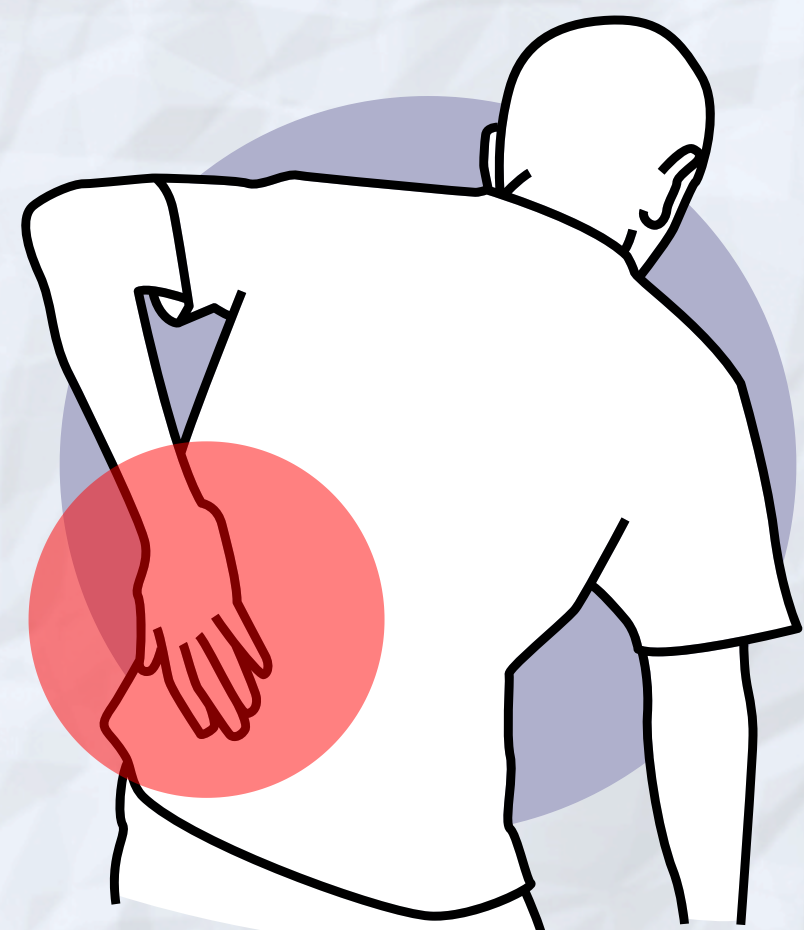
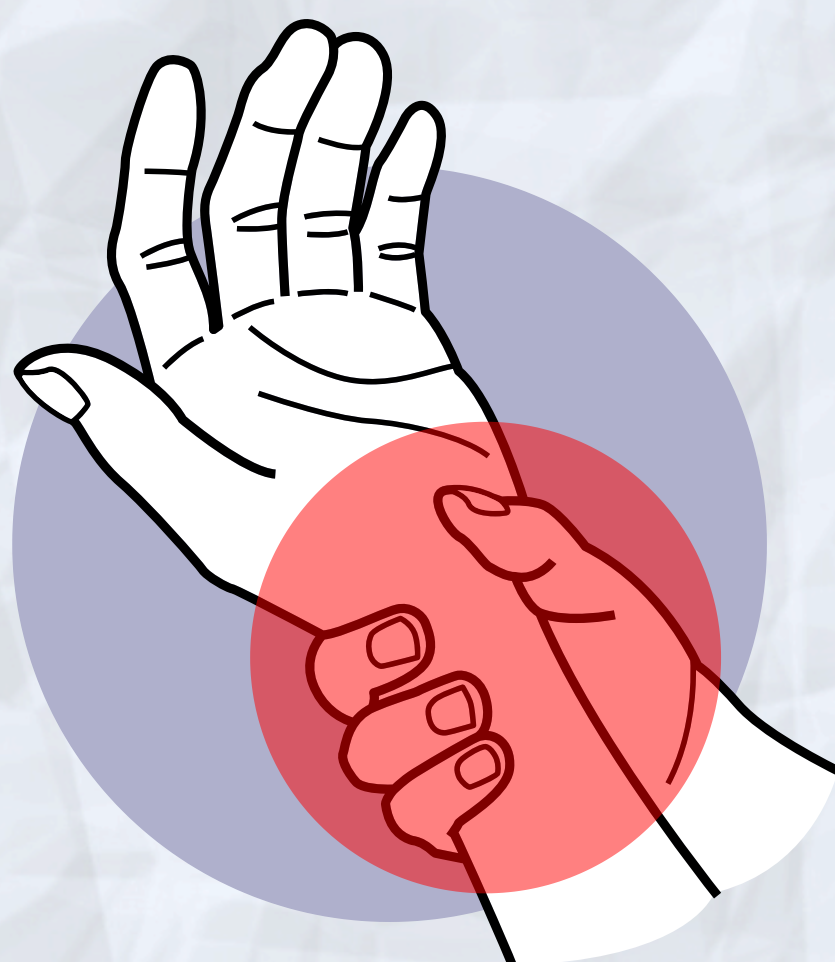
復康時刻傍住你



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

慢性痛症 自我管理課程

慢性疼痛自我管理課程 (CPSMP) 結合實證研究，教授痛症管理、健康生活方0式、壓力調適等技巧，提升患者自我管理能力與生活質量，並提供支持網絡交流機會。



日期

2026年6月1日 - 7月6日【7月1日除外】
(逢星期一 | 共6堂)

時間

下午2:00 - 下午4:30

地點

康山花園六座地下 (太古站E3出口)

費用

會員\$60 | 非會員\$90 | 綜援人士免費

對象

長期病患者
(面對痛症
人士)

*須評估

此活動只供長期病面對痛症之人士參與
參加即送《實踐健康生活》書籍，助你管理
長期痛症，持續應用

報名及查詢：2549 7744