

慢病自我管理 課程

——課程由美國史丹福大學醫學院開發



學習實用技巧，建立自信與行動力，跨越「知道」與「做到」，掌握健康自主。

Remarks:

- 須評估
- 會員\$60 | 非會員\$90 | 綜援免費
- 參加即送《實踐健康生活》書籍，助你管理長期病，持續應用

對象

長期病患者及家屬

11月18日 - 12月30日 (16/12除外)

【逢星期三，共6堂】

上午10:00 - 中午12:30

康山中心

(太古康山花園六座地下)

報名及查詢

2549 7744



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