

香港公共圖書館 「運動有方、身心健康」 專題講座

講者：顧耀輝醫生—腦神經科專科醫生

主題：運動創傷

內容：講者將教導如何避免在做運動時受傷，
以及處理運動創傷的方法。

日期：2015年4月11日（星期六）

時間：下午3時30分至5時

地點：沙田公共圖書館（推廣活動室）

名額：60個

報名：由3月27日（星期五）起接受親身或電話報名

查詢：2694 3788



主題：運動與健康

內容：講者將從醫學角度講解運動的好處，
說明運動如何影響人的身心健康。

日期：2015年5月2日（星期六）

時間：下午3時30分至5時

地點：馬鞍山公共圖書館（推廣活動室）

名額：40個

報名：由4月18日（星期六）起接受親身或電話報名

查詢：2630 1911



免費入場*座位有限*請向舉行活動圖書館報名





講者簡介：

顧耀輝醫生

顧耀輝先生為腦神經科專科醫生，同時是香港中文大學內外全科醫學士、英國皇家內科醫學院院士、香港內科醫學院院士、香港醫學專科學院院士（內科）。

顧醫生除專注其專科工作外，多年來亦十分關注公眾身心健康問題，不定期於《明報》、《蘋果日報》等報章撰寫文章，又曾向公眾主講健康及醫學常識講座，2013年就曾為香港公共圖書館主講三場《健康快樂在晚年》系列講座，希望以醫生的專業知識和角色幫助市民獲得健康的身心。