

2022 書展講座

出版總會文化專題講座

崔博士談 「熟齡保健之更年期護養」

主講
崔紹漢博士



嘉賓主持
錢佩卿小姐

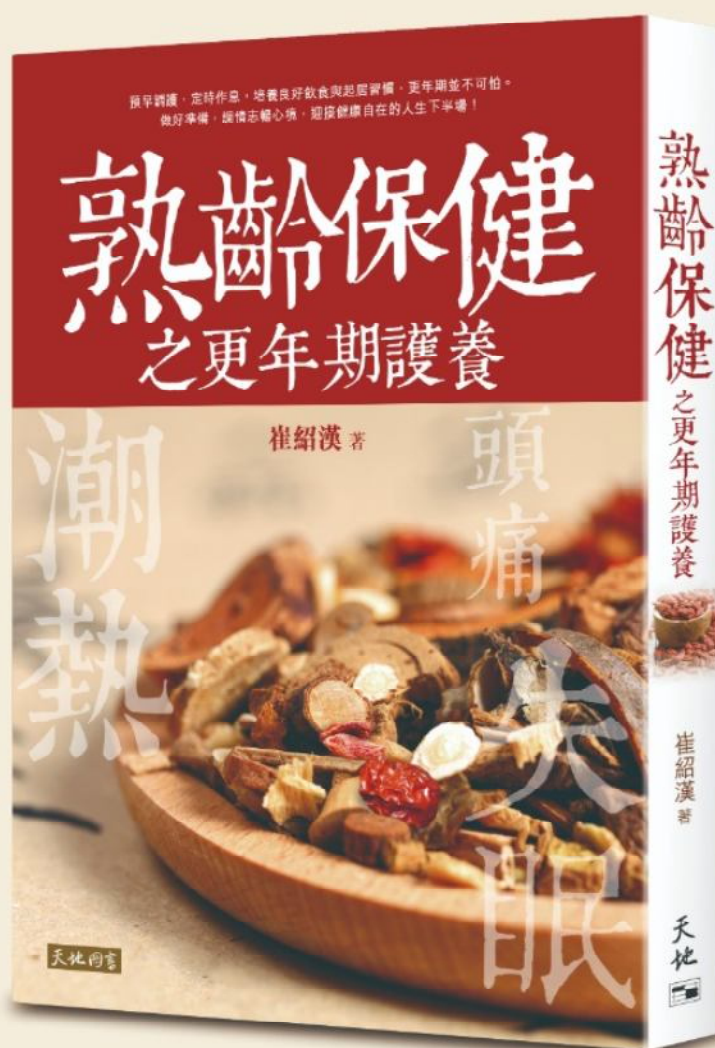


講座簡介

預早調護，定時作息，培養良好飲食與起居習慣，更年期並不可怕。做好準備，調情志暢心境，迎接健康自在的人生下半場！

男女都有更年期？更年期趨年輕化？脾氣暴躁難控制？逆齡回春有可能？

誠邀你一同破解更年期迷思，學懂實用保養秘訣！



日期 7月24日（星期日）
時間 5:15pm — 6:45pm
地點 會議室 S226（香港灣仔港灣道1號香港會議展覽中心舊翼）
網上報名 <https://hkbookfair.hktdc.com/tc/Events/Event-Schedule.html>