

房屋资讯短片

片名：「长者康健在屋邨 x 耆乐·起动」活力操 简介

荧幕盖字

房屋委员会联同卫生署
向大家推介「耆乐·起动」短片系列
当中有七套家居运动
运动由物理治疗师设计
可以改善身体状况
让我们一齐起动！

想跟住学？请留意在升降机大堂张贴的海报，用手机
「扫一扫」上面的二维码，就可足本观看。喺屋企都可以做运动！