

房屋資訊短片

片名：「長者康健在屋邨 x 耆樂·起動」活力操 簡介

熒幕蓋字

房屋委員會聯同衛生署
向大家推介「耆樂·起動」短片系列
當中有七套家居運動
運動由物理治療師設計
可以改善身體狀況
讓我們一齊起動！

想跟住學？請留意在升降機大堂張貼的海報，用手機
「掃一掃」上面的二維碼，就可足本觀看。喺屋企都可以做運動！