



# 香港都會大學長者學苑 「長青活學計劃」

2025年5月學期報名開始日期

## 荔景校園

網上/親身報名學額平均分配

1) 網上報名：3月3日(下午2:30)

學員可預先於系統建立個人帳戶以便報名。

2) 首兩天親身到地下登記處報名：3月4-5日(早上9:00-11:30)

早上8:45開始在地下等候區派籌，然後依次序就座及報名。

3) 第三天或之後親身到4樓辦事處報名：3月6日  
(早上9:00-中午12:00 及下午2:00-5:00)

## 協辦機構

1) 網上報名(適用於機構A003)：3月3日(下午2:30)

2) 親身到協辦機構報名：3月3日

2025年5月學期  
課程資料

截止日期  
2025年4月3日

## 課程簡介會

歡迎有興趣報讀人士出席課程簡介會，了解計劃詳情

### 第一場

日期：2025年3月12日(星期三)

時間：下午4:00-5:00

地點：葵興校園8樓K824室

報名辦法：致電2915 2380(按2-0)登記

### 第二場

日期：2025年3月19日(星期三)

時間：上午11:30-12:30

地點：九龍城龍崗道40號

協辦機構：基石進修中心(A003)

報名辦法：致電2382 1202/2382 3154登記

### 查詢

☎ 2915 2380(按2-0)

📄 2242 0890

✉ ELDERACADEMY@HKMU.EDU.HK

🌐 WWW.HKMU.EDU.HK/LIPACE/ELDERACADEMY

### 索取課程資料

- 荔景校園 - 新界葵涌荔景山路201-203 號 (荔景港鐵站A1 出口對面)
- 葵興校園 - 新界葵涌葵昌路51-53 號九龍貿易中心第2 座11 樓 (葵興港鐵站E 出口)
- 各協辦機構



由香港都會大學李嘉誠專業進修學院負責營運的「長者學苑」於勞工及福利局和安老事務委員會的支持下於2009年成立，以響應香港特區政府提升長者生活質素的政策方向，為長者提供持續進修的機會、發揚積極樂頤年的精神和老有所為的理念，持續為年滿六十歲以上長者提供靈活彈性及多元化的課程。除了提供旁聽課程讓長者與大學生一起跨代學習外，還有超過60門特別以長者日常生活需要以及興趣作為出發點設計的「長青活學計劃」課程，涵蓋語言、文化、藝術、科技、健康等範疇，深受學員歡迎。承蒙「BCT跨躍學院」的支持，每位個人流動資產總值不高於港幣\$500,000的都大長者學苑學員，可獲多達十科學費資助，讓長者輕鬆快活學習。「長者學苑」定期開辦以下三類課程，詳情如下：

① 「長青活學計劃」課程：

每年 1 月及 5 月開課

② 旁聽遙距學分課程：

每年 1 月及 9 月開課

支持機構：



支持機構：



③ 旁聽面授學分課程：

每年 1 月及 9 月開課

## 課程對象

凡年滿 60 歲或以上之香港居民，不論性別、學歷及背景，均可優先報讀。如有剩餘學額，可供55-59歲之香港居民報讀。

## 課程評核

◆ 「長青活學計劃」課程

為讓學員能愉快學習，課程不設任何測驗或考試，評核按個別科目需要，以習作、個案研討、實地考察、工作報告或書寫報告等形式進行，並由科目導師給予意見及批核。課程評級可分為：

課程評級	標準	獲取積分
A	卓越	3
B	滿意	
U	未達標	-

## 課程特色

◆ 學習模式靈活彈性

◆ 「長青活學計劃」課程

- 專為長者而設，切合長者日常生活和學習的需要
- 開辦多門短期面授學習科目，內容涵蓋健康管理、個人理財、藝術與文化、人際關係、個人生活管理、電腦與資訊科技、科學與科技和語文運用八大範疇

◆ 旁聽面授 / 遙距學分課程

- 鼓勵長者與年輕學生一起學習，促進長幼共融
- 當中包括多門大學學位程度的學科，為期一學期或一學年

\*\*\*每學員每科最多可獲 5 個積分，重修已獲評核為達標之科目將不獲積分。出席率達七成或以上，將額外獲得2個積分。

### 課堂安排

為期約 3 個月，每堂為 2 小時 15 分鐘，共 10 堂 (除特別註明)

### 旁聽面授 / 遙距學分課程

旁聽學分課程均不設任何評核、學分或積分計劃。惟出席率達 70% 之旁聽學分課程之學員，可申請有關科目之結業證明。





## 學費

- ◆ 「長青活學計劃」課程  
全額學費：每科港幣 \$450
- ◆ 旁聽遙距學分課程  
1 學期課程：每科港幣 \$450  
1 學年課程：每科港幣 \$900
- ◆ 旁聽面授學分課程  
1 學期課程：每科港幣 \$450

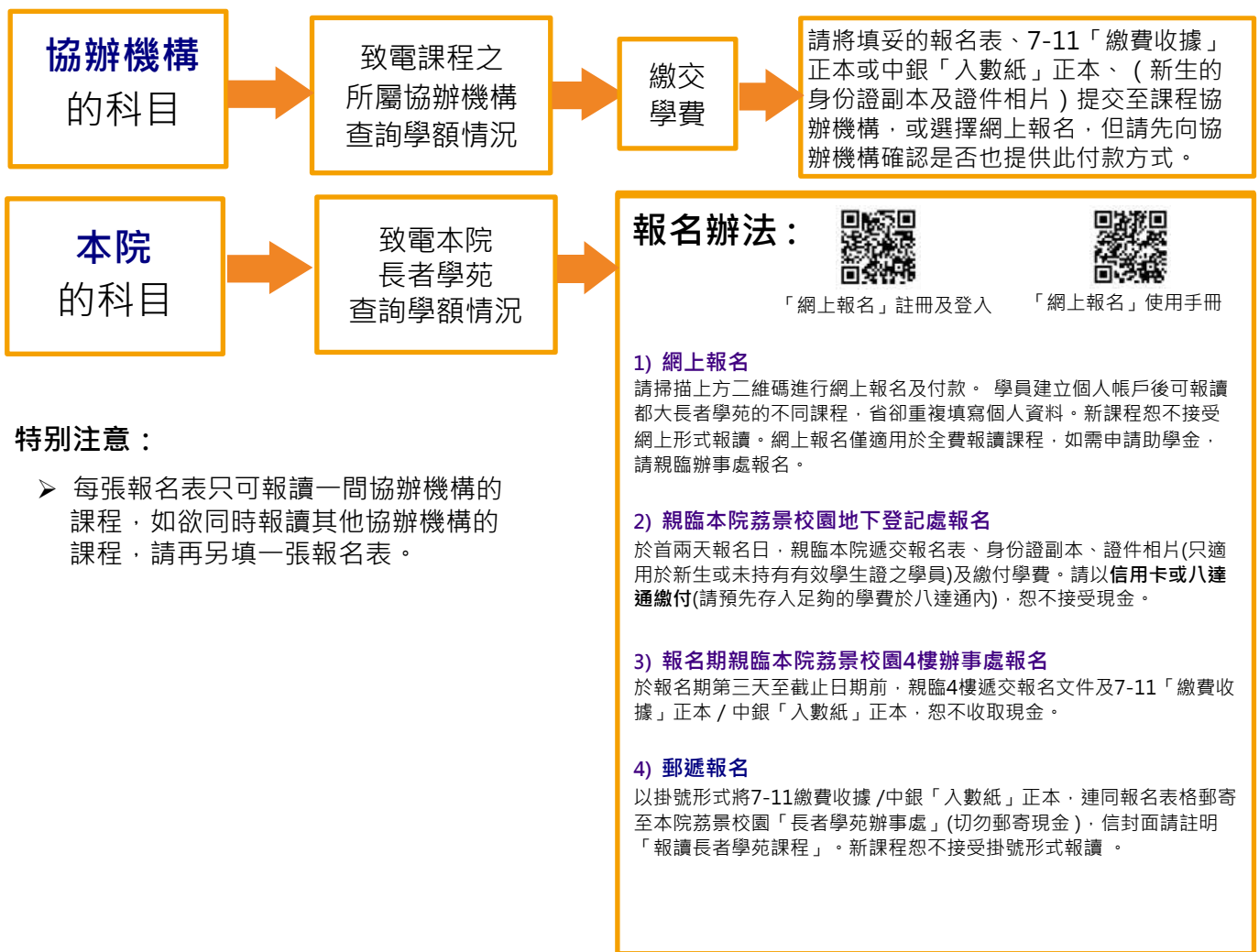
支持機構:



### 助學金資助

承蒙 BCT 銀聯集團的「BCT 跨躍學院」支持，每位符合資格的「長青活學計劃」課程學員，即其個人流動資產總值不高於港幣 \$500,000，可於每一學期申請一科助學金資助，終身可獲最多十科資助（即合共港幣 \$2,500）。成功獲資助後的學費將為每科港幣 \$200。資助名額有限，如申請人數過多，或將以電腦抽籤決定。香港都會大學有權作出最終審批及分配助學金的決定。

## 報名程序



### 特別注意：

- 每張報名表只可報讀一間協辦機構的課程，如欲同時報讀其他協辦機構的課程，請再另填一張報名表。

### 7-11或中銀繳費方法

- 1) 前往 7-11 便利店使用二維碼（見右方）以現金繳費；或前往「中國銀行（香港）有限公司」，於櫃位存入足額學費予「香港都會大學」戶口（賬號 012-811-0-000009-5）。
- 2) 請在 7-11「繳費收據」正本（只接受中文版）或中銀「入數紙」正本正面備註學生姓名、身份證號碼、報讀科目名稱及編號。
- 3) 請保持「繳費收據」正本編號、金額及日期等資料清晰可辨認。一切因收據未能辨認或遺失而造成的損失，須由學員自行承擔。收據正本可能因保管不當或保存時間過長而變得難以辨認，請預先影印清晰副本以作記錄（副本及英文收據正本只適用於必要時作參考，不可作為繳費證明）。



全額學費  
每科港幣 450 元



獲助學金資助後學費  
每科港幣 200 元



# 目錄

	頁數
(甲) 「長青活學計劃」學員須知	2
(乙) 各區協辦機構中心上課時間表	3
(丙) 香港都會大學葵興校園上課時間表	7
(丁) 各科目課程大綱(學習單元)一覽	10

## (甲)「長青活學計劃」學員須知

香港都會大學「長者學苑」由李嘉誠專業進修學院負責營運，並提供三類課程，分別是「長青活學計劃」、旁聽面授及旁聽遙距學分課程。學員於報讀「長青活學計劃」課程前，敬請細閱以下事項：

### 學費及學員資料處理

1. 所有費用一經繳交，除因本院／協辦機構取消課程外，否則恕不退還。倘若學員以個別理由(包括：家事、返新工、轉工、公幹或其他公務、旅遊、與其他科目／班別之上課時間出現重疊、上課地點／導師安排未如理想、未能配合大學校園出入管制措施或協辦機構的場所出入及使用規則、課程延期或更改上課模式等)而要求退款，一般情況下將不予以考慮。本院／協辦機構保留更改課程／科目安排(包括但不限於上課日期、時間、地點、任教導師、細則及內容等)的權利，而無需事前或另行通知，已報讀之課程學費及學位亦不可轉讓他人。
2. 學員如因個別理由或於網上報名時所作出的選項有誤而要求轉班／轉科／轉課程／轉上課地點，必須於在開課前 2 星期將填妥之「課程事項申請表」(可於本院「長者學苑」網頁下載)連同行政費用港幣\$100 交回本院葵興或荔景校園辦事處，逾期申請概不受理。惟學員因健康問題，如須進行手術／住院等申請退款，必須於申請時一併遞交醫生證明書，並於手術／出院後遞交手術完成或相關之證明文件。不論申請批核與否，所有費用一經繳交，概不退還。
3. 由於新課程名額有限，每位遞交報名表之人士每次只可遞交一份報名表；如欲遞交多於一份報名表，必須再次重新排隊輪候，以示公允。新課程恕不接受郵寄掛號形式報名。
4. 所有報讀課程呈交的文件／資料／相片不論是否成功開辦，將不獲發還，本院將根據學院相關指引予以保密處理。

### 惡劣天氣安排、課堂守則及秩序

5. 有關惡劣天氣安排、課堂守則及秩序、課室／座位編排等事宜，將由協辦機構按其專業守則處理。如有疑問，請自行向相關協辦機構查詢。至於葵興校園的惡劣天氣安排，請參照都會大學網址 <https://www.hkmu.edu.hk/lipace/tc/support-enquiries/adverse-weather-arrangements/>
6. 學員如有特別學習需要(如視力／聽力不佳需較前座位)，請於第一節課堂前自行向相關協辦機構查詢可否作出特別安排。

### 成績評核／繳交作業安排

7. 學員須於修讀學期內完成指定的作業，評分將以 100 分為滿分，達 50 分或以上，可獲 3 個積分。學員必須按照協辦機構／導師指示，於限期前繳交作業(一般為最後第二節課堂或之前繳交作業，以便導師於學期完結前退還)。倘若需要延期繳交作業，請自行預先向有關協辦機構／導師提出申請，經雙方協議方可作出特別安排；逾期繳交作業之安排，將由協辦機構自行處理。
8. 凡學員符合指定出席率(面授課程為 70%；網上學習課程之專題及總結講座為 100%)，可多獲 2 個積分，即共獲 5 個積分。
9. 學員重複修讀同一課程，本院將以該課程之第一次合格積分(3 分或以上)為成績評核標準；如對成績之評審結果有任何異議，可於成績公佈(以學業成績表發出日期計算)後 30 日內，以書面形式連同有關證明文件向本院提出覆核。逾時申請，恕不受理。

### 課程意見

10. 「長青活學計劃」重視學員的寶貴意見。如對本計劃／課程／協辦機構有任何建議，請直接與本院職員聯絡。
11. 根據本院處理投訴指引，無論電話、書面或親身投訴，投訴人必須提供真實姓名、確實身份(學生證編號)及明確的聯絡方法。如投訴人未能或拒絕提供上述個人資料，以致本院無法查證投訴事項，均會視作匿名投訴，本院將不會就匿名投訴作出正式回覆。

# 香港都會大學長者學苑 2025 年 5 月學期

## 《長青活學計劃》課程一覽表

(課程如有任何更新，則以網上更新版本為準：[www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy](http://www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy) 相關機構亦會通知有關學員)

溫馨提示：部份機構加設  
網上報名，請致電機構查詢

### (乙) 各區協辦機構中心上課時間表

#### ~~面授課程~~

- 香港島 1 協辦機構： 佛教何潘月屏長者文化服務中心 (班別： A002)  
報名地點： 香港銅鑼灣耀華街 21 號華耀商業大廈一字樓  
上課地點： (同上)  
查詢電話： 2574 8896

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1029CP	智能手機及流動通訊產品應用(一)*更新版	14/05 – 16/07 (逢星期三) (假期休課：無)	上午 9:15- 上午 11:30
AELP1036CP	隸書課程《曹全碑》	17/05 – 26/07 (逢星期六) (假期休課：31/05)	上午 9:30- 上午 11:45
AELP1042CP	西洋畫初階：素描	16/05 – 18/07 (逢星期五) (假期休課：無)	下午 2:15- 下午 4:30
AELP1043CP	行書課程《蘭亭序》	12/05 – 14/07 (逢星期一) (假期休課：無)	下午 2:30- 下午 4:45
AELP1045CP	楷書課程《多寶塔》	14/05 – 16/07 (逢星期三) (假期休課：無)	下午 2:30- 下午 4:45
AELP1047CP	實踐退休之樂	16/05 – 18/07 (逢星期五) (假期休課：無)	上午 9:30- 上午 11:45
AELP1067CP	中國水墨畫初階：小寫意	14/05 – 16/07 (逢星期三) (假期休課：無)	中午 12:00- 下午 2:15
AELP1074CP	彩色素描	13/05 – 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	下午 2:15- 下午 4:30
AELP1074CP	彩色素描	15/05 – 17/07 (逢星期四) (假期休課：無)	上午 10:45- 下午 1:00

# 智能手機課程一般以 android 示範授課為主，建議報名前先向機構了解詳情。  
今期報名時間由 3 月 3 日下午 2 時開始。中心開放時間為星期一至星期六，上午 9 時到下午 5 時。

- 香港島 2 協辦機構：黃李碧聰長者 IT 中心 (班別：A007)  
 報名地點：灣仔駱克道 68-70 號偉信商業大廈 3 樓  
 上課地點：(同上)  
 查詢電話：31732525/31732526

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1041CP	行書課程《集字聖教序》	15/05 – 10/07 (逢星期四) (假期休課：無)	下午2:15-下午4:45
AELP1074CP	彩色素描	12/05 – 07/07 (逢星期一) (假期休課：無)	上午10:30-下午1:00
AELP1055CP	手機攝影初階	13/05 – 15/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	上午10:30-下午1:00
AELP1063CP	智能手機及流動通訊產品應用(二)*更新版	14/05 – 09/07 (逢星期三) (假期休課：無)	下午2:15-下午4:45

# 智能手機課程一般以 android 示範授課為主，建議報名前先向機構了解詳情

- 香港島 3 協辦機構：香港仔坊會教育服務持續及成人進修社區學院 (班別：A041)  
 報名地點：香港仔舊大街 64-70 號海洋大廈地下及閣樓  
 上課地點：(同上)  
 查詢電話：25180978

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1018CP	基本普通話(一)	15/05 – 17/06 (逢星期二、四) (假期休課：無)	下午4:45-下午7:15
AELP1055CP	手機攝影初階	14/05 – 09/07 (逢星期三) (假期休課：無)	上午10:00-下午12:30
AELP1063CP	智能手機及流動通訊產品應用(二)*更新版	14/05 – 09/07 (逢星期三) (假期休課：無)	下午2:30-下午5:00

# 智能手機課程一般以 android 示範授課為主，建議報名前先向機構了解詳情



- 九龍西 4 協辦機構： 九龍城基督徒會 基石進修中心 (班別：A003)  
 報名地點： 九龍城龍崗道 40 號 (港鐵宋皇臺站 B3 出口)  
 上課地點： (同上)  
 查詢電話： 2382 1202 / 2382 3154

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1036CP	隸書課程《曹全碑》	13/05 – 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	下午2:00- 下午4:15
AELP1044CP	篆隸書課程《張遷碑》	14/05 – 16/07 (逢星期三) (假期休課：無)	下午2:00- 下午4:15
AELP1061CP	常用中藥認識 (二)	15/05 – 17/07 (逢星期四) (假期休課：無)	上午10:30- 中午12:45
AELP1070CP	楷書課程《膽巴碑》	12/05 – 14/07 (逢星期一) (假期休課：無)	下午2:00- 下午4:15

- 九龍西 5 協辦機構： 香港亞洲歸主協會維港灣長者會所 (班別：A044)  
 大角咀海輝道 11 號奧海城一期政府服務中心高層地下  
 報名地點： 層地下  
 上課地點： 大角咀櫻桃街 38 號海桃灣西九匯地下 G07 舖  
 查詢電話： 29284008

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1035CP	楷書課程《勤禮碑》	13/05 – 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	上午10:30- 中午12:45
AELP1063CP	智能手機及流動通訊產品應用 (二)*更新版	13/05 – 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	下午2:00- 下午4:15

# 智能手機課程一般以 android 示範授課為主，建議報名前先向機構了解詳情

- 新界東 6 協辦機構： 救世軍大埔長者社區服務中心 (班別： A015)  
 報名地點： 大埔鄉事會街 2 號大埔社區中心 2 樓  
 上課地點： 大埔鄉事會街 2 號大埔社區中心 3 樓  
 查詢電話： 26536811

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1003CP	實用中醫養生食療	14/05 – 16/07 (逢星期三) (假期休課：無)	上午10:45- 下午1:00

- 新界東 7 協辦機構： 基督教香港信義會善學慈善基金關宜卿愉翠長者鄰舍中心 (班別： A027)  
 報名地點： 沙田第一城 42 座(得寶街 1 號地下)  
 上課地點： 同上  
 查詢電話： 36925078

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1042CP	西洋畫初階：素描	03/06 – 12/08 (逢星期二) (假期休課：01/07)	上午10:15- 中午12:30

- 離島 8 協辦機構： 鍾錫熙長洲安老院有限公司溫浩根長者鄰舍中心 (班別： A042)  
 報名地點： 香港長洲北社新村 138 號  
 上課地點： (同上)  
 查詢電話： 29818555

科目編號	科目名稱	上課日期	上課時間
AELP1063CP	智能手機及流動通訊產品應用 (二)*更新版	14/05 – 16/07 (逢星期三) (假期休課：無)	下午2:30- 下午4:45

# 智能手機課程一般以 android 示範授課為主，建議報名前先向機構了解詳情

- ◆ 成功報讀各種書法、繪本、剪紙設計及畫班的學員須另行自備課堂用品在上課時使用，學員可到各大文儀用品店自行購買或向所報讀之機構查詢後再購買。成功報讀有關課程的學員亦會於開課前一星期收到有關所需自備課堂用品之 SMS 手機短訊通知與用品清單。

## (丙) 都會大學葵興校園上課時間表

網上及親身報名名額均分  
各科目名額有限·先到先得

### ~~面授課程~~

#### ➤ 葵興校園(班別: B) \*

- 報名地點：香港新界葵涌荔景山路 201-203 號 (地下報名處) / 網上報名
- 上課地點：香港新界葵涌葵昌路 51 - 53 號九龍貿易中心第 2 座 8 -11 樓
- 電話：2915 2380 (按 2)

# 部分課堂可能改為至其它課室進行，敬請留意學苑發出之 SMS 通知。

科目編號	科目名稱	(網上報名參考用) 班別編號	上課日期	上課時間
AELP1070CP	楷書課程 《膽巴碑》 *張景蘇老師榮休加大班*	YR2025/May/ CLASS B	12/05 - 14/07 (逢星期一) (假期休課：無)	上午9:30 - 上午11:45
AELP1020CP	中級普通話(一)	YR2025/May/ CLASS B	12/05 - 14/07 (逢星期一) (假期休課：無)	下午2:15 - 下午4:30
AELP1075CP	中醫運動療法之易筋 經(一) *新課程*	YR2025/May/ CLASS B	13/05 - 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	上午9:00 - 上午11:15
AELP1039CP	痛症認知入門 (二)	YR2025/May/ CLASS B	13/05 - 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	中午12:30 - 下午2:45
AELP1053CP	中醫藥常識進階	YR2025/May/ CLASS B	13/05 - 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	下午3:00 - 下午5:15
AELP1011CP	說話的藝術與技巧	YR2025/May/ CLASS B	13/05 - 22/07 (逢星期二) (假期休課：01/07)	下午2:15 - 下午4:30
AELP1073CP	解鎖創意智慧	YR2025/May/ CLASS B	15/05 - 24/07 (逢星期四) (假期休課：19/06)	上午9:30 - 上午11:45
AELP1067CP	中國水墨畫初階: 小寫 意	YR2025/May/ CLASS B01	15/05 - 17/07 (逢星期四) (假期休課：無)	下午1:00 - 下午3:15
AELP1067CP	中國水墨畫初階: 小寫 意	YR2025/May/ CLASS B02	15/05 - 17/07 (逢星期四) (假期休課：無)	下午3:15 - 下午5:30
AELP1001CP	長者健康飲食	YR2025/May/ CLASS B	16/05 - 18/07 (逢星期五) (假期休課：無)	下午1:45 - 下午4:00

AELP1067CP	中國水墨畫初階: 小寫意	YR2025/May/ CLASS B03	17/05 – 26/07 (逢星期六) (假期休課：31/05)	上午10:00 – 中午12:15
AELP1074CP	彩色素描	YR2025/May/ CLASS B	17/05 – 26/07 (逢星期六) (假期休課：31/05)	中午12:30 – 下午14:45

- ◆ 為方便已報讀葵興校園課程(葵興班)的學員接收最新上課通知及課堂消息，本苑學員將於開課前一星期收到手機短訊(SMS)通知，邀請加入該班組之 **WhatsApp 群組 [公告欄]** 以接收最新消息 (群組不設聊天功能)。請已報讀之學員留意手機短訊。
- ◆ 葵興校園課程報名名額：本學期之「網上報名」及「親身報名」之各班名額均分（即一半為「網上報名」、一半為「親身報名」）。
- ◆ 由於新課程名額有限，親身遞交表格報名「新課程」之人士每人每次只可遞交一份報名表；如欲遞交多於一份報讀新課程的報名表，必須再次重新排隊輪候，以示公允。新課程恕不接受郵寄掛號報名。（「新課程」之科目以「\*」標示）
  - 至於其它原有課程(未有標示「\*」之科目)，則每人每次可遞交最多兩份(另一學員)的報名表，如欲遞交多於兩份報名表，必須再次重新排隊輪候。
- ◆ 成功報讀各種書法、繪本、剪紙設計及畫班的學員須另行自備課堂用品在上課時使用，學員可到各大文儀用品店自行購買或向所報讀之機構查詢後再購買。成功報讀有關課程的學員亦會於開課前一星期收到有關所需自備課堂用品之手機短訊(SMS)通知與用。





## ~~香港都會大學旁聽遙距課程~~

- 香港都會大學旁聽課程於每年 1 月及 9 月學期提供

## ~~ LiPACE 大專旁聽面授課程~~

- LiPACE 大專旁聽課程於每年 1 月及 9 月學期提供

備註: 有關大學/大專旁聽課程

- 旁聽課程並不屬於「長青活學計劃」內之課程。旁聽課程屬「旁聽」性質，並非正式修讀任何大學或大專課程。
- BCT 助學金資助適用於旁聽課程。
- 旁聽課程均不設任何考試評核或證書、學分或積分計劃、亦不設功課評核或批改。
- 每學期開辦之旁聽課程科目皆不同，有關課程資料將於報名日前網上公佈，詳情請瀏覽本苑網站

[www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy/auditing](http://www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy/auditing)



↑旁聽課程資訊

# (丁)各科目課程大綱(學習單元)一覽

## 香港都會大學長者學苑 2025 年 5 月學期長青活學計劃課程(面授)大綱

### AELP1001CP 長者健康飲食

健康飲食概念  
營養素(一) — 主要營養素  
營養素(二) — 微量營養素  
長者常見飲食問題  
飲食謬誤及陷阱  
不良飲食習慣與都市病的關係(一)  
不良飲食習慣與都市病的關係(二)  
認識保健食品  
食物衛生  
日常健康飲食之實踐

### AELP1003CP 實用中醫養生食療

中醫養生及食療概論  
食療養生學  
飲食新理念  
食物的性味  
食療的應用  
食療藥膳的製作

### AELP1011CP 說話的藝術與技巧

簡介說話的藝術及技巧  
初次見面的說話藝術  
社交聚會時的說話藝術  
說笑的藝術  
讚美的藝術  
說服的藝術  
提出不同意見的藝術  
安慰的藝術  
與摯愛親朋的說話藝術(一)

### AELP1018CP 基本普通話(一)

認識新朋友  
問候  
打電話  
問路  
約見  
拜訪  
談天氣  
上飯館  
香港的交通  
百貨公司

### AELP1020CP 中級普通話(一)

普通話和廣東話  
居住  
香港的回憶

銀行和投資

上網

環境保護

香港的節假日

### AELP1029CP 智能手機及流動通訊產品應用(一)

基礎功能篇  
漫遊數據篇  
通訊軟件篇  
程式管理篇  
程式應用篇之電子支付初階  
程式應用篇之出門必備 App  
程式應用篇之美食指南 App  
程式應用篇之政府服務 App  
程式應用篇之淺談人工智能  
程式應用篇之防騙視伏 App

### AELP1035CP 楷書課程《勤禮碑》

中國書法藝術簡介  
顏真卿《勤禮碑》楷書臨習  
楷書基本筆劃  
楷書字型結構  
楷書作品章法  
顏真卿書法賞析

### AELP1036CP 隸書課程《曹全碑》

書法基本筆法、筆力及體勢  
篆書技法  
隸書的概說及變化  
隸書的基本筆劃  
隸書的結構和章法  
書法家 - 顏真卿、趙孟頫

### AELP1039CP 痛症認知入門(二)

中醫學基礎常識  
痛症的常見分型及其病因病機  
一般的解剖學知識，並輔以 X 光片介紹  
運動系統疼痛的初步檢查方法(頸椎、肩背、肘關節、腰腿痛、膝關節等)  
痛症的治療介紹  
中醫學治療痛症的認識  
簡易推拿手法  
痛症的預防

### AELP1041CP 行書課程《集字聖教序》

中國書法藝術簡介  
行書的認識《集字聖教序》

行書的基礎筆劃和運筆法  
行書部首和偏旁的寫法  
行書的結構運用  
行書的傳承與創新  
行書《集字聖教序》的賞析

#### AELP1042CP 西洋畫初階：素描

西洋畫淺說  
黑白素描的畫法  
光與暗的認識  
由平面到立體的畫法  
靜物的畫法  
風景的畫法  
黑白素描創作和賞析

#### AELP1043CP 行書課程《蘭亭序》

臨習中國第一行書《蘭亭序》  
結構與運筆法  
《蘭亭序》書寫的章法  
集字、集句  
行書的賞析

#### AELP1044CP 篆隸書課程《張遷碑》

篆、隸書法源流  
篆書基本筆法和結構練習  
隸書基本筆法  
隸書結構和書寫章法  
隸書臨摹和創作  
篆隸的賞析

#### AELP1045CP 楷書課程《多寶塔》

中國書法藝術簡介  
顏真卿《多寶塔》楷書臨習  
楷書基本筆劃  
楷書字型結構  
楷書作品章法  
顏真卿書法賞析

#### AELP1047CP 實踐退休之樂

退休七十二變  
財來自方  
退隱江湖樂趣不減  
保健知識保平安  
飲食得宜添滋味  
寶刀未老靠運動  
樂活連年「心」不老

#### AELP1053CP 中醫藥常識進階

中醫學理論體系的形成和發展  
中醫學的哲學基礎  
臟象、生命活動與五臟調節  
精、氣、血、津液的關係  
經絡的概念、系統和應用  
體質的基本概念

病因  
病機  
養生與防治緒論

#### AELP1055CP 手機攝影初階

手機攝影介紹  
手機攝影基本知識  
手機攝影基本技巧  
街景及人物攝影  
儲存及編輯影像  
分享影像及總結

#### AELP1061CP 常用中藥認識(二)

行氣藥  
消食藥  
止血藥  
活血化瘀藥  
化痰止咳平喘藥  
安神藥  
平肝藥  
開竅藥  
補虛藥  
收澀藥  
其它藥

#### AELP1063CP 智能手機及流動通訊產品應用(二)

電子支付篇之 PayMe  
電子支付篇之 AlipayHK  
電子支付篇之 WeChat Pay HK  
網上購物篇之 HKTVmall  
網上購物篇之淘寶  
內地旅遊必備 App  
健康管理篇  
人工智能篇  
防騙視伏 App

#### AELP1067CP 中國水墨畫初階：小寫意

介紹文房工具及水墨畫的發展  
寫意畫的介紹和設色的掌握  
寫意水墨花卉  
基礎寫意水墨花鳥蟲魚  
寫意山水畫介紹及基礎  
山水畫設包及渲染  
中國水墨畫的落款、印章與裝裱

#### AELP1070CP 楷書課程《膽巴碑》

書法執筆和姿勢  
書法運腕和用筆  
膽巴碑背景  
膽巴碑原文及簡介  
《膽巴碑》楷書臨習

#### AELP1073CP 解鎖創意智慧

認識左腦邏輯右腦創意  
啟動創意思維的潛力量

激發創意思維的秘訣與技巧  
結合左右腦提升認知功能  
培養靈活思維減少柏金遜症和阿茲海默症的風險

---

**AELP1074CP 彩色素描**

---

簡介三原色的分類  
教授顏色屬性  
深入講解色環  
教授乾性物料木顏色繪畫運用  
介紹及教導油粉彩基礎  
介紹及教導乾粉彩基礎

---

**AELP1075CP 中醫運動療法之易筋經(一)\*新課程**

---

易筋經概述  
易筋經與中醫的運動療法概念  
易筋經的基本動作介紹  
易筋經的生理與心理效益  
易筋經與運動的配合



# 香港都會大學長者學苑 課程報名表(2025年5月學期)

請貼上彩色證件相片

(1吋x1.5吋)

(只適用於**新生** /

**未持有有效**

學生證之學員)

(若未有提交相片,恕不  
獲發學生證)

**甲) 個人資料(請按香港身份證所示填寫) <首次報讀之新生須提交香港身份證副本乙張>**

英文姓名 : \_\_\_\_\_

中文姓名 : \_\_\_\_\_ 性別 : 男 / 女\* 刪去不適用者

出生日期 : \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 香港身份證號碼 : \_\_\_\_\_ ( ) \_\_\_\_\_

學生證號碼(舊生適用) : \_\_\_\_\_ 教育程度 :  小學或以下  初中  高中  大專或以上  專業資格

必須以**英文正楷填寫通訊地址**,以確保郵件能順利派遞  曾經 / 現時為 BCT 銀聯集團的客戶成員

通訊地址 : 室 \_\_\_\_\_ 樓 \_\_\_\_\_ 座 \_\_\_\_\_

屋苑 / 大廈 \_\_\_\_\_

街道 \_\_\_\_\_

地區 \_\_\_\_\_  香港  九龍  新界

住宅電話 \_\_\_\_\_ 流動電話 \_\_\_\_\_

電子郵箱 \_\_\_\_\_

### 同意使用個人資料

大學擬把你的個人資料(即你的姓名、員工/學生/校友聯網卡號碼、聯絡資料及其他相關資料)作為推廣教育及培訓課程、活動以及服務事宜之用,推廣項目包括(但不限於)獎項、獎學金、助學金、資助金、貸款、銀行/保險/信用卡、折扣、福利、優惠、籌款、慶祝活動、講座、會議、研討會及刊物。但大學在未得到你的同意之前,不會如此使用該等資料。在任何情況下,大學不會將你的個人資料交予第三者作為直接促銷之用。

請在方格內加上「✓」以表示你同意。

我同意大學如此使用我的個人資料,以發放關於大學推廣教育及培訓課程、活動及服務事宜之用。

如以後不欲收取本大學的推廣資訊,請以電郵通知我們(郵址: dpo2@hkmu.edu.hk),請提供你的姓名(全名)、員工/學生/校友聯網卡號碼及聯絡方法等資料。這項安排不會收取費用。如有查詢,請以電郵 dpo2@hkmu.edu.hk 與香港都會大學保障資料主任聯絡。

\_\_\_\_\_ 申請人簽署

\_\_\_\_\_ 日期

**乙) 課程選擇** (課程資料可參考附件 - 「課程時間一覽表」) 請在  加上「✓」以表示報讀課程類別

「長青活學計劃」(每科港幣\$450) #  旁聽遙距學分課程(每科每學期港幣\$450)  旁聽面授學分課程(每科每學期港幣\$450)

		課程編號							課程名稱	班別	學費#
1	A E L P										
2	A E L P										
3	A E L P										
									共報讀 _____ 科, 合共學費港幣\$ _____		

# : 承蒙 BCT 銀聯集團的「BCT 跨躍學院」贊助,凡符合資格的「長青活學計劃」學員(見丙部),可申請助學金資助。

**丙) 助學金申請 (只適用於申請「長青活學計劃」助學金之學員,並請在以下適當位置簽署聲明)**

申請助學金條款如下:

1. 個人流動資產(如現金、銀行存款、股票等) 總值**必須不高於港幣\$500,000**。
2. 每位學員每期可申請**一科**助學金資助,終身可獲最多**十科**資助。成功獲資助後的學費為每科港幣\$200。
3. 資助名額有限,如申請人數過多,或將以電腦抽籤決定。香港都會大學有權作出最終審批和分配助學金的決定。

謹以至誠鄭重聲明: 本人的個人流動資產總值不高於港幣\$500,000。

\_\_\_\_\_ 申請人簽署

\_\_\_\_\_ 日期

## 丁) 殘疾資料 (本院將使用有關殘疾的資料, 以衡量是否有足夠設施協助學生學習。)

本人如為殘疾人士, 請在方格內填上「Y」並註明殘疾的類別、性質及程度, 否則填上「N」。



## 戊) 請列明您從何處得知本計劃, 並請在下列口加上「✓」(可選擇多項)

- |   |  |                                       |
|---|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 宣傳海報/單張           | <input type="checkbox"/> 2. 本校長者學苑網頁   | <input type="checkbox"/> 3. 報章廣告      |
| <input type="checkbox"/> 4. 安老事務委員會網頁 / 課程簡介  | <input type="checkbox"/> 5. 本校長者學苑學員介紹 | <input type="checkbox"/> 6. 親戚 / 朋友介紹 |
| <input type="checkbox"/> 7. 香港都會大學李嘉誠專業進修學院通訊 | <input type="checkbox"/> 8. 其他: _____  |                                       |

## 己) 聲明

- 本人謹此聲明在本報名表及隨附文件所載一切資料, 依本人所知均屬真確, 並無遺漏。
- 本人為香港居民或為合法居港並持有效可在港接受教育培訓證明文件之人士, 並清楚「甲部」所載關於「同意使用個人資料」。
- 本人同意入學後, 當遵守本院實施的所有規章和規例。
- 本人明白及同意本院使用在本報名表及各附件中所提供之資料評核本人的入學資格及作其他有關用途。根據個人資料(私隱)條例, 本人有權查詢及更正本申請表所填報的個人資料, 及索取一份有關資料。
- 本人明白及同意於必要時, 本院有權就原定上課日期、時間、地點、課程/科目安排細則及內容作出更改或取消。
- 本人明白若通訊地址、電話號碼或電郵有所更改, 本人有責任主動更新有關資料。本人明白若因未有更新資料而引起的任何延誤或損失, 一概由本人負責。

簽署: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_

## 庚) 申請指引

- 繳費辦法: (1) 請前往7-11便利店使用二維碼(見頁底)以現金繳費; 或(2) 前往「中國銀行(香港)有限公司」, 在櫃位存入足額學費予「香港都會大學」戶口(賬號012-811-0-000009-5)。請於「繳費收據」正本(只接受中文版)正面填上學生姓名、身份證號碼、報讀科目名稱及編號。  
如報讀於本院校園上課之科目, 亦可: (3) 直接前往本院荔景校園以信用卡或八達通繳費; 或 (4) 於本苑網頁 [www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy](http://www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy) 進行網上報名(只適用於以全費報讀「長青活學計劃」課程), 並以信用卡或網上繳費靈繳費。  
備註: 請確保「繳費收據」正本編號、金額及日期清晰可辨認。一切因收據未能辨認或遺失而造成的損失, 需由學員自行承擔。中文收據正本可能因保管不當或保存時間過長而變得難以辨認, 請預先影印清晰副本以作記錄(副本及英文收據正本只適用於必要時作參考, 不可作為繳費證明)。
- 遞交報名表程序:
  - 如報讀於協辦機構上課之科目: 將填妥之課程報名表連同「繳費收據」正本一併交回協辦機構。每張報名表只適用於報讀同一協辦機構的科目。
  - 如報讀於本院校園上課之科目: 將填妥之課程報名表連同「繳費收據」正本或學費交回新界葵涌荔景山路201-203號4樓香港都會大學荔景校園(荔景港鐵站A1出口); 如以掛號形式, 請郵寄至新界葵涌荔景山路201-203號香港都會大學荔景校園(切勿郵寄現金), 信封面請註明「報讀長者學苑課程」; 如有郵誤, 本院恕不負責(新課程恕不接受掛號形式報讀)。
- 「長青活學計劃」助學金申請者, 只需先遞交報名表及繳付獲資助後學費\$200(即每科學費\$450扣減助學金\$250)的「繳費收據」正本或現金, 待助學金申請成功後才確認其入學註冊。申請不獲批准者可選擇補交差額學費或退回已繳學費。
- 本院有權因人數不足或其他特殊情況而取消課程之開班, 受影響的學員將獲通知有關轉科或申請退款事宜。
- 除報名不獲接納、課程取消或課程滿額的情況外, 學員已繳學費, 不論上課與否恕不退還。
- 查詢電話: 29152380(按2-0)/ 網址: [www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy](http://www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy) / 電郵: [elderacademy@hkmu.edu.hk](mailto:elderacademy@hkmu.edu.hk)



全費報讀學費  
港幣 450 元\*



獲資助後學費  
港幣 200 元\*

-----由學院填寫-----

- |  |  |                                 |                                |
|--|--|---------------------------------|--------------------------------|
| 申請人已附上 <input type="checkbox"/> 填妥之課程報名表 | <input type="checkbox"/> 香港身份證副本       | <input type="checkbox"/> 繳費證明   | <input type="checkbox"/> 證件相片  |
| <input type="checkbox"/> 資料輸入            | <input type="checkbox"/> 學費收據編號: _____ | <input type="checkbox"/> 學費收據列印 | <input type="checkbox"/> 學生證印製 |