



2020年11月 自在人生自學計劃 青年會專業書院(中心編號:54) 預計舉辦課程一覽表

| 課程編號             | 課程名稱                                | 開課時間表  | 暫定導師 |
|------------------|-------------------------------------|--|------|
| 1                | CBMP1088CR 香港電影欣賞                   | 12月4日 和1月29日(五)(晚)7:00-10:00                     | 陳穎琪  |
| 電台廣播課程 (每科\$250) |                                     |  |      |
| 面授課程 (每科\$350)   |                                     |  |      |
| 2                | CBMP1007C 基本社交禮儀                    | 11月9日至1月11日(逢一)(上)10:00-12:30                    | 張麗文  |
| 3                | CBMP1017CA 投資一點通                    | 11月9日至12月28日(逢一)(上)10:00-1:08                    | 岑慧儀  |
| 4                | CBMP1085CA 演講與主持技巧                  | 11月9日至1月11日(逢一)(上)10:00-12:30                    | 吳志泰  |
| 5                | CBMP1003C 流行文化與潮流                   | 11月9日至12月28日(逢一)(下)2:00-5:08                     | 王秋嫻  |
| 6                | CBMP1083C 親子理財 (ZOOM線上授課)           | 11月9日至12月28日(逢一)(下)2:00-5:08                     | 李玉麗  |
| 7                | CBMP1059C 西方醫學藥物認識                  | 11月9日至1月11日(逢一)(下)2:30-5:00                      | 楊靄敏  |
| 8                | CBMP1058C 粵劇戲曲欣賞                    | 12月7日至2月1日(逢一)(晚)6:50-10:00(12月21日停課)            | 袁麗華  |
| 9                | CBMP1017CB 投資一點通                    | 11月9日至1月18日(逢一)(晚)7:00-9:30(12月21日停課)            | 李琬碧  |
| 10               | CBMP1066C 中醫傳統康復療法                  | 11月9日至1月18日(逢一)(晚)7:00-9:30(12月21日停課)            | 張福榮  |
| 11               | CBMP1035C 日常書信不求人                   | 11月9日至1月18日(逢一)(晚)7:00-9:30(12月21日停課)            | 陳穎琪  |
| 12               | CBMP1063C 語言表達技巧(進階)                | 11月9日至1月18日(逢一)(晚)7:00-9:30(12月21日停課)            | 林孟雄  |
| 13               | CBMP1084CA/2084CA 生涯規劃與人生管理         | 11月10日至1月12日(逢二)(上)10:00-12:30                   | 張麗文  |
| 14               | CBMP1029CA 語言表達技巧 (ZOOM線上授課)        | 11月17日至1月19日(逢二)(上)10:00-12:30                   | 文正康  |
| 15               | CBMP1022C 婦女與社會                     | 11月10日至1月12日(逢二)(下)3:00-5:30                     | 陳穎琪  |
| 16               | CBMP1005CA 學習有方 (ZOOM線上授課)          | 11月10日至12月29日(逢二)(下)2:00-5:08                    | 李玉麗  |
| 17               | CBMP1016CA Keep Fit 之道              | 11月10日至1月12日(逢二)(下)2:30-5:00                     | 陳連   |
| 18               | CBMP1005CB 學習有方 (ZOOM線上授課)          | 11月17日至1月19日(逢二)(下)2:00-4:30                     | 文正康  |
| 19               | CBMP1016CB Keep Fit 之道              | 11月10日至1月12日(逢二)(晚)7:00-9:30                     | 陳連   |
| 20               | CBMP1065C/2065CA 人際關係與溝通技巧(進階)      | 11月10日至1月12日(逢二)(晚)7:00-9:30                     | 李碧燕  |
| 21               | CBMP1044C 中西音樂欣賞                    | 11月10日至1月12日(逢二)(晚)7:00-9:30                     | 李琬碧  |
| 22               | CBMP1001CA/2001CA 人際關係與溝通技巧         | 11月10日至1月12日(逢二)(晚)7:00-9:30                     | 吳志泰  |
| 23               | CBMP1009C 理財之道                      | 11月10日至1月12日(逢二)(晚)7:00-9:30                     | 尹家輝  |
| 24               | CBMP1021C 婦女與健康                     | 11月11日至1月13日(逢三)(上)9:30-12:00                    | 陳穎琪  |
| 25               | CBMP1043C 精明消費有辦法                   | 11月11日至12月30日(逢三)(上)10:00-1:08                   | 岑慧儀  |
| 26               | CBMP1064C 認識基礎數碼攝影及多媒體製作 (ZOOM線上授課) | 11月11日至1月13日(逢三)(上)10:00-12:30                   | 馮寶兒  |
| 27               | CBMP1033C 如何美化家居                    | 11月11日至1月13日(逢三)(下)2:00-4:30                     | 李美妍  |
| 28               | CBMP1085CB 演講與主持技巧                  | 11月11日至1月13日(逢三)(下)3:00-5:30                     | 謝慧華  |
| 29               | CBMP1074C 認識食物成份/添加劑 (ZOOM線上授課)     | 11月18日及1月13日(逢三)(下)2:30-5:38 (12月23日停課)          | 楊敏玲  |
| 30               | CBMP1065C/2065CB 人際關係與溝通技巧(進階)      | 11月11日至1月13日(逢三)(晚)6:30-9:00                     | 謝慧華  |
| 31               | CBMP1023C 藝術文化的培養                   | 11月11日至1月13日(逢三)(晚)7:00-9:30                     | 李琬碧  |
| 32               | CBMP1027C 中醫藥常識入門                   | 11月11日至1月13日(逢三)(晚)7:00-9:30                     | 余輝林  |
| 33               | CBMP1028CB 領導與合作技巧                  | 11月11日至1月13日(逢三)(晚)7:00-9:30                     | 李碧燕  |
| 34               | CBMP1086C 營養餐單 (ZOOM線上授課)           | 11月18日及1月13日(逢三)(晚)6:30-9:38 (12月23日停課)          | 楊敏玲  |
| 35               | CBMP1052C 向傑出女性借鏡                   | 11月12日至1月14日(逢四)(上)9:30-12:00                    | 陳穎琪  |
| 36               | CBMP1001CB/2001CB 人際關係與溝通技巧         | 11月12日至1月28日(逢四)(上)10:00-12:30 (12月24日及12月31日暫停) | 張麗文  |
| 37               | CBMP1084CB/2084CB 生涯規劃與人生管理         | 11月12日至12月31日逢四(上)10:00-1:08                     | 岑慧儀  |
| 38               | CBMP1081C 趣談中國歷史                    | 11月12日至1月28日(逢四)(上)10:00-12:30(12月24日及12月31日停課)  | 鄭漢立  |
| 39               | CBMP1049C 家居維修保養常識 (ZOOM線上授課)       | 11月12日至12月31日(逢四)(下)1:50-5:00                    | 衛灝波  |
| 40               | CBMP1047C 實踐退休之樂 (ZOOM線上授課)         | 11月12日至12月31日逢四(下)2:00-5:08                      | 李玉麗  |
| 41               | CBMP1012C 小本創業經營 (ZOOM線上授課)         | 11月19日及1月14日(逢四)(下)1:30-4:38 (12月24日停課)          | 楊敏玲  |
| 42               | CBMP1015C 解開心結                      | 11月12日至1月28日(逢四)(晚)7:00-9:30 (12月24日及12月31日停課)   | 李碧燕  |
| 43               | CBMP1026C 未雨綢繆說保險                   | 11月12日至1月28日(逢四)(晚)7:00-9:30 (12月24日及12月31日停課)   | 尹家輝  |
| 44               | CBMP1050C 中醫養生食療                    | 11月12日至1月28日(逢四)(晚)7:00-9:30(12月24日及12月31日停課)    | 余輝林  |
| 45               | CBMP1061C 解構金融機構服務業                 | 11月12日至1月28日(逢四)(晚)7:00-9:30(12月24日及12月31日停課)    | 李琬碧  |
| 46               | CBMP1020C 優質個人生活管理                  | 11月13日至1月15日(逢五)(上)10:00-1:08 (12月25日及1月1日停課)    | 岑慧儀  |
| 47               | CBMP1073C/2073C 輕鬆學電腦 (進階)          | 11月13日至1月29日(逢五)(下)2:00-4:30(12月25日及1月1日停課)      | 龐森   |
| 48               | CBMP1070C 如何美化家居 (進階)               | 11月13日至1月29日(逢五)(下)2:00-4:30 (12月25日及1月1日停課)     | 李美妍  |
| 49               | CBMP1028CA 領導與合作技巧                  | 11月13日至1月29日(逢五)(下)2:30-5:00 (12月25日及1月1日停課)     | 吳志泰  |
| 50               | CBMP1053C 職場上的女性                    | 11月13日至1月29日(逢五)(晚)7:00-9:30(12月25日及1月1日停課)      | 張麗文  |
| 51               | CBMP1057C 逆境當自強                     | 11月13日至1月29日(逢五)(晚)7:00-9:30(12月25日及1月1日停課)      | 李琬碧  |
| 52               | CBMP1060C 網頁設計不求人                   | 11月14日至1月23日(逢六)(上)10:00-12:30(12月26日停課)         | 龐森   |
| 53               | CBMP1045C 認識股票投資                    | 11月14日至1月23日(逢六)(上)10:00-12:30(12月26日停課)         | 葉有   |
| 54               | CBMP1031C/2031C 輕鬆學電腦               | 11月14日至1月23日(逢六)(下)2:00-4:30(12月26日停課)           | 龐森   |

**注意事項:**

◎本校保留更改課程導師的權利，而不須事前通知。  
除報名不獲接納、課程取消或滿額的情況外，學員已繳學費，不論上課與否恕不退還。

\*\*\* 視乎疫情發展，面授課程或以網上形式進行\*\*\*

\*\*\* 親子理財、語言表達技巧、學習有方、認識基礎數碼攝影及多媒體製作、認識食物成份/添加劑、營養餐單、家居維修保養常識、實踐退休之樂、小本創業經營 會以Zoom線上授課\*\*\*

報名日期及時間: (網上) 2020年8月17日(星期一)上午10時正開始接受報名  
(親臨中心) 2020年8月17日(星期一)下午2時正開始接受報名

截止報名日期及時間如下:

\* (網上) 報名之面授及電台廣播課程: 2020年10月14日(星期三)下午5:00前

\*(親臨中心) 報名之面授及電台廣播課程: 2020年10月14日(星期三)下午6:00前

網上報名注意事項:

- 學員可於網上報名，但需注意，網上報名一旦報錯，學員必須支付\$100行政費予公開大學，並且必須以 Visa/Master 信用卡或網上繳費靈繳交學費，敬請留意。
- 有關網上報名，本院只提供了部份課程及學額在網上報名，如課程在網上已經額滿，並不代表該課程真正額滿，學員可致電本院查詢。

新生注意事項: 請帶備以下文件於報名時呈交(尚未持有有效學生證之舊生，亦請一併呈交。)

1. 身份證副本1張; 2. 彩色證件相片1張(1吋X1.5吋), 相片背面必須寫上學員姓名及完整身份證號碼

"+" 為修訂課程 "#" 新課程

溫馨提示:

\* 前往「中國銀行(香港)有限公司」以現金存入「香港公開大學」戶口(帳號012-811-0-000007-9)

\* 機構名稱: 青年會專業書院 機構編號: 54

\* 網上報名專用(上課地點): 青年會專業書院 代號為"Class A054"等於A班

\* 公開大學資料 查詢熱線: 2915 2380 傳真: 2242 0890 課程查詢及報名網址: www.ouhk.edu.hk/CBMP 電郵地址: cbmp@ouhk.edu.hk

\* 上課地點: 九龍油麻地窩打老道23號 查詢電話: 2783 3500 / 2783 3509

\*\*\*\*\* 以上所有資料如有更改恕不作另行通知，敬請學員留意。\*\*\*\*\*



面授課程

(350元)



電台課程

(250元)