



## 2022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
<b>電台課程 (每科\$250)</b>			
1	CBMP1055CR 駐顏保養有妙法	12月20日(二)(下)2:00-4:30 及 1月31日(二)(下)2:00-4:30	伍寶珠
<b>面授課程 (每科\$350)</b>			
2	CBMP1027CA 中醫藥常識入門(ZOOM線上授課)	11月28日至2月20日(逢一)(上)10:00-12:30 (12月26日、1月2日及1月23日暫停)	鄭懋姿
3	CBMP1086C/2086C 設計你的專屬營養餐單(前稱:營養餐單)(ZOOM線上授課)	11月28日至2月13日(逢一)(下)2:00-5:08 (12月19日、12月26日、1月2日及1月23日暫停)	黃榮俊
4	CBMP1059C 認識及使用西藥(前稱:西方醫學藥物認識)	11月28日至2月20日(逢一)(下)2:30-5:00 (12月26日、1月2日及1月23日暫停)	楊藹敏
5	CBMP1029CA 語言表達技巧	11月28日至2月20日(逢一)(晚)6:30-9:00 (12月26日、1月2日及1月23日暫停)	謝慧華
6	CBMP1049CA 家居維修保養常識	12月5日至2月13日(逢一)(晚)6:52-10:00 (12月26日、1月2日及1月23日暫停)	李德康
7	CBMP1066C 中醫傳統康復療法	11月28日至2月20日(逢一)(晚)7:00-9:30 (12月26日、1月2日及1月23日暫停)	張福榮
8	CBMP1033C 如何美化家居(ZOOM線上授課)	11月28日至2月20日(逢一)(晚)8:00-10:30 (12月26日、1月2日及1月23日暫停)	李美妍
9	CBMP1110CA# 認識精神健康	11月29日至2月14日(逢二)(上)10:00-12:30 (12月27日及1月24日暫停)	文正康
11	CBMP1050C 中醫養生食療(ZOOM線上授課)	11月29日至2月14日(逢二)(上)10:00-12:30 (12月27日及1月24日暫停)	鄭懋姿
10	CBMP1005C 學習有方	11月29日至2月14日(逢二)(下)2:00-4:30 (12月27日及1月24日暫停)	文正康
12	CBMP1016CA 健身運動入門(前稱:Keep Fit之道)	11月29日至2月14日(逢二)(下)2:30-5:00 (12月27日及1月24日暫停)	陳連
13	CBMP1016CB 健身運動入門(前稱:Keep Fit之道)	11月29日至2月14日(逢二)(晚)7:00-9:30 (12月27日及1月24日暫停)	陳連
14	CBMP1011CA 旅遊百事通	11月29日至2月14日(逢二)(晚)7:00-9:30 (12月27日及1月24日暫停)	李琬碧
15	CBMP1001CA/2001CA 人際關係與溝通技巧(ZOOM線上授課)	11月29日至2月14日(逢二)(晚)7:00-9:30 (12月27日及1月24日暫停)	李碧燕
16	CBMP1090C 中醫如何預防亞健康及都市病	11月29日至2月14日(逢二)(晚)7:30-10:00 (12月27日及1月24日暫停)	伍寶珠
17	CBMP1064C 基礎數碼攝影及多媒體製作(前稱:認識基礎數碼攝影及多媒體製作)	11月30日至2月8日(逢三)(上)10:00-12:30 (1月25日暫停)	馮寶兒
18	CBMP1079C 幽默文學賞析	11月30日至2月8日(逢三)(上)10:00-12:30 (1月25日暫停)	鄭漢立
19	CBMP1110CB# 認識精神健康	11月30日至2月8日(逢三)(下)2:30-5:00 (1月25日暫停)	謝慧華
20	CBMP1049CB 家居維修保養常識	11月30日至2月8日(逢三)(晚)7:00-9:30 (1月25日暫停)	陳子顯
21	CBMP1065C/2065C 人際關係與溝通技巧(進階)	11月30日至2月8日(逢三)(晚)7:30-10:00 (1月25日暫停)	張麗文
22	CBMP1027CB 中醫藥常識入門	11月30日至2月8日(逢三)(晚)7:30-10:00 (1月25日暫停)	伍寶珠
23	CBMP1077C 理財之道(進階)(ZOOM線上授課)	11月30日至2月8日(逢三)(晚)7:30-10:00 (1月25日暫停)	翁羽燦
24	CBMP1014C 與青少年溝通技巧	12月1日至1月26日(逢四)(上)10:00-1:08 (12月22日暫停)	楊建塘
25	CBMP1094CW^ 中國傳統與宗教文化	12月1日至2月9日(逢四)(上)10:00-12:30 (12月22日暫停)	鄭漢立
26	CBMP1021C 婦女與健康	12月1日至1月26日(逢四)(下)2:30-5:38 (12月22日暫停)	楊建塘
27	CBMP1034C 品味好生活(前稱:休閒生活小百科)(ZOOM線上授課)	12月1日至2月9日(逢四)(下)2:45-5:15 (12月22日暫停)	李玉麗
28	CBMP1029CB 語言表達技巧	12月1日至2月9日(逢四)(下)3:00-5:30 (12月22日暫停)	吳忠泰
29	CBMP1119CA# 舞蹈特色與文化	12月1日至2月9日(逢四)(晚)7:00-9:30 (12月22日暫停)	李琬碧
30	CBMP1015CA 解開心結(ZOOM線上授課)	12月1日至2月9日(逢四)(晚)7:00-9:30 (12月22日暫停)	李碧燕
31	CBMP1001CB/2001CB 人際關係與溝通技巧	12月1日至2月9日(逢四)(晚)7:30-10:00 (12月22日暫停)	張麗文
32	CBMP1011CB 旅遊百事通	12月2日至2月3日(逢五)(上)10:00-12:30	陳兆麟
33	CBMP1119CB# 舞蹈特色與文化	12月2日至2月3日(逢五)(下)2:30-5:00	陳連
34	CBMP1098C 簡單生活斷捨離	12月2日至2月3日(逢五)(下)3:00-5:30	謝慧華
35	CBMP1001CC/2001CC 人際關係與溝通技巧	12月2日至2月3日(逢五)(下)3:00-5:30	吳忠泰
36	CBMP1119CC# 舞蹈特色與文化	12月2日至2月3日(逢五)(晚)7:00-9:30	陳連
37	CBMP1045C 認識股票投資(ZOOM線上授課)	12月2日至2月3日(逢五)(晚)7:00-9:30	葉有
38	CBMP1007C 認識社交禮儀(前稱:基本社交禮儀)	12月2日至2月3日(逢五)(晚)7:30-10:00	張麗文
39	CBMP1048C 認識地產物業投資	12月2日至2月3日(逢五)(晚)7:30-10:00	陳智藝
40	CBMP1009CA 理財之道(ZOOM線上授課)	12月2日至2月3日(逢五)(晚)7:30-10:00	翁羽燦
41	CBMP1073C/2073C 輕鬆學電腦(進階)	12月3日至2月25日(逢六)(上)10:00-12:30 (12月24日、12月31日及1月21日暫停)	龐森
42	CBMP1068C 生命教育(ZOOM線上授課)	12月3日至2月25日(逢六)(上)10:00-12:30 (12月24日、12月31日及1月21日暫停)	李碧燕
43	CBMP1031C/2031C 輕鬆學電腦	12月3日至2月25日(逢六)(下)2:00-4:30 (12月24日、12月31日及1月21日暫停)	龐森
44	CBMP1009CB 理財之道	12月3日至2月25日(逢六)(下)2:30-5:00 (12月24日、12月31日及1月21日暫停)	陳智藝
45	CBMP1017C/2017C 投資產品全面睇(前稱:投資一點通)(ZOOM線上授課)	12月3日至2月25日(逢六)(下)2:30-5:00 (12月24日、12月31日及1月21日暫停)	翁羽燦
46	CBMP1015CB 解開心結(ZOOM線上授課)	12月3日至2月25日(逢六)(下)2:45-5:15 (12月24日、12月31日及1月21日暫停)	李玉麗
47	CBMP1084C/2084C 生涯規劃與人生管理	12月3日至2月25日(逢六)(下)3:00-5:30 (12月24日、12月31日及1月21日暫停)	楊啟明

"+" 為修訂課程 "# " 為新課程 " ^ " 報讀CW課程的學員將安排網上學習系統登入賬戶,導師會在面授課堂帶學員使用網上版教材進行學習。

- 課程注意事項**
- \* 本校保留更改任職課程導師的權利,而不須事前通知。
  - \* 學員修讀進階班前,建議先修讀初階班,或對此課程有基本認識為佳,詳情請參閱都會大學課程簡介小冊子。
  - \* 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。
  - \* 學員於報名後如希望轉科目(包括報錯課程或轉讀二級資歷架構課程),學員必須填寫課程事項申請表,並於開課2星期前連同\$100行政費,向都會大學提出申請,無論申請成功與否,行政費概不退還,敬請留意。

**\*\*\* 視乎疫情發展,面授課程或以網上形式進行 \*\*\***  
**\*\*\* 所有人士必須用手提電話,以「安心出行」流動應用程式展示有效的「疫苗通行證」/「新冠疫苗接種醫學豁免證明書」,方可進入校園。 \*\*\***

\*\*\* 中醫藥常識入門、設計你的專屬營養餐單、如何美化家居、中醫養生食療、人際關係與溝通技巧、理財之道(進階)、品味好生活、解開心結、認識股票投資、理財之道、生命教育、及投資產品全面睇 會以Zoom線上授課

**報名日期及時間**  
 (網上報名) 2022年9月13日(星期二)上午10時正開始接受報名  
 (親臨中心) 2022年9月13日(星期二)下午02時正開始接受報名

**截止報名日期及時間**  
 (網上報名) 2022年11月4日(星期五)下午5時正前  
 (親臨中心) 2022年11月4日(星期五)下午6時正前

- 付款方式**
- \* (親臨中心) 前往7-11便利店使用二維碼(見頁底)以現金繳費後,親臨中心遞交收據正本。
  - \* (親臨中心) 前往「中國銀行(香港)有限公司」在櫃位以現金存入「香港都會大學」戶口(帳號012-811-0-000007-9)後,親臨中心遞交入數紙正本。
  - \* (親臨中心) 遞交有效「綜合社會保障援助」證明文件副本,或民政事務處簽發的宣誓紙正本,申請助學金額免學費,詳情請參閱都會大學課程簡介小冊子。
  - \* (網上報名) 部分課程設網上報名,請於 <https://www.hkmu.edu.hk/lipace/cbmp/> 進行網上報名,並以 Visa/Master 信用卡或網上繳費靈繳交學費。

- 親臨中心報名注意事項**
1. 請在「繳費收據」(只接受中文版)或「入數紙」正面填上姓名、身份證號碼、報讀科目名稱及編號。
  2. 由於每科各有學額上限(ZOOM線上授課課程除外),請在親臨中心繳費前先致電機構查詢課程餘下學額,所有課程不設留位,敬請注意。

- 網上報名注意事項**
1. 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、"Class B054"等於B班、"Class C054"等於C班
  2. 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

青年會專業書院(協辦機構): 機構編號: 54 上課地點: 九龍油麻地窩打老道23號 查詢電話: 2783 3500 / 2783 3509  
 香港都會大學: 查詢熱線: 2915 2380 傳真: 2242 0890 課程查詢及報名網址: <https://www.hkmu.edu.hk/lipace/cbmp/> 電郵地址: cbmp@hkmu.edu.hk

\*\*\*\*\* 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)