



THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學

Institute of
Active Ageing
活齡學院



MAY TO JUN

2021

活齡資訊



Institute of
Active Ageing

活齡學院

活學未遲 開心此時



活學人生課程

新一期的活學課程於2021年8月16日(星期一)開辦, 授課模式將盡量以實體教學, 但必須以安排到課室為主要原則。與此同時, 按疫情的不斷變化, 活齡學院將以會員健康及安全為首要, 如有必要, 活齡學院有權將餘下課堂即時改以網上Zoom教學形式完成整個課程。學員如缺席, 日後不會再作補課安排或退款。

如有興趣報讀之會員, 請先以電話或電郵報名, 報名後請盡快將費用以劃線支票寄到活齡學院, 支票抬頭請寫「香港理工大學」, 支票背面寫上學生姓名及報讀課程, 學員在開課前一星期將收到活齡學院電郵有關上課地點的通知。並於開課前一、兩天收到由理大另一部門發出的二維碼(QR code)電郵在當日進入校園上課之用。

- **報名日期:** 由8月2日 (星期一) 至每科開班前三個工作日截止。
- **報名方法:**
 1. 致電34008369/34008970或
 2. 電郵致amyh.wong@polyu.edu.hk

本期只設有網上版, 沒有印刷版本派發, 敬請留意。

1.攝影創作 (初階)

開課日期: 16/8 - 26/8, 共8堂

時間: 逢星期一、四, 上午9:00 - 下午1:00

費用: HK\$640

導師: 陳策樑先生 (英國皇家攝影會會士名銜 (ARPS)、Adobe PhotoShop認證專家 (ACE)、部份攝影作品被香港文化博物館永久收藏)

課程簡介: 認識數碼攝影的基本知識, 數碼相機的拍攝模式和程序設定。瞭解光線和攝影的關係, 學習基本攝影構圖, 如何使用快門先決、光圈先決、手動模式等, 認識數碼影像輸出流程與修輯軟件。學員在堂上發表自己的實習作品, 由導師引導互相討論。

2.中國畫~麻雀和竹

開課日期: 16/8 - 4/10, 共8堂

時間: 逢星期一, 下午2:00 - 3:30

費用: HK\$640

學員自備: 宣紙、羊毫大楷3枝、羊毫提筆4號1枝、調色碟、國畫顏色、盛水器、墊桌紙。

導師: 王梓澂女士 (清華大學美術學院碩士, 葛量洪教育學院高級文憑教師)

課程簡介: 學員可通過寫真, 掌握到多種麻雀的動態表達, 亦能認識到竹的雙勾填彩和潑寫的畫法。期間亦教授山石的基本構成法和著色技巧。期望學員通過八節課, 能各有領悟, 畫出麻雀棲止竹枝、石上和飛翔竹間的作品。

3.中國文化傳承系列~猜猜我是誰

開課日期: 16/8 - 4/10, 共8堂
時間: 逢星期一, 下午2:30 - 4:30
費用: HK\$640

導師: 陳青揚先生

課程簡介: 中國文化源遠流長, 歷代以來有很多有趣的傳統, 本課程用輕鬆的方法, 為您介紹中國節日的特色和趣聞, 如浴佛節; 中國的神話: 女媧煉石補天、黃帝戰蚩尤及百家姓氏的來源、變遷和歷史故事。

4.西洋畫-素描與色彩~可愛花貓

開課日期: 16/8 - 4/10, 共8堂
時間: 逢星期一, 下午3:30 - 5:00
費用: HK\$640

學員自備: 畫簿、HB筆、2B、4B、6B素描筆、軟擦膠、墊桌紙、色彩工具。

導師: 王梓澂女士 (清華大學美術學院碩士, 葛量洪教育學院高級文憑教師)

課程簡介: 課程讓學員認識不同類型貓的特徵, 懂得用素描原理表達貓的體積感, 同時能把皮毛的質感呈現。在素描基礎上可學習如何用色彩表達。學員可自選色彩工具: 油粉彩、廣告彩、塑膠彩及油彩。期間亦研究背景的处理, 引導學員如何使作品的主體與場景達到和諧統一。

5.碟古巴特拼貼藝術

開課日期: 17/8 - 24/8, 共2堂
時間: 逢星期二, 上午10:00-11:30
費用: HK\$160

學員自備: 玻璃器皿 (例如: 玻璃碟)、小較剪中號掃(1吋扁掃或平頭畫筆, 掃膠水用)、盛水杯(洗掃及畫筆用)、報紙 (墊枱用)。

導師: 宏月華女士

課程簡介: 運用美麗的圖案和專用膠水及專業拼貼技術, 配合個人創意, 可將日常平凡的物品(例如玻璃, 陶瓷, 布料及木製品等), 拼貼出獨一無二的珍貴作品, 是既環保又實用的休閒生活藝術(每堂可完成一件物品)。

6.認知障礙症系列~丹尼遜健腦操之應用

開課日期: 17/8 - 5/10, 共8堂
時間: 逢星期二, 上午10:00 - 11:30
費用: HK\$640, 另加材料費HK\$10

導師: 陳文瑤女士 (許可丹尼遜健腦操®導師及顧問(教育肌動學基金會, 註冊地: 美國)及認知障礙症照顧策劃師)

課程簡介: 丹尼遜健腦操是認知障礙症訓練方法之一。此課程結合中西醫理論, 瑜伽及肌動學的身體動作, 整合腦部各區域, 提升認知, 專注能力, 促進身體協調及情緒控制, 以輕鬆遊戲方式分享成效。

7.書法研習班

開課日期: 17/8 - 5/10, 共8堂
時間: 逢星期二, 上午10:00 - 11:30
費用: HK\$640

導師: 梁明華先生

課程簡介: 書法是中國的國粹藝術, 練習書法, 可以提昇個人氣質, 可以藉之練氣強身健體, 益壽延年。歡迎愛好書法的會員一同研習楷書、行書、隸書、草書。

8.阻身阻勢十八適

開課日期: 17/8 - 5/10, 共8堂
時間: 逢星期二, 上午10:00-11:30
費用: HK\$640

導師: 歐陽名軒先生 (香港特別行政區醫療輔助隊首席顧問長官, 國際中醫中藥總會會長, 香港華夏中醫學院顧問院長, 首屆全香港優秀長者課程金獎導師)

課程簡介: 課程專為銀髮一族設立, 透過認識“阻力運動”及通過體驗式學習各樣臨床阻力運動模式, 在最短有效時間內以自然方法阻止肌肉流失增強肌肉力量, 靈活全身大大小小關節, 更提昇筋肌柔軟度。

9. 認知障礙症系列~蒙特梭利教學法之應用

開課日期: 17/8 - 14/9, 共5堂

時間: 逢星期二, 下午2:00 - 3:30

費用: HK\$400, 另加材料費HK\$10

導師: 陳文瑤女士 (許可丹尼遜健腦操®導師及顧問(教育肌動學基金會, 註冊地: 美國)及認知障礙症照顧策劃師)

課程簡介: 蒙特梭利教學法是認知障礙症訓練方法之一。此課程以輕鬆遊戲方式認識認知障礙症, 同時介紹此教學法的歷史及教學法的五大範疇, 以及在認知障礙症訓練上的應用。

10. 解痛防跌實務班

開課日期: 17/8 - 5/10, 共8堂

時間: 逢星期二, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$640

導師: 歐陽名軒先生 (香港特別行政區醫療輔助隊首席顧問長官, 國際中醫中藥總會會長, 香港華夏中醫學院顧問院長, 首屆全香港優秀長者課程金獎導師)

課程簡介: 年紀越大, 跌倒後果越嚴重(例如引致骨折), 若在獨處時發生, 甚至可能會因失救而導致死亡。本課程專為“下肢問題及防跌”重點而設計, 針對性講解預防和紓緩下肢問題方法, 並透過自我覺醒、改善、增強、新體驗來認識“防跌”, 及通過體驗式學習各樣臨床訓練動、靜態平衡能力與下肢肌力運動, 在最短有效時間內以自然方法增進身體姿勢平衡控制能力。

11. 輕輕鬆鬆學日語

開課日期: 17/8 - 5/10, 共8堂

時間: 逢星期二, 下午2:30 - 4:30

費用: HK\$640

導師: 陳青揚先生

課程簡介: 用輕鬆簡易方法, 透過譯音, 聯想和活動, 體驗日本地理、文化、日常應對、購物、娛樂, 令日後旅遊更方便, 開口就說, 不靠死背硬記。

12. 休閒書法班

開課日期: 18/8 - 13/10, 共8堂 (22/9除外)

時間: 逢星期三, 上午10:00 - 11:30

費用: HK\$640

學員自備: 毛筆, 墨、九宮格或是宣紙, 墊枱布, 墨等等。

導師: 劉振濤先生 (香港書法愛好者協會理事, 香港海濤彩墨畫會理事)

課程簡介: 書法能培養專注, 細心和審美情趣, 體驗中華文化的輝煌成就, 亦有休閒養生的作用。本課程從基本入手, 教授楷書、行書、隸書、各體的結字和筆法, 程度不拘, 歡迎有興趣人士參加。

13. 日本文化有多Fun? (第10篇)

開課日期: 18/8 - 13/10, 共8堂 (22/9除外)

時間: 逢星期三, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$640

導師: 胡悅容女士 (香港中文大學日本研究碩士)

課程簡介: 講解一些饒富趣味有關日本民族、歷史、文化等專題, 同時引領學員探索一些值得香港借鏡和思考的日本社會現狀, 從而令學員加深認識日本文化面貌。當學員日後有機會踏足彼邦時, 就已有知識, 增添旅遊樂趣。為使課程內容更多樣化和深度化, 導師會按課程需要, 邀請嘉賓導師出席課堂就某些有趣的日本文化專題向學員作講解。

14. 實用花藝課程 (三)

開課日期: 18/8 - 29/9, 共6堂 (22/9除外)

時間: 逢星期三, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$480, 另加材料費HK\$540

材料費包括: 鮮花、花泥、培養土、花籃、乾花、相架、膠水、膠紙、鐵線、水苔等。

導師: 甘雪芬女士

課程簡介: 著重實用性, 把花藝帶入日常生活上, 課程內容包括花盆、手綁花、相架、花藝、苔玉、浮游花、手腕花等。課堂亦會介紹花材, 講解鮮花處理, 顏色配襯等技巧。

15.資訊科技系列~通訊軟件篇 (Signal及Telegram)

開課日期: 18/8 - 8/9, 共4堂

時間: 逢星期三, 上午11:00 - 下午1:00

費用: HK\$320

導師: 鄧樹鴻先生 (香港城市理工學院電腦學榮譽理學士學位、香港理工大學知識管理理學碩士)

課程簡介: 本課程介紹現時非常受到大家關注的即時通訊軟件Signal及Telegram, 從安裝軟件、開設帳戶、建立群組、發送訊息等, 到各項私隱設定及操作均會作詳細講解, 讓學員與親友時刻保持聯絡。

16.足部自我保健按摩班

開課日期: 18/8 - 13/10, 共8堂 (22/9除外)

時間: 逢星期三, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$640

導師: 陳令先生 (國家認可推拿師、香港中文大學中醫學院中醫骨傷推拿文憑)

課程簡介: 足部按摩歷史悠久, 主要通過刺激足部穴位及反射區來調節人體各臟腑之功能, 方便易學、效果良好。

17.資訊科技系列~網上安全你要知

開課日期: 18/8 - 15/9, 共5堂

時間: 逢星期三, 下午2:30 - 4:30

費用: HK\$400

導師: 鄧樹鴻先生 (香港城市理工學院電腦學榮譽理學士學位、香港理工大學知識管理理學碩士)

課程簡介: 導師會帶領大家認識網上安全的基本知識, 並引導討論, 內容包括安全的網上社交網絡活動、私隱威脅、惡意內容或惡意程式碼、身份盜竊等, 同時也讓學員認識基本密碼管理概念、雙重認證等。

18.趣味活學手語

開課日期: 18/8 - 13/10, 共8堂 (22/9除外)

時間: 逢星期三, 下午2:30 - 4:30

費用: HK\$640

導師: 陳青揚先生

課程簡介: 手語是人類溝通最原始的方法, 近代尤為著重人際關係, 照顧傷健社群。透過遊戲、情境練習、默劇來表情達意, 「無聲勝有聲」! 趣味、輕鬆一學就會的手語, 您也來試試吧!

19.療癒工作坊系列 (一)

開課日期: 19/8 - 9/9, 共4堂

時間: 逢星期四, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$320

學員自備: 將於稍後補上。

導師: 吳崇傑先生 (香港浸會大學持續進修學院藝術評賞及創作專業文憑、香港美術教育協會執行委員、香港藝術發展局(藝術教育)審批員)

課程簡介: 懂得生活是一種享受, 在慢活人生中, 如能透過手作實踐可於平凡生活裡增添一點樂趣。本課節包括 (一) 手作膠印章制作: 使大家可以擁有一個屬於自己的獨特印章。(二) 金屬押花製作: 利用生活物品制作成古典感覺物件。(三) 立體相架 fotomo: 把平凡的平面照片變成有層次的立體相架。(四) 簡易錫紙畫: 沒有失敗的小兒科創作。

20.楊家八式太極班暨坐式太極教學

開課日期: 19/8 - 7/10, 共8堂

時間: 逢星期四, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$640

導師: 陳瑞芬女士

課程簡介: 主要鍛鍊帶氣運動, 動作開展大方, 姿勢舒適自然。動作柔順, 利用太極拳的氣功效用, 強化肌肉, 增強骨骼密度, 促進血液循環。課程內容以楊式太極拳的基本動作為主, 適合初學人士。

21. 中草藥日用品DIY及園藝治療初探

開課日期: 19/8 - 9/9, 共4堂

時間: 逢星期四, 上午10:30 - 中午12:30

費用: HK\$320, 另加材料費HK\$160

導師: 植秀儀女士 (曾獲康文署頒發<社區苗圃最佳收成獎>、臺灣ACP認證園藝治療師、日本和諧粉彩準指導師、榮獲全港優秀長者課程導師金獎(2019))

課程簡介: 中藥源遠流長, 在香港, 成行成市的藥材舖, 街頭巷尾的涼茶舖, 郊遊時欣賞的花草樹木及家家戶戶的老火湯, 中藥文化已融入了我們的日常生活, 與我們的健康息息相關。故以趣談的方式, 融合每味中藥的來源習性, 製作相關之中草藥日用品DIY, 及初探園藝治療的領域, 以增進大家對中草藥及園藝治療初步的認識, 提昇大家的健康生活素質, 從而激發創意靈感。

22. 中國古建築之美

開課日期: 19/8 - 26/8, 共2堂

時間: 逢星期四, 上午11:00 - 中午12:30

費用: HK\$160

導師: 鄒松堅先生

課程簡介: 旨在介紹從美學角度解構古建築賞析及美學藝術, 主要以幻燈片與短片講解中國古建築的整體美學與實體構建, 學員可從中理解欣賞之道。

23. 導賞系列~懷舊篇

開課日期: 19/8 - 9/9, 共4堂

時間: 逢星期四, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$320

導師: 吳崇傑先生 (香港大學專業進修學院導賞校友會會長)

課程簡介: 隨著時代變遷, 社會發展, 昔日生活方式與今天比較已變化了不少, 很多片段已成為了大家的集體回憶。本課堂逐一與大家舊地重遊舊地懷緬一下, 尋求昔日的情境, 並探討有關景況與現狀的發展。內容包括茶樓篇, 街市篇, 戲院篇和百貨零售篇等等。

24. 「咖啡+生活」百科探索 (一)

開課日期: 19/8 - 9/9, 共4堂

時間: 逢星期四, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$320

導師: 黃嫻群女士 (歐洲精品咖啡協會認可專業咖啡師)

課程簡介: 義式咖啡?無咖啡因咖啡?走入咖啡店, 各式各類的飲品, 如何揀選自己的喜愛。今期一齊探索。同時, 教你在家中自製義式泡沫咖啡, 淺嚐無咖啡因的咖啡味道。

25. 肌本功健體班

開課日期: 19/8 - 7/10, 共8堂

時間: 逢星期四, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$640

導師: 歐陽名軒先生 (香港特別行政區醫療輔助隊首席顧問長官, 國際中醫中藥總會會長, 香港華夏中醫學院顧問院長, 首屆全香港優秀長者課程金獎導師)

課程簡介: 本課程專為銀髮一族設立, 在音樂節拍當中齊來結伴全身運動, 令全身大小肌肉得以鍛煉, 大大增加肌肉力量外更提昇筋肌柔軟度, 平衡力及協調能力, 更有助改善及減低骨質疏鬆的發生, 以自然方法阻止肌肉流失增強肌肉力量。

26. 國畫系列~錦鯉

開課日期: 19/8 - 7/10, 共8堂

時間: 逢星期四, 下午3:00 - 4:30

費用: HK\$640

學員自備: 廣西夾宣, 山馬小一枝, 蘭竹, 花枝肖各一枝, 國畫顏料、墨汁、膠水兜、墊枱布。

導師: 羅仲文先生 (嶺南彩墨畫會會長)

課程簡介: 研習基本錦鯉肢體結構為基礎, 透過鉛筆勾線、墨色素描、著色訓練、花卉結合、繪畫多款色彩斑斕的錦鯉, 送禮或自賞皆宜。

27. 唐詩與現代音樂的融合

開課日期: 20/8 - 10/9, 共4堂

時間: 逢星期五, 上午10:00 - 11:30

費用: HK\$320

導師: 羅玉萍女士 (香港大學文學碩士)

課程簡介: 李白、白居易、杜牧和溫庭筠是唐代著名詩人, 他們的心路歷程在唐詩中展現出來; 而現代音樂人將他們的作品編曲, 與更多人共鳴。

28. 中醫養生系列~未病先防保安康

開課日期: 20/8 - 10/9, 共4堂

時間: 逢星期五, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$320

導師: 潘劉歡團女士 (中醫藥管理委員會註冊中醫, 香港浸會大學中醫內科碩士畢業)

課程簡介: 根據陰陽五行配合五臟六腑, 以飲食和穴位養生的方法, 調補和加強身心健康, 達致天人合一, 防疫治病, 事半功倍, 及早實行, 裨益無窮。

29. 西洋美術字進階

開課日期: 20/8 - 24/9, 共6堂

時間: 逢星期五, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$480

學員自備: 將於稍後補上。

導師: 鍾偉昌先生

課程簡介: 西洋美術字是西方歷史悠久的藝術創作, 源遠流長, 從普通書信, 以至經文抄寫, 公文制誥等都會應用。課程旨在讓學員認識西洋美術字的工具和使用技。進階班主要教導三種複習的書法體和應用。

30. 西洋美術字初階

開課日期: 20/8 - 24/9, 共6堂

時間: 逢星期五, 下午2:00 - 3:30

費用: HK\$480

學員自備: 將於稍後補上。

導師: 鍾偉昌先生

課程簡介: 西洋美術字是西方歷史悠久的藝術創作, 源遠流長, 從普通書信, 以至經文抄寫, 公文制誥等都會應用。課程旨在讓學員認識西洋美術字的工具, 基本概念、技巧及應用等。初班主要教導兩種書法體和數字的運用。

31. 中醫養生系列~活出健康好體魄

開課日期: 20/8 - 10/9, 共3堂 (3/9除外)

時間: 逢星期五, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$240

導師: 潘劉歡團女士 (中醫藥管理委員會註冊中醫, 香港浸會大學中醫內科碩士畢業)

課程簡介: 認識肝臟、脾胃、秋冬咳嗽與人體的關係, 主要生理功能與護治、穴位應用及養生食療。

32. 活齡易筋棒

開課日期: 1/9 - 8/9, 共2堂

時間: 逢星期三, 上午10:00 - 11:30

費用: HK\$160

導師將會提供易筋棒一支及演練示範視頻一套。

導師: 韋寶華先生 (“活齡易筋棒”創辦人)

課程簡介: 易筋棒共有十式, 主要活動身體四肢及各關節, 包括手腕、肩肘、膊頭、頸項、腰關節, 可以防禦及治療坐骨神經痛、彈弓手、網球手、50肩等疾病的效用, 最適合銀齡一族。

33. 急救實習體驗班

開課日期: 2/9 - 16/9, 共3堂

時間: 逢星期四, 上午10:00 - 中午12:00

費用: HK\$240

導師: 鄺耀輝先生

課程簡介: 當遇到意外發生或突發疾病時, 我們應該怎麼辦? 在這課程中, 會介紹各種急救方法, 包括中、西急救技術和護理知識, 並且為家居意外發生的傷者施行救助及進行急救練習。課程範圍包括: 熱衰竭、中風、觸電、輔助心肺復甦法、休克、暴寒、腹痙攣、小腿肌肉抽筋、發羊吊等等。

34. 【藝術家認識系列】~ 跨代共融篇

開課日期: 3/9 - 24/9, 共4堂

時間: 逢星期五, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$320

導師: 吳崇傑先生 (香港浸會大學持續進修學院藝術評賞及創作專業文憑、香港美術教育協會執行委員、香港藝術發展局(藝術教育)審批員)

課程簡介: 畢卡索說「家家都有藝術家」, 近代眾多藝術家都認為兒童藝術是創意源頭。本課堂除介紹畢卡索、米羅、馬蒂斯、盧梭、夏卡爾和克利等藝術家作品外, 還對照兒童畫作品, 並探討兩者共同和差異之處。適合要與小朋友相處或對藝術及兒童藝術有興趣者。

35. 紙藝工作坊~ Bouquet

開課日期: 6/9 - 27/9, 共4堂

時間: 逢星期一, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$320

學員自備: 將於稍後補上。

導師: 霍慧君女士 (Japan Paper Art Association會員)

課程簡介: 手工藝具療愈作用, 並且可以增強手、腦的協調。本課程主要教授日式折花技巧, 藉此塑造不同形態的花朵, 撮合成小花一束, 適合送禮或家居擺設。

36. 淺談科技常見的名詞 (網上Zoom教學)

開課日期: 16/9 - 23/9, 共2堂

時間: 逢星期四, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$160

導師: 楊式源先生

課程簡介: 我們正處於資訊年代, 媒體經常引用一些似明非明的科技名詞, 例如: 電子加密貨幣、區塊鏈、大數據、物聯網、機械人、電腦病毒等等。講者將用一些容易明白的方法, 淺談電腦及網絡的運作原理, 以及一些常見的科技名詞。完成課程後, 基本上你有足夠的科技知識去了解這個資訊年代的訊息。

37. 資訊科技系列~ 疫情下之食、買、社交篇

開課日期: 17/9 - 22/10, 共5堂 (1/10除外)

時間: 逢星期五, 上午10:30 - 12:30

費用: HK\$400

導師: 鄧樹鴻先生 (香港城市理工學院電腦學榮譽理學士學位、香港理工大學知識管理理學碩士)

課程簡介: 本課程介紹於現時疫情影響下, 如何利用智能手機, 無論在飲食、購物、聯誼等各方面, 都可以讓大家安坐家中, 便能滿足生活上各項日常的需要。

38. 中醫養生系列~ 骨質疏鬆及痛症的認識和護治

開課日期: 17/9 - 15/10, 共4堂 (1/10除外)

時間: 逢星期五, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$320

導師: 潘劉歡團女士 (中醫藥管理委員會註冊中醫, 香港浸會大學中醫內科碩士畢業)

課程簡介: 幫助學員認識骨質疏鬆的發生, 以及哪些人比較容易患上; 了解頭痛、腰痛、膝痛的成因、分型、生活護理和穴位按摩。

39.資訊及通訊科技~手機應用(活用Google雲端Apps豐富生活樂趣)

開課日期: 17/9 - 22/10, 共5堂 (1/10除外)

時間: 逢星期五, 下午2:30 - 4:00

費用: HK\$400

導師: 吳麗霞女士

課程簡介: 課程教授日常生活常用的Google流動應用程式和使用秘技, 包括網絡智能搜尋 (以語音或圖片搜尋)、電郵通訊、日曆活動事項提醒、記事 and 清單提醒、雲端相簿分享及共用、雲端硬碟備份與儲存及YouTube影片娛樂, 掌握Google使用的要訣豐富生活樂趣。

40.攝影創作 (進階)

開課日期: 20/9 - 30/9, 共8堂

時間: 逢星期一、四, 上午9:00 - 下午1:00

費用: HK\$640

導師: 陳策樑先生 (英國皇家攝影會會士名銜 (ARPS)、Adobe PhotoShop認證專家 (ACE)、部份攝影作品被香港文化博物館永久收藏)

課程簡介: 本課程以討論學員的實習功課為重點, 指導學員使用不同焦距鏡頭、正確操作曝光調控、運用構圖技巧進行攝影創作。學員在堂上發表自己的實習作品, 由導師引導互相討論。

41.導賞系列~宗教建築篇

開課日期: 23/9 - 21/10, 共4堂 (14/10除外)

時間: 逢星期四, 上午10:30 - 中午12:00

費用: HK\$320

導師:

鄺耀輝先生 (香港導賞員學會 (古蹟組總監))
吳崇傑先生 (香港大學專業進修學院導賞校友會會長、香港浸會大學持續教育學院藝術評賞及創作專業文憑)

課程簡介: 開埠初期, 香港是一個漁港, 後來人口漸多, 而宗教信仰亦隨著人口增多也變得多樣性。廟宇教堂等建築各具特色, 因應不同宗教信仰和教義而有不同風格和功能, 本課堂會與大家分享當中頗具特色的廟宇和教堂。在欣賞特色建築之餘, 另外亦會教曉大家怎樣繪製一張明信片 and 製作一張立體相片。

42.寫意水墨畫初班

開課日期: 20/8 - 15/10, 共8堂 (1/10除外)

時間: 逢星期五, 上午11:00 - 中午12:30

費用: HK\$640

學員自備: 狼毫筆(大/中山水)、羊毫筆 (大/中白雲)、圭筆、墨汁、宣紙、調色碟、12色顏色一盒、盛水器及墊枱用報紙。

導師: 庾潤華先生 (香港中國美術會執行委員、香港紅荔書畫會永久會員)

課程簡介: 教授基本中國水墨畫技巧: 用筆、用墨、畫面佈局及著色方法。主題以花卉、蔬果、水族、山水為主; 用寫意生動淺白方法教授, 使學生更易掌握。著重創意及趣味性, 提高學生學習及創作興趣。

43.齊來輕鬆學韓語(第三章)

開課日期: 20/8 - 15/10, 共8堂 (1/10除外)

時間: 逢星期五, 上午10:00 - 中午12:00

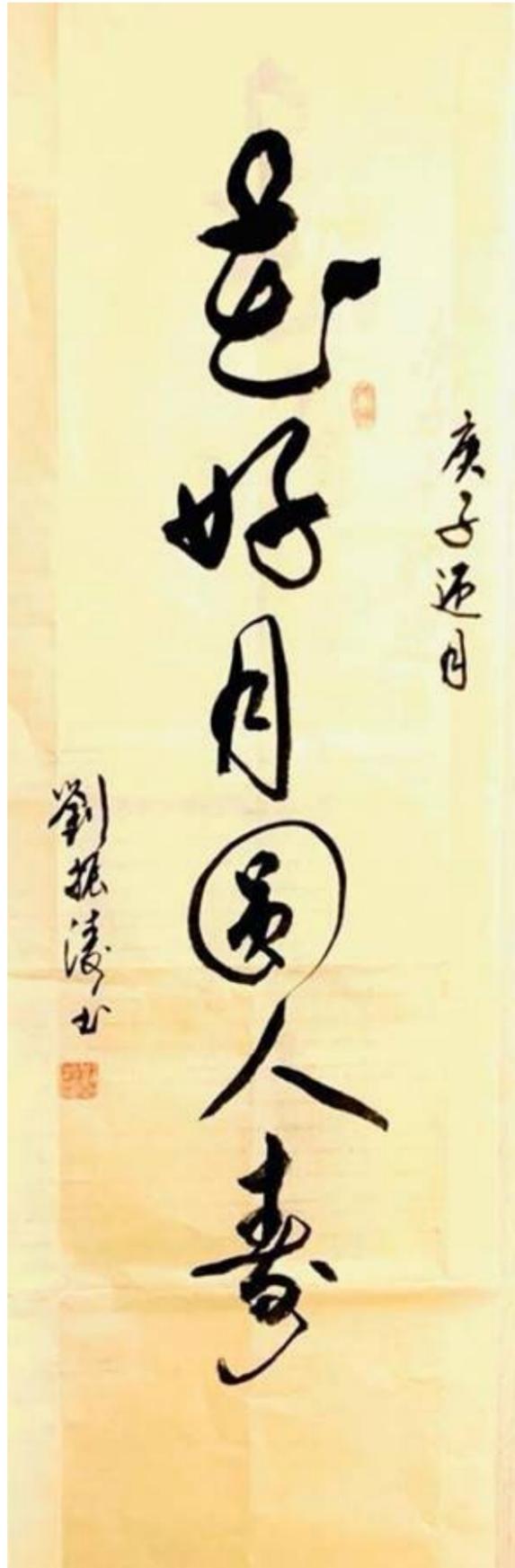
費用: HK\$640

導師: 胡悅容女士 (香港大學Space韓語高級證書)

課程簡介: 本課程開辦目的是因應現今各界對韓語學習的需求, 以輕鬆學習的模式, 教授學員生活韓語。日後學員無論是觀看韓劇、韓電影、音樂、到韓國餐廳用膳或踏足韓國觀光時, 可運用所學, 增添接觸韓國文化和旅游的樂趣。



寫意水墨畫初班



休閒書法



國畫系列: 錦鯉



紙藝工作坊

- 第一堂**
七子美白手工皂及創意玻璃盆栽
- 第二堂**
杏仁檸檬香茅護手霜及百變水草杯
- 第三堂**
左手香防蚊水及微形燈泡盆栽
- 第四堂**
艾草咖啡渣鞋櫃吸濕包
及日本和諧粉彩押花畫



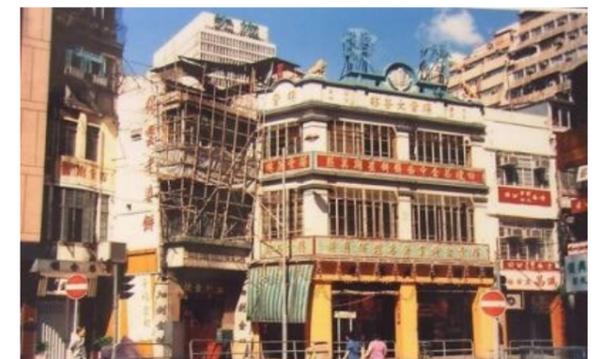
園藝治療初探



蝶古巴特拼貼藝術



位於皇后大道中與文咸東街交界的得雲茶樓，1989年



導賞系列

旁聽生課程2021-22 (上學期)

旁聽生課程2021-22 (上學期) 科目內容包括心理學、社會學、文學、管理學等等

- 上課日期: 2021年9月至12月
- 費用: 港幣450元
- 名額: 每科最多5位旁聽生
- 上課地點: 網上或香港理工大學紅磡灣校園或西九龍校園(按不同科目而定)
- 報名方法: 會員請留意2021年8月份的電郵資料



THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY 香港理工大學

Institute of Active Ageing 活齡學院

旁聽生課程

你是否因為年輕時經濟所限，遺憾未能進入大學接受教育？你是否因為早年全心投入家庭，錯過自我增值的學習機會？

面向對象：
孜孜不倦，追求知識，保持終身學習上進心的你

課程目的：
1. 獲得接受正規教育的機會
2. 拓寬視野，吸收新知識，讓教育水平更上一層樓

教學內容：
社會學、心理學、管理學、文學等
無需考試或提交功課

3400 8970

dhiaa@polyu.edu.hk

Room R505, Block R, Shirley Chan Building
The Hong Kong Polytechnic University

更多資訊，歡迎瀏覽活齡學院官方網站
<https://www.polyu.edu.hk/apss/iaa/en/>

polyuiaa

「友導共學」培訓計劃

為使積極學習課程能持續運作及不斷推陳出新，我們不單邀請專業人士擔任課程導師；更致力培訓第三齡人士成為活齡學院的導師。培訓計劃目的是強化已具備技能的第三齡人士的教學技巧、溝通技巧及課程設計能力，讓他們得以有效地傳遞知識及將技能授予他人，成為彼此的良師益友。

- 開課日期: 16/8/2021 - 6/9/2021, 共4堂
- 時間: 逢星期一, 上午10:30-中午12:00
- 費用: 免費
- 報名方式:
 1. 致電34008970, 或
 2. 電郵至amyh.wong@polyu.edu.hk, 聯繫Amy

「人才發展計劃」

ERB僱員再培訓局【意見調查訪問員基礎證書】AA001DS第九班於5月結束為期19天的課程。此課程包括專業的意見調查訪問知識教學，以及導師親自帶領的意見調查訪問實踐。大部分學員表示，從課程中學習到非常多。課程結束後，學員更去到香港浸會大學社會科學研究中心，參與中心的電話研究員訪問工作，僱主反應良好。未來，活齡學院會繼續舉辦同一課程，請大家繼續關注下期報名時間。



ERB「人才發展計劃」課程 就業掛鈎課程 意見調查訪問員基礎證書 (課程編號：AA001DS) 專為較年長人士而設課程

課程目標：讓學員掌握進行意見調查的知識和技巧，
協助學員入職意見調查員或相關工作。

入讀資格：

- ▶ 年齡50歲或以上，學歷在副學位或以下的失業、待業的香港合資格僱員，並具就業意欲
- ▶ 中五學歷程度；或中三學歷程度及兩年或以上工作經驗
- ▶ 能閱讀及書寫一般中文
- ▶ 須通過英文入學試及面試

課程內容：

- ▶ 意見調查不同的調查方法及種類
- ▶ 進行街頭 / 上門 / 電話調查的技巧
- ▶ 處理「拒絕回應」及衝突技巧
- ▶ 意見調查常見用語及詞彙
- ▶ 個人素養及求職技巧
- ▶ 模擬訪問：實用調查技巧

課程提供為期三個月的就業跟進服務。
出席率達八成，可獲發放培訓津貼，費用全免。

上課時數：120小時（11天全日制及8天半日制，訓練期約7週）

上課地點：Zoom視像 或 面授形式

☎：3400 8967

🌐：https://www.polyu.edu.hk/apss/iaa/en/

📘：polyuiaa

代代有愛 家家築愛

活動預告



第三屆「代代有愛·家家築愛」計劃

由理工大學活齡學院主辦的第三屆「代代有愛·家家築愛」計劃即將接受報名，此計劃承蒙李錦記家族基金贊助，參加者費用全免。對象為希望提升家庭幸福及建立和諧多代關係有興趣；及已達50歲或以上之退休人士或將退休人士，歡迎公眾人士報名參加。

報名日期及詳情請參閱附件海報。

如有任何疑問請於辦公時間致電 3400 8972 / 3400 8970 聯絡 May。



代代有愛 家家築愛

第三屆「代代有愛·家家築愛」計劃工作坊日程

家人祖孫關係系列	下半場規劃系列	退休健康系列
資訊及通訊科技 - 從Zoom開始 日期：2021年8月17日（星期二） 時間：上午10:30 - 下午12:30 地點：理工大學QR403 資訊及通訊科技 - 智能手機學社交 日期：2021年8月24日（星期二） 時間：下午2:00 - 下午5:00 地點：理工大學BC203 如何在壓力中仍能好好溝通 日期：2021年8月31日（星期二） 時間：上午9:30 - 下午12:30 家庭尋寶之旅 - 家庭健康維他命 日期：2021年9月7日（星期二） 時間：上午9:30 - 下午12:30 了解新一代的情緒和成長需要 - 溝通有道 日期：2021年9月14日（星期二） 時間：上午9:30 - 下午12:30 知己知彼 - 教務有理 日期：2021年9月21日（星期二） 時間：上午9:30 - 下午12:30	性格透視工作坊 - 提升了解自己及他人的性格特質（共2堂） （A、B兩班，內容一樣，請2選1） A班 日期、時間及地點： 第一堂：2021年8月10日（星期二） 第二堂：2021年8月12日（星期四） 時間：上午9:30 - 下午12:30 地點：理工大學BC203 B班 日期、時間及地點： 第一堂：2021年8月10日（星期二） 第二堂：2021年8月12日（星期四） 時間：下午2:30 - 下午5:30 地點：理工大學BC203 退休跨代理財學 - 三代共享財務健康 日期：2021年10月5日（星期二） 時間：上午10:30 - 下午12:30 生死教育之善生之旅 日期：2021年10月26日（星期二） 時間：上午9:30 - 下午12:30 平安多寶講法律 - 長者常見法律議題工作坊（共2堂） 日期及時間： 第一堂：2021年11月16日（星期二） 第二堂：2021年11月23日（星期二） 時間：上午9:30 - 下午12:30	夫婦溝通工作坊（共2堂） （A、B兩班，內容一樣，請2選1） 對象：已婚人士 A班 日期及時間： 第一堂：2021年9月2日（星期四） 第二堂：2021年9月9日（星期四） 時間：上午10:00 - 下午12:00 B班 日期及時間： 第一堂：2021年9月2日（星期四） 第二堂：2021年9月9日（星期四） 時間：下午2:00 - 下午4:00 網上活齡身體強健規劃工作坊（共10堂） 日期：2021年9月16 - 11月25日 （逢星期四，10月14日除外） 時間：上午10:00 - 上午11:00 上課形式：zoom線上直播 360°照顧身心靈 日期：2021年9月28日（星期二） 時間：上午9:30 - 下午12:30

參與資格

- 已達50歲或以上之退休人士或將退休人士；
- 對提升家庭幸福及建立和諧多代關係有興趣；及
- 歡迎公眾人士參加

報名須知

工作坊的舉行日期由8月至11月，有興趣參加此計劃的人士以能參與全部13個工作坊或大部分工作坊為佳。

報名日期：2021年6月25日至7月20日
 報名渠道：polyu.edu.hk/apss/iaa/hk
 費用：承蒙李錦記家族基金贊助，參加者費用全免
 查詢電話：34008972 / 34008970

獲選者將於2021年7月30日前收到通知，若屆時未有收到通知者將視為候補。

代代有爱 家家筑爱

【代代有爱·家家筑爱】第二阶段「筑乐」活动

今年有十個「代代有爱·家家筑爱」的參加者入選第二階段「筑乐」活動，獲得資金贊助籌辦自己的家庭項目。由五月活動開展至今，已有多個參加者成功籌辦及完成他們夢想的家庭項目，可喜可賀！聽聽部分參加者於完成活動後的心聲。

項目名稱: 三代同堂歡樂在大澳

蕭福宏: 鳴謝李錦記家族基金的贊助及理大活齡學院的協助，使我們三代同堂能在大澳漁村歡度一個快樂的時光，尤其是我們可在著名的大澳文物酒店內度過了愉快的宅度假。



活動回顧

項目名稱: 三人造蛋糕, 三代同慶祝

周德昌: 籌備家庭項目的過程，能令全家人有共同目標，整個家庭一齊嘗試新事物，使家庭增加團結。



項目名稱: 小島遊歷滿載愛, 兩代共享家人情

譚惠恒: 從一家人開始構思、商議活動內容及可行性，到各自分工，感覺大家像夥伴般合拍。感謝IAA主辦及李錦記家族基金的贊助，讓我們在疫情中雖然戴著口罩但有一個非常愉快難忘的時光。

活齡開心速遞

第三屆活動

主辦機構

THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY 香港理工大學

Institute of Active Ageing 活齡學院

全力支持

和富 Wofoo Social Enterprises 和富社會企業

Wellness Journey 身心型造所 Wellness Hub

第三屆 活齡開心速遞 Happiness Courier

活動簡介：長者生活滿意程度與其健康狀況息息相關。因此，活齡學院希望透過這次活動培訓讓會員了解一些長期病患的基本知識以及疾病的預防方法，之後會員能運用所學並向區內的長者傳遞愛與正能量。

參與名額：20人

課堂形式：實體面授或Zoom視像教學

課堂活動(必須出席) (由註冊護士教授及帶領)：

課堂(實體面授及即場指導)	日期與時間	內容
油麻地彌敦道 574-576 號和富商業大廈 7 樓 Wellness Hub 身心型造所	2021 年 03 月 24 日(星期三) 上午 10:00-中午 12:00	<ul style="list-style-type: none"> 了解一些長期病患的基本知識(例如高血壓, 高膽固醇(血脂), 糖尿病, 心血管疾病)
香港理工大學校園	2021 年 03 月 31 日(星期三) 上午 10:00-中午 12:00	<ul style="list-style-type: none"> 感染控制
香港理工大學校園	2021 年 04 月 07 日(星期三) 上午 10:00-中午 12:00	<ul style="list-style-type: none"> 學習量血壓的方法
油麻地彌敦道 574-576 號和富商業大廈 7 樓 Wellness Hub 身心型造所	2021 年 04 月 09 日(星期五) 上午 10:00-中午 12:00	<ul style="list-style-type: none"> 疾病自我管理

報名方法：請填妥及寄回申請表格和以下問卷(名額先報先得)
問卷連結：https://hkpuhealthandsocial.au1.qualtrics.com/jfe/form/SV_7QwV8NenlqELA2
 如有查詢，請致電3400 8967 / 3400 8970與職員聯絡，謝謝

成為活齡開心速遞的一份子

聯繫我們

理大活齡學院 陳齡雲 R505室 3400 8970 dhiaa@polyu.edu.hk Polyuiaa 活齡學院

活動回顧



由和富社會企業及Wellness Hub身心型造所全力支持的【活齡開心速遞】項目第三屆活動隨著一連四節的訓練完結後，十位義工學員們已俱備了基本的健康知識與實踐技能，準備好為區內的長者「速遞」開心、關懷和發放正能量。疫情反覆影響下，義工團隊終於在5月及6月出動喇！

義工學員們會在未來日子繼續為區內長者提供各式各樣的支持及關懷，盡一己所長發揮「活齡」精神。請大家繼續支持我們的義工學員，為他們的貢獻打打氣！好讓他們在日後繼續為社區服務，帶來最大的裨益，共同建立活齡開心健康生活！

在未來，還有更多由和富社會企業及Wellness Hub身心型造所支持的更多關愛長者的活動，請繼續留意活齡學院的消息。



活齡開心速遞

關愛一線牽

活動一為與ELCHK信義會合作的「關愛一線牽」活動，從5月起，會員們來到香港理工大學校園，打電話慰問沙田區及馬鞍山區的獨居長者，並將他們從「活齡開心速遞」項目中學習到的健康知識，融合傳達給電話另一端的地區長者們。此活動將持續到7月底，為更多社區長者帶來愛心慰問。



活動回顧

面對面開心健康講座

活動二中，曾經參與過「活齡開心速遞」訓練的會員們於6月19日來到尖沙咀街坊會松柏鄰舍活動中心，與油尖旺社區內長者開展「面對面開心健康講座」活動。活齡學院會員們戴上理大研發的PU30清洗重用口罩，向長者們傳授關於高血壓的知識，包括如何避免高血壓病、如何保持穩定的血壓水平及如何正確地量度血壓水平等。活動當中更有由會員們為長者量度血壓的互動環節，令長者們能夠活學活用，將高血壓的健康知識融入到日常生活中。



活齡教室新體驗

活動回顧



由優質教育基金贊助的「2021活齡課室新體驗」計劃已經圓滿完成第一所中學的活動。

接下來, 我們將會進入香港道教聯合會圓玄學院第三中學和潮州會館中學進行交流和活動, 敬請期待!

「動人時刻 校園動物大使小訓練班」結業儀式

2021.5.15

應潮州會館中學邀請, 活齡學院數位會員與項目同事一同出席首屆「動人時刻 校園動物大使小訓練班」結業儀式。我們不但學習到動物的生理及情感需求, 還與受訓動物親密接觸, 了解到動物保護的知識及相處技巧。

媒體報道: 星島日報: 動物大使校園宣揚愛護毛孩

連結: <https://std.stheadline.com/daily/article/2359101>

主辦機構: THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY, Institute of Active Ageing, 優質教育基金

2021 活齡教室新體驗

項目主旨

1. 幫助提高學生對老年人的認識度、興趣和積極性
2. 支持教師在相關領域教學中增強學生對人口老齡化的了解
3. 提高學生對長者需求和特徵的敬感性
4. 促進將老年學和老年醫學知識 (IAEE模型) 整合到不同的核心和非核心科目之正式課程中

協同夥伴: 曾璧山中學, 香港道教聯合會圓玄學院第三中學, 潮州會館中學

聯繫我們: 3400 8970, d@iaae@polyu.edu.hk, PolyUiaae 活齡學院



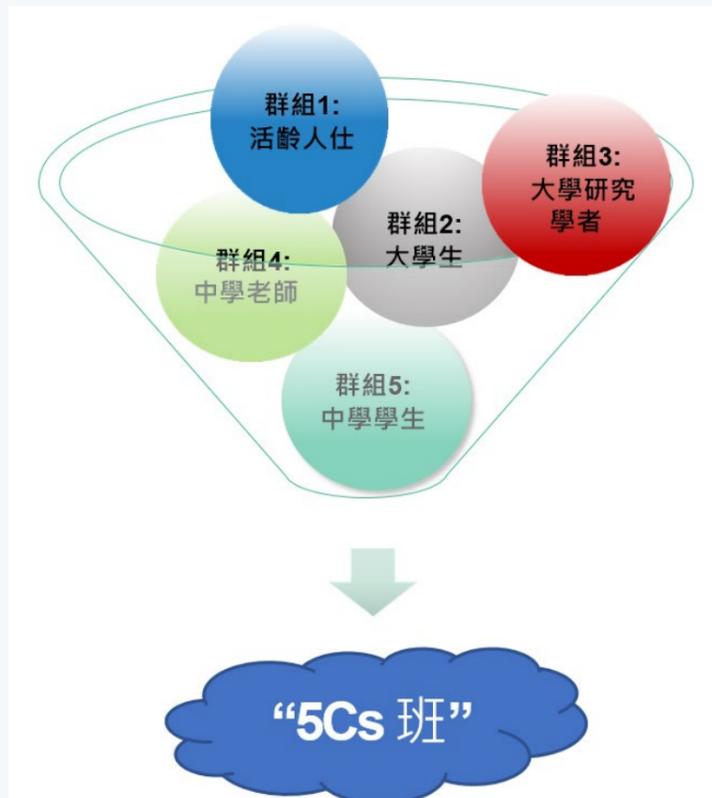
i-GESS 跨代共學5Cs班

學院有幸獲得「李錦記家族基金」與「擇善基金會」贊助，與浸會大學共同舉辦「i-GESS 跨代共學5Cs班」計劃。

計劃簡介:

「i-GESS 跨代共學5Cs班」旨在連結五個不同群組(即5Cs班)，以共同設計及策劃跨代共學等活動作為契機，讓年青人透過更廣闊的視野來了解社會，理解現實中各個層面的情況以及所需特性，同時亦相向地啟發長者從年青人的角度去探索社會的多樣性。

本計劃將於八月下旬開始接受報名，請留意活齡學院資訊，勿失良機。



計劃簡介:

1. 跨代關係修復的重要時機

- 香港的青年及長者在政治和政府政策的問題上存在重大分歧
- 年青人及長者雙方刻板印象及標籤對彼此存在偏見及誤解



2. 跨代關係修復的訴求

- 年青人及長者都期望有個適合的平台來重新建立相互理解、尊重互信的關係，雙方都能受益

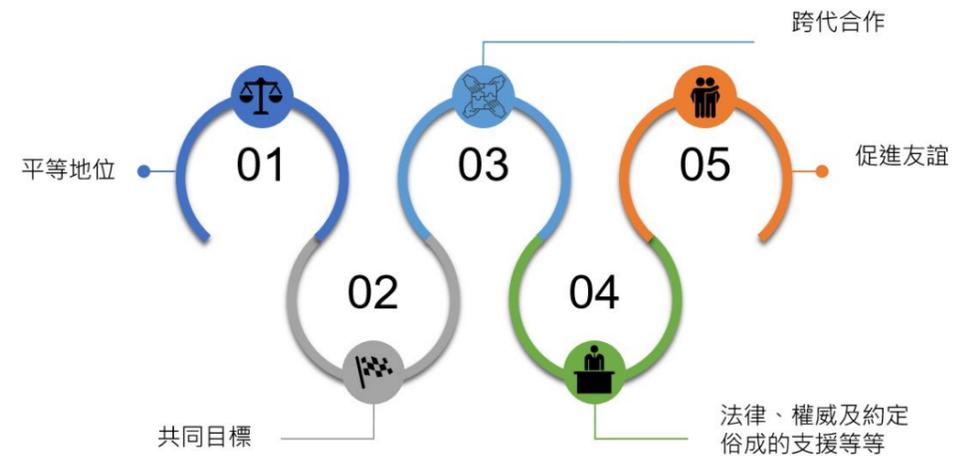
- 以不同類型的活動作為契機，如跨代共學活動等等，讓年青人獲得更廣闊的視野來瞭解社會及現實中各個層面的情況
- 啟發長者從年青人的角度去探索社會的多樣性

3. i-GESS 跨代共學5Cs班的解決方案

4. i-GESS 跨代共學5Cs班的目標

- ✓ 提升中學生、大學生及長者所參與的跨代共學活動質素及增加此類型活動的數目
- ✓ 鼓勵即將步入職場的中學教師採納跨代共學互動教學法

理論框架:



參照 Intergroup contact theory (族群接觸理論)
Allport, G. W. 1954. *The nature of prejudice*. USA, MA: Addison-Wesley.

4

活齡學院開心義工隊

關愛一線牽

2021.5月-7月

「關愛一線牽」服務已於5月25日正式開始喇!

義工以2人小組的模式, 透過電話問候居住於沙田及馬鞍山區的獨居長者。在活動中, 義工們不但了解到獨居長者的需要, 更逐漸摸索到與長者交流的技巧! 期待之後的時節義工們能夠繼續以遙距模式關懷到更多的獨居長者, 於沙田近馬鞍山社區中傳遞更多正面及健康的資訊。



耆樂天使

2021.6月-9月

活齡學院的「耆樂天使」服務前培訓已於5月27日及6月2日順利完成。今次培訓我們邀請到合作機構基督教香港信義會外展專業服務隊的陳婧瑜女士、方敏芝女士及譚詠珊女士主講。內容包括講解自立支援原則、義工帶領活動的技巧及實務等知識。在培訓中, 導師更特別安排了簡單的蒙眼及飲水體驗活動, 讓義工們能夠代入及理解安老院長者的感受, 進一步加強義工們的同理心及為安老院長者服務的決心。

活齡學院的義工們現已裝備了服務安老院長者的知識及正面態度, 期待6月至9月正式服務時, 能夠於疫情下提高院友的生活趣味並為他們帶來點點溫暖!



講座及研討會

“「隔離」生活策略 – 科技新「耆」育成記”網上分享會

2021.6.4

活齡學院總監白雪博士受到創匯點邀請, 主持“「隔離」生活策略 – 科技新「耆」育成記”網上分享會, 分享疫情下建立跨代共融、長者友善城市的舉措及新點子。電子科技愈嚟愈先進同方便, 好多機構都有為老友記開辦手機/電腦班, 機不離手再唔係年青人嘅專利。加上疫情限制社交距離, 好多時要靠網絡同外界、親友保持聯繫, 大大加速咗跨代數碼共融嘅發展。



「照顧家庭財政的重要文件」

2021.6.10

在友好機構詠翔 (香港) 及MIPCRC精神健康資訊滙的支持下, 活齡學院有幸邀請到關天敏大律師為我們帶來「與照顧家庭財政的重要文件: 遺囑及持久授權書」講座。本次講座觀眾反響熱烈, 逾176人觀看本次直播。關天敏大律師從介紹基本的遺囑及持久授權書之作用, 至帶領觀眾認識訂立時所需要留意的重點 (例如涉及的相關法律) 以及訂立時要注意的精神狀況, 並為觀眾解答了十數條法律疑問, 為他們免除憂慮, 保障自己及家人的財產安全。



活齡精彩時刻

活齡學院2021夏季迎新會

2021.5.25



感謝出席迎新會的會員以及為活齡學院課程作介紹的導師們! 歡迎各位新會員加入我們的大家庭, 更多活動期待各位的加入, 一起「活學未遲 開心此時」!

若想回顧當時的熱鬧氣氛, 請瀏覽:

<https://www.youtube.com/watch?v=ptAaQzj8lOY>



活齡精彩時刻

「同理設計大使」

2021.6

很高興我們的活齡學院會員能成為「同理設計大使」，參與由香港理工大學紡織及服裝學系助理教授林枝衍博士領導的「同理設計服裝社區織網計劃」。活齡學院會員通過參與培訓班，對紡織表達藝術及時裝設計的理論瞭解加深；他們亦出席了許多關於護理紡織品及季節穿搭資訊的講座。最後，他們成立了流動縫紉小隊為社區中的長者及照顧者提供幫助。相信大家在整個參與過程獲益良多。

歡迎大家收看回顧短片，體會他們的快樂與愛心：<https://www.youtube.com/watch?v=aOt9qqbhMm0>

最後，再次祝賀林博士領導的該計劃完滿結束！



活齡學院受邀成為「黃金時代展覽暨高峰會2021」學術合作夥伴

2021.8月-9月



Academic Partners

Lingnan 嶺南大學
University of Hong Kong

亞太老年學研究中心
Asia-Pacific Institute of Ageing Studies

HONG KONG SHUE YAN UNIVERSITY
Department of Counselling & Psychology
香港樹仁大學輔導及心理學系

社會工作學系
DEPARTMENT OF SOCIAL WORK

香港科技大學
THE HONG KONG UNIVERSITY OF
SCIENCE AND TECHNOLOGY

CENTER FOR
AGING SCIENCE

香港大學應用老年研究中心
San Fe Centre on Ageing
The University of Hong Kong

香港恒生大學
THE HANG SENG UNIVERSITY
OF HONG KONG

香港浸會大學
HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY

CENTRE FOR
INNOVATIVE
SERVICE-LEARNING
創新服務學習中心

THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學

Institute of
Active Ageing
活齡學苑

香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong

香港中文大學
賽馬會老年學研究所
CUHK Jockey Club Institute of Ageing

東華學院
TUNG WAH COLLEGE

黃金時代展覽暨高峰會2021

激發創新思維 應對老齡化

黃金時代展覽暨高峰會是首創推動人口老化議題的變革性活動及互動協作平台。嶄新的一站式體驗盡在黃金時代展覽暨高峰會2021!

今年, 黃金時代展覽暨高峰會將以線上及廣為人知的實體形式混合進行, 讓大眾能就人口老化議題進行無界限的交流。

參加者能參與高峰會討論的嶄新話題, 並觀看展覽會老齡化行業的創新產品和服務。此外, 通過長達一個月線上展覽暨高峰會, 與外地人士交流, 探討各地的老齡化問題。



1. 登記入場參加網上展覽暨高峰會

以「想·創·智齡城市」為主題, 第六屆「黃金時代展覽暨高峰會」將以網上和實體的混合模式舉行, 為參展會員提供雙重曝光機會, 同時吸引世界各地的觀眾網上參與。實體活動將於2021年8月27-29日香港會議展覽中心舉行, 而網上活動將於2021年8月16日至9月15日網上進行。

更多資訊請瀏覽: <https://www.goldenage.foundation/zh-hant/gaes2021/virtual/online-registration>

2. 申請參加展覽暨高峰會

參展會員能夠展示自己的創新產品和構思, 並可以享受一站式的展覽服務和全年支持, 提升品牌形象, 拓展無限商機。參展會員更可以選擇參加我們的虛擬展覽, 將業務面向世界各地。合資格的參展會員更可申請中小企業市場推廣基金資助高達50%參展費用。

更多資訊請瀏覽: <https://www.goldenage.foundation/zh-hant/gaes2021/physical/take-part-gaes-2021>

3. 智齡世代大獎

隨著全球老齡人口激增, 一連串嶄新的商機應運而生。由黃金時代基金會創辦的首屆【智齡世代大獎】, 旨在表彰為黃金一代帶來優質、享有獨立和有尊嚴的生活的傑出服務、產品及計劃; 促進創新的理念和行動, 重塑未來智齡城市。評審將根據參選項目的創新性、可擴展性和可持續性、認受程度、成功案例、協作程度, 以及整體用戶體驗作評核。

報名詳情: <https://www.goldenage.foundation/zh-hant/saa2021>

研究對象招募

誠邀你參加由香港理工大學康復科學系工作人員曹原博士與岑浩強教授進行的“青年人和年長者的社會認知-行為研究”項目。

參與項目期間你將在電腦上玩一個拋接球遊戲，即扔球或接球。這個遊戲分為4個部分，每個部分持續約5分鐘。每個部分結束之後請你根據剛才的遊戲體驗回答一些問題。除此之外，還會邀請你填寫一些問卷。整個實驗過程約30分鐘至1小時。

你的參與將幫我們更好的了解，年齡對社會認知是否有影響，從而幫助我們更好的理解年齡對人際關係的影響。

此研究誠意邀請符合以下條件的參加者：

- 年齡為65歲或以上
- 沒有嚴重的情緒或心理問題，也沒有精神疾病病史
- 沒有明顯的腦功能退化問題 (例如認知障礙症)

如想報名或了解更多信息，請聯繫Sally曹原博士和她的同事：3400 2667，或發電郵至 sally-yuan.cao@polyu.edu.hk。

非常感謝你的支持！

曹原博士



康復治療科學系
Department of Rehabilitation Sciences

THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學

青年人和年長者的 社會認知行為研究



參加者將在電腦上玩一個線上球類遊戲，並填寫問卷。過程約30分鐘至1小時。

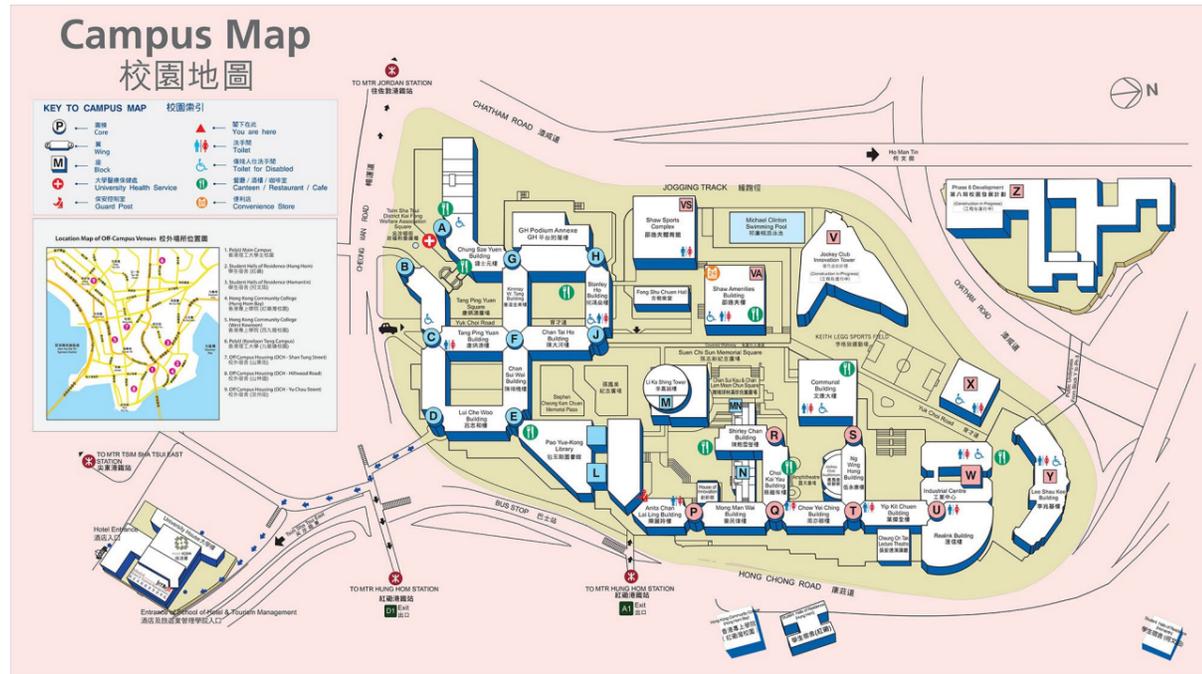
你的參與將幫我們更好的了解，年齡對人際關係是否有影響。

**完成研究即可獲得
HK\$100超市現金券**

誠意邀請符合以下條件的參加者：

- 年齡為65歲或以上，或30歲以下
- 沒有嚴重的情緒問題或精神疾病病史
- 沒有明顯的腦功能退化問題

如想報名或了解更多信息，請聯繫Sally曹博士：
3400 2667，
sally-yuan.cao@polyu.edu.hk。



入會指南

1. 50歲或以上人士;
2. 持香港永久性居民身份證;
3. 一年半會籍: \$160 (即日至2022年12月31日)
4. 可親臨活齡學院辦公室填寫會員申請表, 並以現金或支票方式繳交入會費用; 或填妥會員登記表格, 連同劃線支票 (抬頭請寫「香港理工大學」) 寄回活齡學院辦公室 (香港理工大學活齡學院陳鮑雪瑩樓R505室)。

聯絡我們



理大活齡學院
陳鮑雪瑩樓R505室



3400 8970



dhiaa@polyu.edu.hk Polyuiaa 活齡學院



polyuiaa

防疫須知

1. 必須在校園及課室內戴上口罩
2. 最少保持1.5米社交距離
3. 如當天有發燒、身體不適、在工作坊/講座前14天內曾有境外旅遊記錄的人士或居住大廈有確診個案者, 請預早通知活齡學院並留家休息

惡劣天氣的安排

各類型警告信號		所有課堂及講座照常舉行	
一號戒備信號		所有課堂及講座照常舉行	
三號強風信號			
黃色暴雨警告信號			
紅色暴雨警告信號			
黑色暴雨警告信號 或 八號強風信號或以上的 上課程安排 *警告信號於早上6:30 前生效, 所有室外活 動將會取消	警告信號生效時間	上課安排	
	早上6:30至正午12:00	所有下午2:00前的課堂及講座將會取消	
	正午12:00至下午4:30	所有正午12:00至下午6:30前的課堂及講座取消	
	警告信號取消時間	上課安排	
	正午12:00或之前	所有下午2:00後的課堂及講座將會如期舉行 (另行通知除外)	
	下午4:30或之前	所有下午6:30後的課堂及講座將會如期舉行 (另行通知除外)	

已開始的活動將繼續進行, 活齡學院職員會根據當時情況決定是否提前終止活動。

活齡學院官方網站

更多精彩資訊, 請瀏覽: <https://www.polyu.edu.hk/apss/iaa/hk/>