

1. 課程名稱:休閒書法班(A)

開課日期:24/1-20/3 共8堂 (14/2 除外)

時間:逢星期三,上午10:00-11:30

費用:HK\$640

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)

上課地點:待定

簡介: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、篆書各體的結字和筆法,程度不拘,歡迎有興趣人士參加。

學員需自備:毛筆、九宮格或是宣紙、墊枱布、墨等等

2. 課程名稱:新態度活齡男女衣著系列

開課日期:24/1-21/2 共4堂 (14/2 除外)

時間:逢星期三,上午10:30-中午12:00

費用:HK\$320

導師:陳聖智先生(美國俄立岡州立大學學士、及考獲英國倫敦中央聖馬田藝術與設計學院文化企業與藝術證書)

上課地點:待定

簡介:朝氣活力態度是所有活齡追求的目標。時尚行內人Vincent Chan以多角度分析活齡穿搭特質,亦有品味衣著,顏色襯托,視覺穿搭秘訣及時令服裝推介。實踐簡約而穿得優雅技巧。透過本課程可提升自信及生活品質,適合希望改變形象的活齡人士參加。

3. 課程名稱:日本文化有多Fun?(第19篇)

開課日期:24/1-20/3 共8堂 (14/2 除外)

時間:逢星期三,上午10:30-中午12:00

費用:HK\$640 另加材料費:HK\$150

導師:胡悅容女士(香港中文大學日本研究碩士)

上課地點:待定

簡介:透過為期8節的課程於向學員詳細講解日本民族,歷史,文化等專題、及引領學員深入探究一些值得香港借鏡和思考的日本社會現狀,

學員從而加深對日本文化面貌和社會現象的洞悉。導師會按課程需要和學員興趣，邀請嘉賓導師出席課堂，就某些日本文化專題向學員作有關講解。

4. 課程名稱:水彩創作初階延伸

開課日期:24/1-20/3 共8堂 (14/2 除外)

時間:逢星期三，上午10:30-12:30

費用:HK\$640 另加材料費:HK\$80

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、香港導賞員學會副會長)

上課地點:待定

簡介:水彩是一種優悠的創作媒介，有分透明水彩與不透明水彩，本課程將主要分享透明水彩，有機會亦會讓大家了解兩者的分別。課堂上透過學習和實踐，認識構圖、透視、光影和色彩等等，從創作到欣賞。從中感受箇中樂趣，享受過程。

5. 課程名稱:休閒書法班(B)

開課日期:24/1-20/3 共8堂 (14/2 除外)

時間:逢星期三，上午11:30-下午1:00

費用:HK\$640

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)

上課地點:待定

簡介: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、篆書各體的結字和筆法，程度不拘，歡迎有興趣人士參加。

學員需自備:毛筆、九宮格或是宣紙、墊枱布、墨等等

6. 課程名稱:認識本地文化歷史

開課日期:24/1-21/2 共4堂 (14/2 除外)

時間:逢星期三，下午2:30-4:00

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、
香港導賞員學會副會長)

上課地點: 待定

簡介: 疫程過後，市面熱鬧起來，近年亦興起尋找集體回憶，認識本土文化。本課程帶領大家在課堂上認識各區前世今生，趁新春期間，約齊三五知己，充當導賞一起重回舊地，回味過往景象(中西區、北角區、東區、南區)。

7. 課程名稱: 簡易中國舞班

開課日期: 24/1-27/3 共8堂 (7/2 & 14/2 除外)

時間: 逢星期三，下午2:30-4:00

費用: HK\$640

導師: 蘇玉萍女士

上課地點: 待定

簡介: 練習中國舞的基本動作及技巧，排練新舞，溫習上期學的舞蹈，輕鬆學跳中國舞，所學的舞可作表演。

學員請穿着輕便服飾及鞋並自備一把中長的飄扇及兩條長絲巾

8. 課程名稱: 輕輕鬆鬆畫花鳥-視覺藝術創作

開課日期: 24/1-27/3 共8堂 (7/2 & 13/3 除外)

時間: 逢星期一，下午2:30-4:00

費用: HK\$640

導師: 譚麗華博士(修畢香港中文大學專業進修學院中國水墨畫文憑課程)

上課地點: 待定

簡介: 教授不同花卉的畫法，今期學習蘭花、水仙花、菊花、牽牛花、荷花、麻雀/金魚/蝴蝶。並教導每位學員創作一款視覺藝術作品(如: 紙扇/書籤/賀咭/明信片等)。

學員自備: 畫筆、顏料及畫紙等

9. 課程名稱: 練氣養生歌唱技巧班

開課日期: 25/1-21/3 共8堂 (15/2 除外)

時間: 逢星期四，上午10:00-11:30

費用:HK\$640

導師:蔡振超先生

上課地點:待定

簡介:本課程教授流行曲的歌唱技巧,使學員認識歌唱的知識。認識演繹技巧,正確及有效的腹式呼吸、發聲練習、歌詞理解、感情及聲音控制等演繹方法,從基本著手改善音色及音準拍子等。提升學員對歌唱的興趣。

10. 課程名稱:身動靜心導引養生班

開課日期:25/1-28/3 共8堂 (8/2 & 15/2 除外)

時間:逢星期四,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前榮休首席顧問長官、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)

上課地點:待定

簡介:本課程通過兩個獨特動動靜靜環節,體驗不同運動及沉思實踐模式,讓自我神經放鬆收緊自如,肌骨伸展柔筋壯骨,在最短時間內身心靈得到另類平靜舒暢安眠定心。

11. 課程名稱:阻身阻勢十八適

開課日期:25/1-28/3 共8堂 9(8/2 & 15/2 除外)

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榮休首席顧問長官、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)

上課地點:待定

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。

12. 課程名稱:新春折紙花藝和裝飾

開課日期:25/1-7/3 共6堂 (15/2 除外)

時間:逢星期四,下午2:30-4:30

費用:HK\$480 另加材料費:HK\$80

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、香港導賞員學會副會長)

上課地點:待定

簡介:年近歲晚,家家戶戶都除舊迎新。本課堂與大家分享自家手作,製作小擺設,既可為家居增添新氣象,另一方面亦可在心靈得到治癒。作品包括剪紙、折紙花藝、仿古金屬押花和手刻膠印等等。

13. 課程名稱:初級綜合舞

開課日期:26/1-22/3 共8堂 (9/2 除外)

時間:逢星期五,上午10:00-11:30

費用:HK\$640

導師:司徒靜碧女士

上課地點:待定

簡介:有研究報告指出跳舞是有氧運動中最能幫助預防認知障礙症。這課程綜合各種舞蹈,組合成獨特而簡單的舞步組合,集合排排舞、Cha Cha、Rumba、Para Para和爵士舞等多種舞步於一身,不需舞伴。課程能增強心肺功能,促進血液循環,提升協調能力、柔韌度、靈活性和平衡力。

學員請穿著輕便服裝和運動鞋

14. 課程名稱:和諧粉彩畫初班

開課日期:26/1-22/3 共6堂 (9/2 & 16/2 & 1/3 除外)

時間:逢星期五,上午10:00-11:30

費用:HK\$480 另加材料費:HK\$200

導師:岑慧儀女士

上課地點:待定

簡介:香港作為金融中心，人們經常處於繃緊的狀態。完成課堂後，學員能掌握如何透過繪畫和諧色彩的藝術，令自己身心都可以平靜下來。課堂會教授用和諧色彩技巧繪畫圖畫及書籤。

15. 課程名稱:齊來輕鬆學韓語(第十二章)

開課日期:26/1-22/3 共8堂 (9/2 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)

上課地點:待定

簡介:本課程開辦的目的旨在因應現今各界對韓語學習的需求，以輕鬆學習的模式，教授學員生活韓語和有關韓國的歷史與文化。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，增添接觸韓國歷史，文化和旅遊的樂趣。

16. 課程名稱:瑜伽

開課日期:26/1-22/3 共8堂 (9/2 除外)

時間:逢星期五，下午2:30-4:00

費用:HK\$640

導師:楊粵斌女士

上課地點:待定

簡介:為50+學員而設，透過熱身、伸展、式子和呼吸，令學生身心放鬆健康、平衡合一。

學員需自備:瑜伽墊，穿著舒適運動衣服或瑜伽服

17. 課程名稱:益氣養肺養生班

開課日期:26/1-22/3 共8堂 (9/2 除外)

時間:逢星期五，下午2:30-4:00

費用:HK\$640

導師:趙麗珊女士(心意樂太極學會創會主席、中國少林武術段位五段、具有香港南北國術會教練及裁判證書、並擔任該會資深裁判)

上課地點:待定

簡介:【益氣養肺功】是導引養生功法系列之一，全套共有八式。它是提高肺功能和防治傷風感冒、急慢性氣管炎、肺氣腫等呼吸系統疾病的經絡導引動功。該功法結構嚴謹、連貫圓活、動作簡單、新穎大方，受到廣大群眾，尤其是中老年朋友和慢性病患者的歡迎和喜愛。

18. 程名稱:剪紙工作坊

開課日期:29/1-26/2 共4堂 (12/2 除外)

時間:逢星期一，上午10:30-中午12:00

費用:HK\$320 另加材料費:HK\$40

導師:歐陽月雄女士(演藝進修學院剪紙課程證書、美國官方認證禪繞畫導師、JPHAA 日本和諧粉彩正指導師)

上課地點:待定

簡介:中國剪紙在2009年已列入「人類非物質文化遺產名錄」，剪紙不單能承傳中國文化，作品既有裝飾功能，亦可餽贈親友。初學、再參加者會剪不同程度的作品。

學員需自備:125毫米(mm)長黑柄剪刀一把(老師建議用張小泉，約港幣39元)

19. 課程名稱:《古典音樂寶藏:文藝復興至維多利亞時代》

開課日期:29/1- 26/2 共4堂 (12/2 除外)

時間:逢星期一，上午10:30 - 中午12:00

費用:HK\$320

導師:陳李可欣女士(導師Mandy Chan畢業於香港大學主修音樂，同時取得倫敦聖三一音樂學院古鍵琴演奏文憑(LTCL)和鋼琴教學文憑(LTCL)、曾於英國蘇富比藝術學院修畢裝飾藝術證書。

上課地點:待定

簡介:就文藝復興至維多利亞時代的音樂，提供更容易上手的資訊。並深入講解不同音樂風格的代表作，探討欣賞這些作品的多種方式。課堂上除了細聽超過45首古典音樂家的樂曲，你還將有機會欣賞博物館樂器及相關藝術品。不僅可以加深對古典音樂的興趣，還令你對西方文化和藝術有更全面的欣賞。

20. 課程名稱:西洋書法初階

開課日期:29/1 - 25/3 共8堂 (12/2 除外)

時間:逢星期一, 上午10:30-中午12:00

費用:HK\$640 另加材料費:HK\$60

導師:鍾偉昌先生

上課地點:待定

簡介:西洋美術字是西方歷史悠久的藝術創作,源遠流長。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。初班主要教導哥德式書法體和數字的運用。

21. 課程名稱:學好基本功,太極更輕鬆(四)

開課日期:29/1-25/3 共6堂 (12 & 19 & 26/2 除外)

時間:逢星期一, 下午2:00-3:30

費用:HK\$480

導師:吳宇雯女士(香港太極總會楊式太極拳註冊導師)

上課地點:待定

簡介:本課程內容主要教授太極拳的五種基本步法,以及八種基本手法。透過腿部的訓練,增加下肢肌肉量,減慢肌肉流失;加強骨質密度,改善骨質疏鬆;提高平衡力,減低跌倒風險;再透過步法和手法的互相配合,鍛鍊身體、手、眼及腳的協調能力,達到強身健體的目的。本課程適合太極初學者或希望加深了解太極基礎的愛好者。

22. 課程名稱:小兒推拿實用課程

開課日期:29/1-25/3 共8堂 (12/2 除外)

時間:逢星期一, 下午2:00-3:30

費用:HK\$640

導師:區蕙寶女士

上課地點:待定

簡介:本課程以教授嬰幼兒全身的特定穴位,配合常用的推拿手法能運用於日常生活之中,以用作保健及舒紓緩孩子常見問題,如感冒、發熱、便秘、咳嗽、便秘、鼻敏感、哮喘、消化不良、以及孩子專注力不足、過度活躍等症狀,應用範圍廣泛,手法簡單易學,

方便易行，透過推拿過程中更可增進親子關係。

23. 課程名稱：“五到”話咁易學手語

開課日期:29/1-25/3 共8堂 (12/2 除外)

時間:逢星期一，下午2:30-4:30

費用:HK\$640

導師:陳青楊先生

上課地點:待定

簡介：“五到”指眼、耳、口、手、心。配合影音、視像、歌唱、話劇、聯想、用手語和聽障人士溝通、促進人際關係、啟導兒童、照顧長者得心應手。本課程教授中、港及國際手語，機會難逢！

24. 課程名稱:書法研習班

開課日期:30/1-26/3 共8堂 (13/2 除外)

時間:逢星期二，上午10:00-中午12:00

費用:HK\$640

導師:梁明華先生

上課地點:待定

簡介:書法是中國名列第一的國粹藝術。練習書法，可以提升個人的高貴優雅氣質並可藉此練氣養神、強身健體、益壽延年。「書法研習班」研習楷書、行書、隸書、草書。資歷不限，歡迎愛好書法者報學。

25. 課程名稱:彩色素描畫班

開課日期:30/1-12/3 共6堂 (13/2 除外)

時間:逢星期二，上午10:00-11:30

費用:HK\$480 另加材料費:HK\$140

導師:伍志強先生

上課地點:待定

簡介:教授學員利用木顏色筆，將影像圖畫繪畫在紙張上。老師引導學員如何掌握不同色彩，以線條密集方法，展現平塗技巧，勾畫線條，呈現出具立體感的實景，以深入淺出來學習。

學員自備:鉛筆、擦膠

26. 課程名稱:塑膠彩畫班

開課日期:30/1-12/3 共6堂 (13/2 除外)

時間:逢星期二, 中午12:00-下午1:30

費用:HK\$480 另加材料費:HK\$140

導師:伍志強先生

上課地點:待定

簡介:教授學員利用塑膠彩顏料及畫筆,將影像圖畫繪畫在紙張上。老師引導學員如何掌握不同色彩,以不同粗幼畫筆法,以線條及平塗技巧,展現出具立體感的實景和圖像,以深入淺出來學習。

學員自備:鉛筆、擦膠

27. 課程名稱:按穴推拿舒緩痛症班

開課日期:30/1-26/3 共8堂 (13/2 除外)

時間:逢星期二, 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、香薰治療師文憑)

上課地點:待定

簡介:利用推拿按穴手法令全身血氣暢通、舒筋活絡、增強體質、延緩衰老,達到防病、舒緩痛症功效,舒緩痛症包括:網球肘、肩頸痛、落枕、肩周炎、膝關節痛,改善便秘等等。

28. 課程名稱:動走酸痛之有球必應

開課日期:30/1-26/3 共8堂 (13/2 除外)

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榮休首席顧問長官、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)

上課地點:待定

簡介:課程專為銀髮一族設立,傳承[按壓解痛技術]以體驗式臨床課堂身
教方法講授、與學員互練相結合,邊做邊講解,讓學員親眼目睹或
親身感受個中奧秘。既能夠活學活用助己助人為自己保健養生多一
種工具。

29. 課程名稱:日語就係咁簡單

開課日期:30/1-26/3 共8堂 (13/2 除外)

時間:逢星期二,下午2:30-4:30

費用:HK\$640

導師:陳青楊先生

上課地點:待定

簡介:開口便能說日語,易學、易明、易記,日常應對、旅遊購物、交友
學習,樣樣皆能。會話、發音、文法、文化、旅遊指南、購物心得
一應俱全。

30. 課程名稱:趣味書法學習和欣賞(楷/行書)

開課日期:1/2-28/3 共8堂 (15/2 除外)

時間:逢星期四,上午10:30-中午12:00

費用:HK\$640

導師:曾國輝先生(中國藝術科技研究所美術考級書法第10級)

上課地點:待定

簡介:課程為有興趣了解中國書法藝術,或初學書法者而設。課程在一般
相對枯燥的書法練習中,加入趣味書法歷史及相關常識的分享,提
高學員對書法的興趣及欣賞能力,同時會按學員學習進度在研習部
份作個別調整,希望學員既可以學習到基礎楷書/行書的書寫技巧,
也認識到相關的書法常識。

*學員需自備:空白宣紙(金米字或九宮格紙亦可)、毛筆、墨碟、墨汁、
盛水器及墊枱用報紙*

31. 課程名稱:寫意水墨畫初班

開課日期:1/2-28/3 共8堂 (15/2 除外)

時間:逢星期四,下午2:30-4:00

費用:HK\$640

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)

上課地點:待定

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。

學員需自備: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

32. 課程名稱:禪繞畫初階

開課日期:2/2-1/3 共4堂 (9/2 除外)

時間:逢星期五,下午2:30- 4:30

費用:HK\$320 另加材料費:HK\$50

導師:歐陽月雄女士(美國官方認證禪繞畫導師、JPHAA日本和諧粉彩正指導師)

上課地點:待定

簡介:禪繞畫是一種不需繪畫基礎,讓自己得到平靜,達到放鬆而專注的狀態,所以也被稱為「頭腦瑜伽」藝術。課程將會根據禪繞官方書<禪繞畫入門 1-上半部>學習,快來參加吧。

33. 課程名稱:攝影創作實用課程

開課日期:19/2-13/3 共16堂

時間:逢星期一、三,上午10:00-下午1:00 (每節兩堂共3小時)

費用:HK\$1,280

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)

上課地點:待定

簡介:認識數碼攝影的原理和相機的規格、曝光調控-理解光圈、快門和感光度的互相關係、不同焦距鏡頭的攝影效果、攝影構圖技巧、閃光燈的操作方法、導師示範圖像修輯軟件和照片打印的工作流程和基本操作。課程以理論和實習並重。

學員需自備:可調較拍攝功能的數碼相機

34. 課程名稱:肌力運動班

開課日期:20/2-26/3 共6堂

時間:逢星期二,上午10:30-中午12:00

費用:HK\$480

導師:連淑芳女士

上課地點:待定

簡介:適合初學者或沒有恆常運動之人士。課程教授運動基本知識、運動種類、好處、運動處方等。利用自身體重或負重工具,由淺入深,進行中等強度阻力運動訓練。鍛煉全身肌群控制力,預防及減少肌肉流失,提升肌力和肌耐力,改善關節靈活度,預防骨質疏鬆,加上平衡訓練,減少跌倒風險。

學員需自備:拉力帶,瑜伽墊,穿著舒適衣服,運動鞋。第一堂無需帶任何工具,待導師第一堂講解後,之後課堂按需要自備

35. 課程名稱:「越大越醒神」人生回顧系列~跨越認知障礙 無懼情感冷漠

開課日期:21/2-27/3 共6堂

時間:逢星期三,下午2:30-4:30

費用:HK\$480 另加材料費:HK\$60

導師:歐陽婉玲女士(香港心理分析學會前會長,教育心理顧問,婚戀輔導專家,調解員,Points of You Level 4 Master)

上課地點:待定

簡介:活化心靈有妙法,你懂得怎樣持續嗎?導師會陪你一起經歷生活有驚喜,終極無懼怕,角色常喜樂,愁煩得釋放,傳承有受惠。課堂輕輕鬆鬆,運用精美Points-of-You圖咭,協助學員感受和表達,令你暢所欲言,輕鬆釋放,自我療癒。Stay Young over 50-中年身心優化懶人包課程,對象為銀髮人仕及照顧者的心境需要而設計。

36. 課程名稱:特色花藝設計

開課日期:27/2-19/3 共4堂

時間:逢星期二,下午2:30-4:30

費用:HK\$320 另加材料費:HK\$480

導師:簡月英女士

上課地點: 待定

簡介: 「與花作伴, 以花為友。」不要以為花是奢侈品, 總有一天會凋謝、丟掉, 所以很浪費, 但其實不是。插花就像其他: 如畫畫、陶藝等才藝, 也是很好的自我對話, 可以從完成一個作品中, 了解自己, 看見自己、並欣賞, 接受這樣的自己; 也可以紓壓, 獲得成就感, 找回生活與心靈的平衡, 這才是花的最大的意義, 不能用金錢來衡量的。

學員需自備: 花剪

37. 課程名稱: 養生行/跑

開課日期: 28/2-20/3 共4堂

時間: 逢星期三, 下午2:30-4:00

費用: HK\$320

導師: 曾偉忠先生(長跑教練)

上課地點: 待定

簡介: 結合太極及詠春理念, 教授一套養生行路及跑步法, 使學員在減少勞損下, 借助養生行路及跑步法, 增加運動興趣, 增強體魄, 減少醫療開支, 達至不用他人照顧。

38. 課程名稱: Google Photo雲端相片教學+認識實用人工智能Apps

開課日期: 29/2-28/3 共5堂

時間: 逢星期四, 下午2:00-4:00

費用: HK\$400

導師: 馮萬年先生

上課地點: 待定

簡介: 透過Google相片APPS可以隨時隨地無國界與友人分享個人攝影傑作及生活點滴; 通過人工智能技術可以識別分類相片和從海量的照片中輕易地搜尋照片。Google相片具有高級編輯功能, 透過強大的編輯工具, 能有效製作旅遊、婚禮、成長歷程的相片集及短片, 亦可運用Google共享相簿分享給朋友和家人。另, 一堂的人工智能(AI)APPS將以淺顯易懂的方式介紹。探索免費人工智能APPS的主要功能和特點。並提供實例和練習, 讓學員輕鬆上手。

39. 課程名稱:平安三寶和家庭信託的認識

開課日期:1/3-22/3 共4堂
時間:逢星期五,下午2:30-4:00

費用:HK\$320

導師:劉業基律師

上課地點:待定

簡介:遺囑/平安紙是財產規劃和安排的工具,何時需要訂立?在什麼情況下遺囑會開始生效或失去它的效力?沒有訂立遺囑遺產的繼承權如何處理?認識持久授權書的重要性,設立了醫療預設指示可以幫助到病人到了最重要的病情下作出生死攸關的沉重決定。家庭信託是有效的理財工具。為何需要成立家庭信託?分享它的好處和壞處?家庭信託法律的理解和認識?資產能否被轉移至信託之內?

40. 課程名稱:味遊法國~法式生活文化欣賞

開課日期:1/3-22/3 共4堂

時間:逢星期五,下午2:30-4:00

費用:HK\$320

導師:陳玉華女士

上課地點:待定

簡介:與學員趣談時尚花都、品牌故事、葡萄酒之鄉、探索法式「生活藝術」,了解兩地文化差異,開闊眼界。

41. 課程名稱:禪繞畫進階~當黑磚遇上彩色

開課日期:4/3-25/3 共4堂

時間:逢星期一,上午10:30-中午12:30

費用:HK\$320 另加材料費:HK\$100

導師:歐陽月雄女士(美國官方認證禪繞畫導師、JPHAA日本和諧粉彩正指導師)

上課地點:待定

簡介:禪繞畫進階課程適合對白磚有體認識朋友,今期會用黑磚及10色亮彩波晒筆來作畫。

學員需自備:2號推色紙筆2枝、黑色代針筆Mircon 01號(0.25mm)、2B素描鉛筆、白炭筆及白色啫喱筆-08、10各1枝

42. 課程名稱:押花研習班

開課日期:4/3-25/3 共4堂

時間:逢星期一,下午2:30-4:00

費用:HK\$320 另加材料費:HK\$320

導師:陳俊文先生

上課地點:待定

簡介:以天然花草製作各種非遺及環保手工藝產品。今期課程包括:1) 押花時鐘; 2) 押花玻璃酒杯型蠟燭燈座; 3) 供應最新UV滴膠套裝可製作多種滴膠產品,亦可帶回家繼續練習,啟發思維,增加創作靈感; 4) 提供一套新款活頁押花器可自己製作押花花材,並解釋如何製作立體乾花及永生花的方法。

43. 課程名稱:細工花小飾物

開課日期:6/3-27/3 共4堂

時間:逢星期三,上午10:30-中午12:00

費用:HK\$320 另加材料費:HK\$180

導師:Doris Poon

上課地點:待定

簡介:本課程以流傳自日本江戸時代的傳統手工藝Tsumami Zaiku為藍本,利用日本縮緬布,日本棉布、緞帶及紗帶等物料,製作成精緻的細工花小飾物,豐富生活的雅趣。

學員需自備用具,會在首堂說明

44. 課程名稱:意大利拼貼藝術

開課日期:7/3-28/3 共4堂

時間:逢星期四,上午10:00-11:30

費用:HK\$320 另加材料費:HK\$200

導師:岑慧儀女士

上課地點:待定

簡介:拼貼彩繪藝術(Decoupage Art)源自於法文動詞,其意思是將美麗圖型剪下,拼貼裝飾於家飾物品上,展現出創意設計的裝飾藝術技法。

「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，活齡匯致力培訓第三齡人士成為活齡匯的導師。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: 29/2-12/3 共 4 堂

時間: 逢星期二、四，上午10:00-11:30

費用: 免費

上課地點: 待定

旁聽生計劃 (2023-2024 下學期)

上課日期: 2024年1月至4月

報名方法: 會員請留意 2024 年 1 月初之電郵