

# 仁濟醫院屯門區院屬長者學苑

## 2010 – 2011 年度耆英健康證書課程

日期： 2010 年 9 月至 2011 年 6 月 (星期六上午)

地點： 仁濟醫院第二中學 / 仁濟醫院羅陳楚思小學 / 仁濟醫院何式南小學

要求： 學員修畢健康課程及任何兩個學習課程，每個課程出席率達 80%，完成後獲頒畢業證書。

健康課程講座： 上午 11 時 30 分 – 12 時 30 分

次	日期	講題	地點	次	日期	講題	地點
1	4/9	膝關節護理	仁濟醫院第二中學	6	19/2	認識中風	仁濟醫院何式南小學
2	30/10	精神健康	仁濟醫院何式南小學	7	12/3	中醫講座	仁濟醫院羅陳楚思小學
3	27/11	做個開心快樂人	仁濟醫院羅陳楚思小學	8	16/4	運動樂頤年	仁濟醫院羅陳楚思小學
4	18/12	認識高血壓	仁濟醫院何式南小學	9	14/5	活力健康操	仁濟醫院第二中學
5	15/1	流行性感冒	仁濟醫院第二中學	10	4/6	家居安全	仁濟醫院第二中學

( 完成當日學習課程後，長者學苑將會為各院校學員安排接駁交通到達講座地點。 )

學習課程：

課程編號	課程	上課日期	上課時間
二中 01	書法班(上)	4/9(9:00) 11/9 2/10 23/10 4/12 11/12	11:30 – 12:45
二中 02	電腦初班(上)	11/9 18/9 2/10 23/10 30/10 6/11 13/11(考試)	9:00 – 10:15
二中 03	電腦初班(下)	27/11 4/12 11/12 18/12 8/1 15/1 22/1(考試)	9:00 – 10:30
二中 04	柔力球班	18/9 2/10 23/10 30/10 6/11 13/11	10:15 – 11:30
二中 05	攝影班	20/11 19/2 16/4	9:00 – 13:00
二中 06	健康初班(上)	27/11 4/12 11/12 18/12 8/1 15/1(考試)	10:15 – 11:30
羅小 01	書法班	2/10,9/10,23/10,30/10,6/11,20/11,27/11,4/12,11/12,18/12	9:30 – 11:00
羅小 02	敲擊樂班	2/10, 9/10, 23/10, 30/10	9:30 – 11:00
羅小 03	電腦初班(上)	6/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12, 18/12	9:30 – 11:00
何小 01	國畫初班	30/10, 6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12,	9:00 – 10:30
何小 02	國畫進階班	11/12, 18/12, 8/1, 15/1, 22/1	10:45 – 12:15
何小 03	電腦初班(上)	25/9 9/10 23/10 6/11 20/11 4/12 18/12(考試)	9:00 – 10:30
二中 07	書法班(下)	8/1 5/3 19/3 26/3 7/5 28/5	11:30 – 12:45
二中 08	電腦中班(上)	26/2 5/3 12/3 19/3 26/3 2/4 9/4(考試)	9:00 – 10:15
二中 09	電腦中班(下)	7/5 14/5 21/5 28/5 4/6 11/6 18/6(考試)	9:00 – 10:15
二中 10	英文班	5/3 12/3 19/3 26/3 2/4 9/4	10:15 – 11:30
二中 11	健康初班(下)	7/5 14/5 21/5 28/5 4/6 11/6(考試)	10:15 – 11:30
羅小 04	書法班	12/3, 19/3, 26/3, 2/4, 9/4, 16/4, 7/5, 14/5, 21/5, 4/6	9:30 – 11:00
羅小 05	電腦初班(下)	12/3, 19/3, 26/3, 2/4, 9/4, 16/4	9:30 – 11:00
羅小 06	手工藝製作班	7/5, 14/5, 21/5, 4/6	9:30 – 11:00
何小 04	國畫初班	12/3, 19/3, 26/3, 2/4, 9/4, 16/4,	9:00 – 10:30
何小 05	國畫進階班	30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5	10:45 – 12:15
何小 06	電腦初班(下)	26/2 12/3 26/3 9/4 7/5 21/5 4/6(考試)	9:00 – 10:30

費用： 健康課程講座全免，每個學習課程收費\$20 (羅小 01、04 及 06 收費\$40—包材料)。

個別課程材料費另計。( 學員如有經濟困難，可向長者學苑申請豁免 )

課程簡介：

課程編號	課程	簡介	導師
二中 01	書法班(上)	教授正確的書法技巧及作品欣賞	張官華警司
二中 02	電腦初班(上)	教授基本電腦操作及上網	二中勞耀文老師
二中 03	電腦初班(下)	中文輸入法及上網技巧	二中勞耀文老師
二中 04	柔力球班	教授柔力球技巧	柔力球導師
二中 05	攝影班	到香港不同景點實習	二中李俊標老師
二中 06	健康初班(上)	認識身體、飲食與保健	二中健管科老師
羅小 01	書法班	教授基本筆劃、字形結構及書法體	書法家
羅小 02	敲擊樂班	教授簡單節奏，利用不用種類的敲擊樂進行合奏	音樂導師
羅小 03	電腦初班(上)	教授基本電腦操作及上網	電腦導師
何小 01	國畫初班	入門課程，適合初步接觸者	國畫老師
何小 02	國畫進階班	進一步認識繪畫國畫的技巧	國畫老師
何小 03	電腦初班(上)	教授基本電腦操作及上網	何小電腦科老師
二中 07	書法班(下)	教授正確的書法技巧及作品欣賞	張官華警司
二中 08	電腦中班(上)	電郵及相片處理	二中勞耀文老師
二中 09	電腦中班(下)	文書處理及使用網上搜尋器	二中勞耀文老師
二中 10	英文班	學習日常用語	二中馮嘉蓮老師
二中 11	健康初班(下)	認識常見疾病、情緒健康及長者運動	二中健管科老師
羅小 04	書法班	教授基本筆劃、字形結構及書法體	書法家
羅小 05	電腦初班(下)	教授中文輸入法及上網	電腦導師
羅小 06	手工藝製作班	製作彩色膠相架、馬賽克木杯墊、動物音樂盒、及小型雜物布架	美術導師
何小 04	國畫初班	入門課程，適合初步接觸者	國畫老師
何小 05	國畫進階班	進一步認識繪畫國畫的技巧	國畫老師
何小 06	電腦初班(下)	中文輸入法及上網技巧	何小電腦科老師

合辦機構：

學苑名稱	學校	合辦機構
屯門長者學苑	仁濟醫院第二中學	鄰舍輔導會屯門區綜合康齡服務中心綜合家居照顧服務
屯門羅陳楚思長者學苑	仁濟醫院羅陳楚思小學	仁濟醫院曾榮夫人長者鄰舍中心
何式南長者學苑	仁濟醫院何式南小學	路德會友安長者中心

勞工及福利局 安老事務委員會 贊助

查詢及聯絡方法：

仁濟醫院第二中學 (二中)	仁濟醫院羅陳楚思小學 (羅小)	仁濟醫院何式南小學 (何小)
電話：2467 3736 傳真：2456 2302	電話：2441 3366 傳真：2404 0289	電話：2451 0325 傳真：2450 8514

報名辦法：填妥報名表後親身交回或傳真至任何一間學校。

報名表

中文姓名：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

身份證號碼：\_\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_\_ 出生日期：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

課程選擇： 學習課程編號(可填多項)：\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_