



# 「自在人生自學計劃」 2025 年 3 月學期課程報名日期：2024 年 12 月 23 日至 2025 年 2 月 19 日

\* 辦此課程的機構，導師及學員將獲安排網上學習系統登入賬戶，由導師在面授課堂帶領學員使用網上學習資源進行學習。該類課程將視作面授課程，學費及協辦機構服務費與面授課程一致。

課程編號	課程名稱(面授)	導師	上課日期		上課時間		堂數	暫停	
1	CBMP1104CWT*	手機攝影達人	覃健邦先生	3月17日	5月26日	逢一	(下) 2:15 - 5:00; (26/5) 2:15-5:15	9	4月21日及5月5日
2	CBMP1065CT/2065CT	人際關係與溝通技巧 (進階)	張麗文女士	3月17日	6月2日	逢一	(下) 2:15 - 4:45	10	4月21日及5月5日
3	CBMP1073CT/2073CT	輕鬆學電腦(進階)	張華成博士	3月18日	5月20日	逢二	(上) 9:30 - 12:00	10	不適用
4	CBMP1016CT	健身運動入門	王意音女士	3月18日	5月20日	逢二	(上) 10:00 -12:30	10	不適用
5	CBMP1114CWT*	靜觀與表達藝術治療初體驗	麥少珊博士	3月18日	6月3日	逢二	(上) 9:45 - 12:15	10	4月22日及5月6日
6	CBMP1096CWT	肌肉骨骼保養與護理	王意音女士	3月18日	5月20日	逢二	(下) 2:00- 4:30	10	不適用
7	CBMP1100CT	簡易趣味經濟學	張淑韻女士	3月18日	5月20日	逢二	(下) 2:15 - 4:45	10	不適用
8	CBMP1128CT	芳香療法入門	簡美儀女士	3月18日	5月20日	逢二	(下) 2:15 - 4:45	10	不適用
9	CBMP1027CT/2027CT	中醫藥常識入門	江潔慈博士	3月19日	5月21日	逢三	(上) 10:00 - 12:30	10	不適用
10	CBMP1049CT	家居維修保養	黃炳輝先生 余民正先生	3月19日	5月21日	逢三	(上) 10:00 - 12:30	10	不適用
11	CBMP1110CT/2110CT	認識精神健康	麥少珊博士	3月19日	6月4日	逢三	(上) 9:45 - 12:15	10	4月23日及5月7日
12	CBMP1066CT	中醫傳統康復療法	江潔慈博士	3月19日	5月21日	逢三	(下) 2:15 - 4:45	10	不適用
13	CBMP1082CWT	家居維修保養常識 (進階)	黃炳輝先生 余民正先生	3月19日	5月21日	逢三	(下) 2:15 - 4:45	10	不適用
14	CBMP1057CT	逆境當自強	張麗文女士	3月19日	5月21日	逢三	(晚) 7:00 - 9:30	10	不適用
15	CBMP1072CT	基礎批判與邏輯思考	馬樹宏先生	3月19日	5月21日	逢三	(晚) 7:00 - 9:30	10	不適用
16	CBMP1130CT	國學精華遊	劉文采博士	3月19日	5月21日	逢三	(晚) 7:00 - 9:30	10	不適用
17	CBMP1031CT/2031CT	輕鬆學電腦	張華成博士	3月20日	5月29日	逢四	(上) 9:30 - 12:00	10	5月1日
18	CBMP1074CT	認識食物成份及添加劑	李正雅女士	3月20日	5月29日	逢四	(上) 10:00 - 12:30	10	5月1日
19	CBMP1106CWT*	影片拍攝與剪接	覃健邦先生	3月20日	5月22日	逢四	(下) 2:15 - 5:00; (22/5) 2:15-5:15	9	5月1日
20	CBMP1098CT/2098CT	簡單生活斷捨離	王意音女士	3月20日	5月29日	逢四	(下) 2:00 - 4:30	10	5月1日
21	CBMP1084CT/2084CT	生涯規劃與人生管理	張麗文女士	3月20日	5月29日	逢四	(下) 2:15 - 4:45	10	5月1日
22	CBMP1029CT	語言表達技巧	張麗文女士	3月21日	6月6日	逢五	(上) 10:00 - 12:30	10	4月4日及4月18日
23	CBMP1095CT	香港生態遊	陳嘉恩先生	3月21日	6月6日	逢五	(上)10:00 - 12:30	10	4月4日及4月18日

## 上課及報名地點：

九龍尖沙咀柯士甸道 33-39 號創德樓 3/F  
(電梯按 2 字)

香港童軍中心對面

( 佐敦港鐵站 C2 出口 /  
柯士甸港鐵站 F 出口 )

## 辦公時間：

星期一至星期五

上午 9:00 至下午 1:00

下午 2:00 至下午 6:00

查詢電話：2355 9000

面授課程：每科港幣 350 元正

## 注意事項：

1. 課程日期、堂數及導師安排如有更改，本中心保留最終決定權。
2. 如課程因人數不足取消，將會個別通知已報名之學員，否則請按開課日期依時上課。
3. 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。
4. 符合資格者歡迎申請助學金。

## 報名及付款方法：

學員可憑二維碼到 7-11 便利店繳交學費，每科請用獨立繳費收據。請於「繳費收據」正面寫上報讀人姓名、身份證號碼、報讀課程名稱及編號。

請連同已填妥之報名表格、「繳費收據」正本或申請助學金的證明文件交回報名地點辦理手續。

**首次報讀之新生需繳交彩色相片乙張及身份證副本。**

(彩色相片 1 吋 x 1.5 吋，背面寫上姓名及身份證號碼，以便印製學生證之用)。

網上報名網址：  
<https://www.hkmu.edu.hk/lipace/tc/cbmp/>，我們只提供部份學額在網上報名，如課程在網上已經額滿，請向我們查詢。而以網上報名之學員，請以信用卡或網上繳費靈繳交學費。

合辦團體：



香港都會大學 李嘉誠專業進修學院  
Hong Kong Metropolitan University  
Li Ka Shing School of Professional and  
Continuing Education

協辦團體：



香港浸信會聯會專業書院  
ACADEMY OF THE BAPTIST CONVENTION OF HONG KONG



報名教學



面授課程 (350 元)