

# 香港都會大學長者學苑

## 2025 年 1 月學期大專旁聽面授課程一覽表

<旁聽遙距課程> 只於每年1月及9月開課。  
上課地點 (導修課)：何文田校園 / 葵興校園

\* 請注意：旁聽遙距課程並不屬於「長青活學計劃」內之課程。  
(出席率達70%之旁聽課程學員，可獲頒「旁聽課程出席證書」)

2024年 9月學期	課程類別	課程編號	課程名稱	授課語言	為期(學期)*	學額
大專旁聽 課程 Auditing Course	旁聽 面授	AELP P4074E	Positive Psychology and Personal Growth 正向心理學與個人成長	英語授課 (輔以粵語講解)	1	8
		AELP N4112E	Equipment and Technologies for Smart Ageing 樂齡產品與科技	*筆記為英文	1	15

### 報名方法：

- (步驟1) 請先聯絡長者學苑 (電郵：[elderacademy@hkmu.edu.hk](mailto:elderacademy@hkmu.edu.hk)) 查詢有關科目之尚餘學額。
- (步驟2) 待本院回覆有關科目之尚餘學額後，以電郵向本院確認學額留位。
- (步驟3) 請於報名截止日期前，遞交報名表及繳交學費：  
(本院以收到報名表格及繳費收據正本為準，並不接受學員重覆報讀相同科目。)

### 學費：

每科港幣 \$450

**(BCT 助學金資助適用於旁聽課程) 每位學員每期只可申請一科助學金資助。**  
成功獲資助後的學費為每科港幣\$200。

### 備註：

- ◆ 學員出席率**必須**達七成或以上方可獲頒旁聽課程結業證書。
- ◆ 學員須自行登入香港都會大學「學習平台 (OLE)」瀏覽或下載教材、查閱最新課程資訊及上課時間表。
- ◆ 旁聽課程不會派發任何實體版教材，學員需自行列印筆記。
- ◆ **截止報名日期：2024年12月18日 (星期三)**

### [ 查詢 ]

f 「HKMUEAMU」

☎ 2915 2380 (按 2-0)

☎ 2242 0890

✉ [elderacademy@hkmu.edu.hk](mailto:elderacademy@hkmu.edu.hk)

🌐 [www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy/](http://www.hkmu.edu.hk/lipace/elderacademy/)

### [ 香港都會大學 李嘉誠專業進修學院 ]

葵興校園

新界葵涌葵昌路 51-53 號九龍貿易中心第 2 座 11 樓 (葵興港鐵站 E 出口)

荔景校園

新界葵涌荔景山路 201-203 號 (荔景港鐵站 A1 出口對面)





香港都會大學長者學苑  
大專旁聽面授課程

# POSITIVE PSYCHOLOGY AND PERSONAL GROWTH

## 正向心理學與個人成長

AELP P4074E

To gain an overview of positive psychology, its theory and application in optimal human functioning, well-being and flourishing.

(正向心理學概述、理論與應用)



### 課程單元

正向心理學簡介、心理學角度的全人健康及幸福感、認識積極的個人特質、從壓力與逆境到復原及成長的過程及其應用、有關心靈健康及如何看待人生

### Learning Outcomes (學習成果)

- 正向心理學的主要發展和關鍵概念;
- 分析主觀幸福感和快樂之間的關係;
- 討論個人如何從功能到茁壯發展, 並達到人生的最大潛能;
- 反思自己生命的意義, 以提升自己的生活品質和生活方式;
- 應用和反思正向心理學的原則、策略和技能, 以增強個人成長和專業發展。



旁聽課程屬「旁聽」性質, 並非正式修讀任何大學或大專課程。旁聽課程均不設任何功課及考試評核或批改、學分、及積分計劃。同學需自行列印筆記或瀏覽「網上學習平台」。

### 課程資訊

#### Course information

上課時間:

2025年1月13日開課

逢星期一 上午9時 - 下午1時

課時:

每星期1堂, 共12堂

每堂約4小時共45小時

荔景校園

語言:

英語輔以粵語教學

筆記為英文

全費報讀學費:

HK\$450

獲資助後學費:

HK\$200

**\*\*此課程不能重覆報讀**



香港都會大學長者學苑  
大專旁聽面授課程

# Equipment and Technologies for Smart Ageing 樂齡產品與科技

AELP N4112E



## 課程目標

為學生提供樂齡科技的基礎知識，以協助長者在家中或社區環境中安居樂業，提高他們的生活品質；並介紹支持長者科技設備、平台和解決方案的相關技術，如人工智能、通訊應用程式、聯網、機器人技術和虛擬現實。

## Learning Outcomes (學習成果)

- 描述市場上主要類別的樂齡科技產品；
- 解釋改造長者家居環境安全和功能便利的特點；
- 解釋促進長者移動的社區環境及產品輔助工具；
- 使用產品和技術，以便長者在家中管理和監控健康，並在必要時遠程尋求醫療建議；
- 推薦改善長者心理健康並延遲認知障礙的小工具和遊戲；以及
- 配合通訊工具和交流產品，來保持長者與他們所愛的人和社會的聯繫。



旁聽課程屬「旁聽」性質，並非正式修讀任何大學或大專課程。旁聽課程均不設任何功課及考試評核或批改、學分、及積分計劃。同學需自行列印筆記或瀏覽「網上學習平台」。

## 課程資訊

### Course information

上課時間：

2025年1月14日開課

逢星期二 上午11時- 下午1時

逢星期三 下午 1時 - 下午3時

課時：

每星期2堂, 共24堂

每堂2小時共48 小時

荔景校園

語言：

英語輔以粵語教學

筆記為英文

全費報讀學費：

HK\$450

獲資助後學費：

HK\$200

**\*\*此課程不能重覆報讀**