

嶺大長者學苑

2021-22 年度第五期「長者進階數碼培訓計劃－樂齡網上逍遙遊」

課程簡介

由 2022 年 11 月 23 日起陸續開課，有關上課詳情，可參閱背頁。

課程名稱	課程簡介	授課語言	上課星期	課程時數	名額
樂齡識 — 健康管理新態度	<p>要有著健康無憂的樂齡生活，健康管理是十分重要。課節會探討樂齡人士常見的健康問題，高齡人士有機會遇到的健康風險（例如：三高、中風）。長者又如何運用樂齡科技，為自己及家人做好康數據管理。</p> <p>課節中亦會介紹香港政府智能資訊，包括：電子健康紀錄互通系統(eHealth)，以助提升醫療服務的質素，協助醫護人員進行診斷、監察及治療，令市民得到更有效的照顧。市民亦可應用樂齡科技產品，學習及建立健康生活管理，減少患病機會。</p>	中文 (粵語)	逢星期三 共二班	共 10 小時	30 人
樂齡技 — KOL 新潮流	<p>什麼是 KOL? 如何一機在手便學會做 KOL?</p> <p>課節針對運用智能手機進行拍攝，讓老友記學習影片製作訓練，包括拍攝技巧及剪接，一手一腳親自製作影片！鼓勵老友記多用新媒體表達自己，製作獨一無二的影片故事與朋友分享。</p>	中文 (粵語)	逢星期三 共二班	共 10 小時	30 人

*若課程內容、上課模式、日期、時間、地點及名額有所更改，受影響之學員將獲另行通知。

*學院或因應疫情發展，調整及安排網上教學（例如：ZOOM）。

*會員進入校園時，須使用「安心出行」應用程式掃描場所的二維碼，並已接種第三劑新冠疫苗，有關出入校園的最新詳情，請留意嶺南大學網站宣佈。

嶺大長者學苑

2021-22 年度第五期「長者進階數碼培訓計劃－樂齡網上逍遙遊」

課程上課日期

課程編號	課程名稱	開課日期 (首課)	上課時間及地點	上課日期
B1-A	樂齡識 — 健康管理新態度	11 月 23 日	上午 10 時 00 分 至 中午 12 時 00 分 嶺南大學劉仲謙樓	逢星期三 11 月 23 日、30 日、 12 月 7 日、14 日、21 日
B1-B	樂齡識 — 健康管理新態度	11 月 23 日	下午 3 時 30 分 至 下午 5 時 30 分 嶺南大學劉仲謙樓	逢星期三 11 月 23 日、30 日、 12 月 7 日、14 日、21 日
B2-A	樂齡技 — KOL 新潮流	11 月 23 日	下午 2 時 00 分 至 下午 4 時 00 分 嶺南大學劉仲謙樓	逢星期三 11 月 23 日、30 日、 12 月 7 日、14 日、21 日
B2-B	樂齡技 — KOL 新潮流	11 月 23 日	下午 4 時 00 分 至 下午 6 時 00 分 嶺南大學劉仲謙樓	逢星期三 11 月 23 日、30 日、 12 月 7 日、14 日、21 日

*若課程內容、上課模式、日期、時間、地點及名額有所更改，受影響之學員將獲另行通知。

*學院或因應疫情發展，調整及安排網上教學（例如：ZOOM）。

*會員進入校園時，須使用「安心出行」應用程式掃描場所的二維碼，並已接種第三劑新冠疫苗，有關出入校園的最新詳情，請留意嶺南大學網站宣佈。