



## 長者進修好處多

凌鴻耀

長者體驗大學生活計劃學員

正所謂「活到老，學到老」，作為長者也可以於退休後繼續學習，提高生活質素，使自己不致與社會脫節。

長者持續學習的好處真的數不盡。事實上，現時很多長者均較為有經濟能力，知識水平也較高，他們的求知慾並未因年齡增長而減少，所以很多人也想在退休後可以進修，一來可發揮個人潛能，發掘更多興趣，二來亦可一嘗因年輕時經濟拮据或忙於工作而失去的學習生活，開創更精彩的人生。

去年暑假，我參加了由香港理工大學醫療及社會科學院主辦的「學分累積制」課程，想和大家分享我所見所想。課程特別為長者而設計，並以長者健康為主題，完成課程、功課及考試及格可獲3個學分，將來可按自己的能力及興趣，選讀專業進修學院提供的課程，考取專業學術資格。

我一直都鼓勵身邊的朋友，退休後應好好善用餘暇，好像我一些朋友則參加了理大為長者而設的體驗性質課程，除了健康護理之外，亦有一些新鮮的題目如餐桌禮儀、咖啡文化等，拓闊長者的眼界。

參加這個計劃真令我獲益良多。在學習的過程中，可重拾校園學習的經歷，吸收資歷豐富同學的知識、技能，又能

認識到一班志同道合的老友記一同學習，互相關懷；在課堂內導師讓我們對課題反覆討論，既提高了學習能力，亦提升了我們的智慧、自信、努力不懈的精神、關懷別人和對真理追求的熱忱。大學方面又有年輕的學生大使陪伴我們一起上課，老幼相處融洽，共度不少歡樂時光。

隨著社會人口老化，愈來愈多長者步入退休階段，他們對持續進修的需求必定有增無減。事實上，若政府能支持長者參加學習計劃，令到長者可以「老有所為」，不但可令長者生活得更有意義，而且長者的學識和才智均能繼續貢獻社會，有利香港經濟和社會的發展。事實上，有很多長者退休後並非只想歎世界，而是想不斷充實自己，繼而回饋社會，例如參與義務工作等。我希望政府及社會各界能多些支持長者學習，投放更多資源在這方面，讓更多長者體驗學習的樂趣；其他老友記亦可選擇適合自己的課程來修讀，以充實自己的人生。📖



### 《互動特區》歡迎讀者投稿

內容以社會服務工作的分享為主，字數及題材不限，唯不應涉及人身攻擊和沒有事實根據的指控。來稿請寄香港灣仔軒尼詩道15號溫莎公爵社會服務大廈13樓《社情》編輯部收，信封面註明「互動特區投稿」，或傳真至2864 2991以及電郵至newsletter@hkcss.org.hk亦可。



# 廣而告之

如欲查詢價目及詳情，請致電《社情》編輯部：  
電話：2864 2982 | 傳真：2864 2991  
電郵：newsletter@hkcss.org.hk

## 《社情》招登廣告



《社情》季刊是本推廣社會服務發展的綜合雜誌，免費派發到各非政府機構、政府部門、諮詢架構、聯會商會、專業團體及學校、以至逾千間參與《商界展關懷》計劃的大小企業，並設有網上版，請瀏覽網址：  
<http://www.hkcss.org.hk/cm/cc/scenario/issue.asp>

Position	Area	1 Issue	2 Issue (-10%)	3 Issue (-15%)	4 Issue (-20%)
Run of Page 內頁	Half-Page 半版	• 2,500 • 3,500	• 4,500 • 6,300	• 6,375 • 8,925	• 8,000 • 11,200
Run of Page 內頁	Full-Page 全版	• 4,000 • 5,000	• 7,200 • 9,000	• 10,200 • 12,750	• 12,800 • 16,000
Inside Back Cover 封底內頁	Full-Page 全版	• 5,000 • 6,000	• 9,000 • 10,800	• 12,750 • 15,300	• 16,000 • 19,200

• HKCSS Member Price • Non-Member Price (HK\$)