

# 長青數碼教室

# 2020

## 流動數碼科技年

印刷日期：2019年11月 印刷量：2000份

(原名為「耆康會飛躍天地 長者電腦學習中心」)

特別鳴謝新鴻基地產發展有限公司多年來全力推動全港長者持續學習，贊助本會推動長者學習資訊科技，達致數碼共融。

請支持環保，如不欲收到本中心之課程資料，請致電2110-5650取消。

## 中心最新動態：

### 全天候電腦手機課程

長青數碼教室致力令每位退休人士享受到資訊科技的樂趣，我們開辦的課程都是實用，與及照顧不同程度的需要。

這次，我們一如既往地開辦「電腦操作入門」、「有用手機 Apps」的初階課程，還有「Windows10」、「會聲會影」等更深一層的課程，實用類則有「聯絡人及來電管理」、「國內支付」、「各類巴士Apps」等，應節課程方面包括：「聖誕燈飾攝影全攻略」、「旅遊預訂懶人包」。

期望大家給予更多意見，讓我們持續提供更「貼地」的課程和更「貼心」的服務！

### 請支持耆康會安老服務

耆康會致力拓展安老服務回應長者的需要，社會大眾支持更是本會發展的原動力。

故此，我們推出了耆康麵，以慈善價開售，所有收益均用作安老服務發展。

耆康麵為節日送禮佳品，每盒港幣\$25，詳情可向中心職員查詢。



**【溫馨提示】**凡提前報名留位的學員，如欲取消留位，請謹記於開課前**3個工作日**致電通知中心職員再作處理，以讓其他學員有機會報讀。您的一通電話，便可成就其他學員爭取到難得的學習機會！顧己及人，關愛同儕，由您做起！

# 11月27日(星期三)

起開始接受報名！



查詢及報名熱線：  
**2110-5650**

電郵：[aacinfo@sage.org.hk](mailto:aacinfo@sage.org.hk)

地址：觀塘鴻圖道21號訊科中心9樓A室  
Facebook專頁：[www.facebook.com/sageaac](http://www.facebook.com/sageaac)

辦公時間：星期一至五 上午9時至下午5時30分；星期六 上午9時至中午12時；星期日及公眾假期休息。

## 推介課程



### 旅遊預訂懶人包

今年日子過得好不容易，最好在送舊迎新的時候往外地旅遊散心，遠離煩塵世事。「旅遊預訂懶人包」為大家提供了便捷的預訂機票、酒店方法、查找Wi-Fi、交通等，讓大家在愉快的旅遊中重拾心情，樂觀面對新的挑戰。



### 聖誕燈飾攝影全攻略

每逢聖誕佳節，商場和大廈都掛滿精緻的聖誕佈置和燈飾。想為普天同慶的節日留下美麗回憶，那就一齊報讀聖誕節攝影全攻略！還有戶外實習讓您記下佳節美景！



### 有用手機Apps

智能手機應用程式種類繁多，我們為剛剛開始使用智能手機的您搜集了一系列在日常生活使用的應用程式，包括翻譯、優惠、看新聞等，課堂上還學習使用官方商店、建立帳戶，絕對適合您報讀！



### Google 雲端建構班

「Google雲端硬碟」可以安全地保存所有檔案，讓您透過智能手機、平板電腦或桌面電腦輕易存取。課程從開啟帳戶開始，逐步認識有關功能，最後建立自己的雲端系統！這麼有「份量」的課程，絕對不可以錯過！



### 充電小貼士

於中心上手機及平板電腦課程時，帶備USB充電線，一邊上課一邊充電，唔駛再驚冇晒電！

## 長青網全面革新 獎賞活動浪接浪

全平台適用 長者上網好簡單 長青網帶領全港長者走進數碼世界

長青網(www.e123.hk)已經全面革新，並於2019年6月中旬重新啟動，進一步為老友記打造更強大完善的數碼科技入門網站！

響應式網頁設計，適用於電腦、智能手機 (iOS、Android)

新增手機應用程式版 (APP)

增添自動回覆機械人，24小時互動查詢

擴展12項老友記生活資訊

開拓「長青講場」，老友記專屬討論區





\* 學員需自備蘋果 (Apple) 智能手機(iPhone)或平板電腦(iPad)或Android(例如三星、HTC、LG等)智能手機或平板電腦。

課程名稱	日期	時間	導師	堂數	學費	課程簡介
<b>新</b> 手機付款大不同 - 支付寶 HK	3/12 (星期二)	下午 12:00-2:00 3:00-5:00 (共四小時)	楊學斌先生 (資深電腦導師)	1	\$200 \$130	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡介手機付款概念</li> <li>介紹 Android 與 iPhone 手機上不同種類的手機付款應用程式</li> <li>學習電子錢包支付寶 HK 應用</li> <li>現金充值、付款購物及 P2P 轉賬等</li> <li>網上個人資料及付款需知</li> </ul>
<b>新</b> 旅遊預訂懶人包	4/12-18/12 (逢星期三)	上午 9:30-11:30	陳啟智先生 (資深電腦導師)	3	\$260 \$200	<ul style="list-style-type: none"> <li>學習一系列旅遊時常用的應用程式，例如訂機票、酒店、搜尋國外交通路線、匯率計算等</li> <li>介紹 WIFI 蛋、電訊商的流動數據 (漫遊服務) 介紹、不同租借 WIFI 服務的優惠介紹</li> <li>網上個人資料及付款需知</li> </ul>
PayMe 功能您要識 	9/12-30/12 (逢星期一)	上午 9:30-11:30	劉樹森先生 (資深電腦導師)	4	\$340 \$260	<ul style="list-style-type: none"> <li>認識 PayMe 手機付款程式的新功能</li> <li>下載應用程式、註冊及關閉帳戶</li> <li>連結銀行戶口或信用卡</li> <li>增值及退回金額</li> <li>付款、收款及 AA 制</li> <li>網上個人資料及付款需知</li> </ul>
熱門課程 WeChat 功能使用 您要識	10/12-31/12 (逢星期二)	下午 12:00-2:00	楊學斌先生 (資深電腦導師)	4	\$340 \$260	<ul style="list-style-type: none"> <li>WeChat 的基本操作，包括：視像通話、GIF 動畫檔傳送</li> <li>學習 WeChat 新功能，新增群組及群組視像通話、封紅包功能等，方便與親友通訊</li> <li>網上個人資料及付款需知</li> </ul>
熱門課程 國內支付多面睇	14/12-21/12 (逢星期六)	上午 9:30-11:30	楊學斌先生 (資深電腦導師)	2	\$200 \$130	<ul style="list-style-type: none"> <li>學習國內支付的手機程式，如 WeChat，以便在國內消費</li> <li>進行付款、製作 QR 碼、付款及收款、綁定信用卡</li> <li>各種私隱設定</li> </ul>
微信小程序 	11/1-18/1 (逢星期六)	上午 9:30-11:30	楊學斌先生 (資深電腦導師)	2	\$200 \$130	<ul style="list-style-type: none"> <li>微信小程序是騰訊推出的一種不需要下載安裝即可在微信平台上使用的應用程式</li> <li>學習車來了、表情家園、食店點餐程式，查地鐵及識花君小程序使用</li> </ul>
熱門課程 WhatsApp 功能 使用您要識	7/1-21/1 (逢星期二)	下午 12:00-2:00	楊學斌先生 (資深電腦導師)	3	\$260 \$200	<ul style="list-style-type: none"> <li>WhatsApp 功能與新功能介紹</li> <li>內容：視像通話，GIF 動畫檔傳送</li> <li>群組邀請連結，相片中繪畫及插入圖示</li> </ul>
<b>新</b> 手機付款大不同 - 微信支付 HK	7/1-21/1 (逢星期二)	下午 3:00-5:00	楊學斌先生 (資深電腦導師)	3	\$260 \$200	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡介手機付款的概念</li> <li>學習電子錢包微信支付 HK 應用</li> <li>門店現金充值、門店付款購物及 P2P 轉賬等</li> <li>網上個人資料及付款需知</li> </ul>
<b>新</b> 手機資料大轉移 進階班	8/1-15/1 (逢星期三)	上午 9:30-11:30	劉樹森先生 (資深電腦導師)	2	\$200 \$130	<ul style="list-style-type: none"> <li>進一步教授資料轉移的使用方法</li> <li>重溫傳輸聯絡人資料，相片，應用程式等珍貴資料、其他注意事項</li> <li>☆ 歡迎曾報讀初階班或對傳輸資料有認識的同學</li> </ul>

# Android 智能系統主題班



\* 報讀《Android智能系統主題班》學員需自備Android(例如三星、HTC、LG等)智能手機或平板電腦。

課程名稱	日期	時間	導師	堂數	學費	課程簡介
 <b>Android 智能系統入門班</b>	9/12-30/12 (逢星期一)	下午 12:00-2:00	陳義勝先生 (資深電腦導師)	4	<del>\$340</del> <b>\$260</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡介 Android 系統的智能手機及平板電腦之基本操作和功能</li> <li>基本設定功能，如設置大細聲、螢幕光暗及更多功能示範</li> </ul> ☆歡迎開始接觸智能手機的同學報讀
<b>手機影視資源下載</b> 	10/12-31/12 (逢星期二)	下午 3:00-5:00	楊學斌先生 (資深電腦導師)	4	<del>\$340</del> <b>\$260</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>學習使用手機搜尋影視資源</li> <li>影視資源的應用程式介紹</li> <li>隨時隨地觀賞劇集、電影</li> </ul>
 <b>有用手機 Apps</b>	11/12-18/12 (逢星期三)	下午 12:00-2:00	梁健霖先生 (資深電腦導師)	2	<del>\$200</del> <b>\$130</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>實用應用程式的使用方法，例如：Google 翻譯、優惠 Coupon、全地球的報紙</li> <li>學習 Google 商店下載、帳戶使用等</li> </ul>
 <b>九巴 X 城巴 X 新巴 Apps 應用</b>	28/12-4/1 (逢星期六)	上午 9:30-11:30	楊學斌先生 (資深電腦導師)	2	<del>\$200</del> <b>\$130</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>巴士應用程式可讓您隨時隨地掌握巴士路線資訊，讓您每個行程都更有預算</li> <li>巴士到站時間預報及車程時間</li> <li>最新交通消息、路線分享、巴士站方向導航等</li> </ul>
 <b>聯絡人及來電管理</b>	6/1-20/1 (逢星期一)	下午 12:00-2:00	陳義勝先生 (資深電腦導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>來電管理，學習在手機上添加聯絡人，並進行分組整理</li> <li>刪除聯絡人，並對煩擾電話設置黑名單</li> <li>下載應用程式，對不良的銷售電話進行攔截</li> </ul>

## 課程顏色分類，更易找到您需要



Android 及 iOS 課程

Android 課程

iOS 課程

數碼攝影課程

電腦課程

免費課程



## 數碼相機及攝影課程



課程名稱	日期	時間	導師	堂數	學費	課程簡介
<b>新</b> Window Movie Maker 運用	6/12-20/12 (逢星期五)	上午 9:30-11:30	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>匯入影片及相片</li> <li>剪輯影片及相片</li> <li>加入文字及音樂</li> <li>匯出影片</li> </ul>
<b>熱門課程</b> 相機攝影班 - 聖誕燈飾攝影 全攻略	6/12-20/12 (逢星期五)	下午 12:00-2:00	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>介紹聖誕燈飾拍攝技巧、ISO/光圈/白平衡設定、測光技巧</li> <li>介紹聖誕燈飾人像拍攝技巧、慢速閃燈同步及後簾同步、白平衡的設定</li> <li>☆ 20/1 戶外實習：尖東百週年紀念花園 (夜)</li> <li>☆ 自備腳架 / 閃燈</li> </ul>
相機攝影班 - 風景及建築物攝影	6/12-20/12 (逢星期五)	下午 3:00-5:00	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>教授風景攝影技巧、景深設定、光線方向、背光拍攝</li> <li>教授建築物攝影技巧、構圖</li> <li>20/12 戶外實習：尖沙咀文化中心附近 (日)</li> </ul>
相機攝影班 - ND/GND 濾鏡運用	9/12-23/12 (逢星期一)	下午 3:00-5:00	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全灰及漸變灰濾鏡的介紹、ND 值認識</li> <li>濾鏡於不同場合的運用</li> <li>課堂上會介紹如何選購 ND 濾鏡</li> <li>☆ 23/12 戶外實習：迪欣湖 (黃昏)</li> </ul>
<b>新</b> Google 雲端硬碟運用 - 手機篇	3/1-17/1 (逢星期五)	上午 9:30-11:30	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>上載相片及檔案到 Google 雲端硬碟</li> <li>管理相片及檔案</li> <li>運用連結分享相片給朋友</li> <li>下載 Google 雲端硬碟相片及檔案</li> </ul>
相機攝影班 - 外置閃光燈高階 (頻閃)	3/1-17/1 (逢星期五)	下午 12:00-2:00	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>頻閃的設定：頻率 / 次數 / 閃光輸出水平</li> <li>頻閃的運用</li> <li>☆ 10/1 及 17/1 戶外實習：大尾督船灣淡水湖壩 (夜)</li> <li>☆ 自備有頻閃功能的外置閃燈、腳架</li> </ul>
<b>熱門課程</b> 相機攝影班 - 人像篇	3/1-17/1 (逢星期五)	下午 3:00-5:00	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人像攝影介紹 (正光 / 側光 / 背光分別)、測光技巧、曝光補償運用</li> <li>構圖的認識、人像與風景比例、模特兒姿態介紹</li> <li>☆ 17/1 外影實習：大尾督船灣淡水湖附近 (日)</li> <li>☆ 自備有手動模式相機</li> </ul>
相機攝影班 - CPLfilter 偏光濾鏡 運用	6/1-20/1 (逢星期一)	下午 3:00-5:00	梁耀輝先生 (資深攝影導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>介紹 CPL 偏光鏡原理</li> <li>CPL 偏光鏡的運用</li> <li>課堂上會介紹如何選購 CPL 偏光鏡</li> <li>☆ 戶外實習：13/1 官塘海濱長廊 (日)、20/1 迪欣湖 (日)</li> </ul>

## 電腦課程

課程名稱	日期	時間	導師	堂數	學費	課程簡介
<b>新</b> 會聲會影主題班 - 聖誕新年短片製作 — TAKE 過	5/12 (星期四)	上午 9:30-11:30 下午 1:00-3:00 (共四小時)	徐靜瑛女士 (資深電腦導師)	1	<del>\$200</del> <b>\$130</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>使用會聲會影製作一段有聖誕氣氛的片段</li> <li>把自己的相片加入在短片內</li> <li>加入音樂、文字、把影片匯出</li> <li>把影片分享在自己的Facebook</li> </ul>
<b>熱門課程</b> 自攜 Windows 10 全攻略	10/12-31/12 (逢星期二)	上午 9:30-11:30	楊學斌先生 (資深電腦導師)	4	<del>\$340</del> <b>\$260</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>認識 Windows 10 介面及基本操作</li> <li>Windows 10 內建手寫板開啟與應用、市集、各項新功能</li> </ul> ☆學員可以自備 Windows 10 電腦
<b>熱門課程</b> 電腦操作入門班	11/12-15/1 (逢星期三)	下午 3:00-5:00	梁健霖先生 (資深電腦導師)	4	<del>\$340</del> <b>\$260</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>電腦硬體簡介及認識電腦術語</li> <li>介紹免費防毒軟件及安裝</li> <li>互聯網應用技巧、瀏覽器介紹</li> </ul> ☆ 25/12、1/1 暫停
會聲會影短片製作 大師班	12/12-30/1 (逢星期四)	上午 9:30-11:00	徐靜瑛女士 (資深電腦導師)	7	<del>\$400</del> <b>\$340</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>影片製作軟件 - 會聲會影深造班</li> <li>會聲會影的軟件的高級功能介紹</li> <li>高階案例介紹</li> <li>收生名額最多 12 位，先到先得</li> </ul> ☆適合已熟悉操作的同學報讀 ☆ 26/12 暫停
製作 GIF 達人特訓班	12/12-30/1 (逢星期四)	上午 11:15-12:45	徐靜瑛女士 (資深電腦導師)	7	<del>\$400</del> <b>\$340</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>複習免費軟件 Gif Animator 的使用方法</li> <li>輕鬆製作有趣、好玩的動態相片，例如：自動打開捲軸、視訊特效等</li> </ul> ☆適合熟悉 Gif Animator 的同學報讀 ☆ 26/12 暫停
會聲會影短片製作 延續篇	12/12-30/1 (逢星期四)	下午 2:00-3:30	徐靜瑛女士 (資深電腦導師)	7	<del>\$400</del> <b>\$340</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>影片製作軟件 - 會聲會影進階延續課程</li> <li>更深入介紹會聲會影的軟件功能</li> <li>其他案例介紹</li> <li>收生名額最多 12 位，先到先得</li> </ul> ☆ 26/12 暫停
<b>新</b> Google 雲端建構班	6/1-20/1 (逢星期一)	上午 9:30-11:30	劉樹森先生 (資深電腦導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Google 雲端的使用課程，從建立雲端戶口開始，學習介面、功能、使用方法</li> <li>建構您的雲端，設置私隱設定、文件夾等，並將您的文件分門別類傳送至雲端</li> </ul>
<b>熱門課程</b> 自攜 Windows 10 全攻略進階班	7/1-21/1 (逢星期二)	上午 9:30-11:30	楊學斌先生 (資深電腦導師)	3	<del>\$260</del> <b>\$200</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>重溫 Windows 10 介面及基本操作</li> <li>檔案管理應用、桌面圖示與整理</li> <li>學習使用瀏覽器下載音樂</li> <li>學習電腦備份、重設及還原設置</li> </ul> ☆學員可以自備 Windows 10 電腦
<b>新</b> 簡易應用雲端 Office	8/1-29/1 (逢星期三)	下午 12:00-2:00	梁健霖先生 (資深電腦導師)	4	<del>\$340</del> <b>\$260</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡易應用微軟的雲端辦公室軟件 (免費版)，包括：雲端存取、文書處理、試算表、演示程式</li> <li>在雲端上記錄文件，令您不用擔心檔案丟失、而且隨時隨地都能使用</li> <li>各種文書工具的介面介紹、使用方法等</li> </ul>
<b>新</b> 電腦簡單上網入門	22/1-29/1 (逢星期三)	下午 3:00-5:00	梁健霖先生 (資深電腦導師)	2	<del>\$200</del> <b>\$130</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>上網的方法，網頁瀏覽器的運用</li> <li>娛樂網站的應用，網上通訊的介紹</li> <li>把有用的網站記錄在電腦上，以便日後查閱</li> </ul>

## 網絡身份盜竊的注意事項

1. 小心提防釣魚網站或偽冒電郵，只跟真確的網站進行交易。
2. 使用社交網絡服務時，採用合適的私隱及安全設定。
3. 棄置文件、銀行結單及儲存媒體前，把有關文件、銀行結單及儲存媒體切碎或安全地刪除其中的個人資料。
4. 加密儲存個人資料的電子裝置和放置在安全的地方。
5. 不要通過不可信賴的通訊渠道（例如：公共Wi-Fi）或裝置傳遞或存取個人資料。
6. 不要向不明來歷或不可信賴的人或在社交媒體披露任何個人資料。

資料來源：網絡安全資訊站

香港耆樂老人福利會  
The Hong Kong Society for the Aged

捐助機構  
香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust  
WEATHERING TOGETHER, RISING TOGETHER

### 長青網已經重新啟用

長青講場好好玩 新網站內容分類更有條理  
繼全新網站藍綠色同設計，有一種清新同時尚真感覺  
內容精簡啱，對於搵老人服務好方便

www.e123.hk

App Store Google play



免費課程



\*\*\* 每位學員可同時報讀下列兩個類別 \*\*\*

## 熱門類別：(每人最多可以報讀 一班)

課程名稱	日期	時間	導師	堂數	課程簡介
Android 智能系統 簡介班	2/12 (星期一)	上午 10:00-11:30	陳義勝先生 (資深電腦導師)	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡介 Android 系統的智能手機及平板電腦之基本操作和功能</li> <li>開機、關機、進行設定等</li> </ul>
相片資源管理 簡介班	2/12 (星期一)	下午 12:00-1:30	陳義勝先生 (資深電腦導師)		<ul style="list-style-type: none"> <li>簡介 Android 手機相片的格式、編輯模式</li> <li>在手機內加開資料夾、為資料夾改名字</li> <li>把手機內的照片放到資料夾內</li> </ul>
Gmail 簡介班	2/12 (星期一)	下午 2:00-3:30	陳義勝先生 (資深電腦導師)		<ul style="list-style-type: none"> <li>教授手機版 Gmail 應用程式的使用方法</li> <li>下載應用程式、建立帳戶、學習收發及刪除電郵等</li> </ul>

## 實用類別：(每人最多可以報讀 兩班)

課程名稱	日期	時間	導師	堂數	課程簡介
國內支付分享會	3/12 (星期二)	上午 10:00-11:30	楊學斌先生 (資深電腦導師)	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>座談式課程，認識在國內消費的支付方法，包括掃碼付款、發紅包等</li> <li>講解在深圳開立儲蓄戶口的方法，需要帶備的文件</li> </ul>
熱門課程 尋覓地圖	4/12 (星期三)	下午 12:00-1:30	岑潔玲女士 (資深電腦導師)		<ul style="list-style-type: none"> <li>學習使用 Google 地圖，助生活交通便利</li> <li>找尋行走路徑</li> <li>探索附近的地點、尋找最佳路線</li> </ul>
	22/1 (星期三)	上午 10:00-11:30			
手機自由行 (深圳篇)	29/1 (星期三)	上午 10:00-11:30	岑潔玲女士 (資深電腦導師)		<ul style="list-style-type: none"> <li>使用智能手機，尋找鄰近深圳的好節目、好去處，例如：藝術展覽、公園</li> <li>位置分享及下載地圖</li> </ul>

## 長青數碼教室地址

### 牛頭角中心

地址：九龍觀塘鴻圖道21號訊科中心9樓A室



從牛頭角B6出口向前直行，至紅綠燈位轉左入鴻圖道(不用過紅綠燈)，沿路一直前行，過了一條馬路不久便到達訊科中心。需時約10-15分鐘。

查詢及報名熱線：  
**2110-5650**

電郵：aacinfo@sage.org.hk

地址：觀塘鴻圖道21號訊科中心9樓A室  
Facebook專頁：www.facebook.com/sageaac

辦公時間：星期一至五 上午9時至下午5時30分；星期六 上午9時至中午12時；星期日及公眾假期休息。