

婦女事務委員會、香港公開大學及商業電台 合辦
香港各界婦女聯合協進會 協辦
「自在人生自學計劃」第 45 期

額滿即止

對象：凡有興趣者，不論學歷，任何人士均可報讀
導修時數：25 小時
學費：\$350 (包括教材及授課)、(低收入家庭及綜援人士可申請豁免學費)
報名截止日期：2019 年 6 月 12 日 (先到先得)

生涯規劃與人生管理 (CBMP1084C)



- ~ 自我認識及管理
- ~ 目標管理
- ~ 終身學習
- ~ 思維及態度管理
- ~ 情緒管理
- ~ 壓力管理
- ~ 時間管理
- ~ 個人財政管理
- ~ 人際關係管理
- ~ 溝通技巧
- ~ 工作管理的基本技巧
- ~ 工作態度及服務技巧
- ~ 危機管理

上課日期 (逢星期四)	時間	時數
2019 年 7 月 11、25 日、 8 月 1、8、15、22、29 日 9 月 5 日	上午 9:30~12:40	共 8 堂 合共 25 小時

請
轉
後
頁

上課地點：香港灣仔駱克道 435 號地下「香港婦協郭得勝服務中心」

查詢電話：2833 6131 杜小姐(Helen)

報名方法：有意報讀者，請先查詢，確定留位。

(方法 1:) 盡早將學費存入中國銀行，賬戶名稱為：「香港公開大學」，賬號號碼 012-811-0-000007-9

(方法 2:) 學員可憑以下快速響應矩陣碼 (QR Code)，於 7-11 便利店以現金繳付學費，請保持繳費收據上所列印內容清晰可辨。



採用方法 1 或 2 均須在收據上注明姓名、報讀科目編號及聯絡電話號碼，並於報名後三個工作天內連同填妥之報名表交回本會，如未能及時提交報名費及銀行收據，本中心保留不接受學員報名的權利。報名後不設退款，如有需要，本中心並保留更改上課日期的權利，敬請留意。

/ht