

會員申請表可於網頁

www.erbbsc.erb.org 下載 或 親臨中心索取

查詢熱線：3919 6100

中心地址：新界天水圍天晴邨天晴社區綜合服務大樓3樓301室



會員通訊

www.erbbsc.erb.org

2026年7月-9月

本期重點推介

- 四大就業實戰系列
- 線上工作坊
- 網上學習平台



中心設有免費WiFi

獨家精選

ERB課程試讀班及
行業講座

專題項目

職場熱門及
特定服務對象

JOIN NOW

免費入會

更可免費參加所有活動及使用中心設施



ERB 透過統籌、撥款和監察，委任約 **80 間培訓機構** 提供培訓課程及服務，**培訓中心約 370 間**，遍佈港九新界各區。

ERB 提供的培訓課程以市場為導向，技能為本，靈活配合市場變化，現時提供超過 **800 項培訓課程**，涵蓋 **28 個行業**、科技應用及職場通用技能範疇。



「ERB 服務中心」作為僱員再培訓局（ERB）課程及服務的地區窗口，為年齡在 **15 歲或以上** 的香港合資格僱員提供多元化的自助及支援服務。

如何申請成為會員？

只需成為會員，即可免費享用中心所有服務和參加所有活動，申請成為會員，手續簡單，而且完全免費。

申請資格：15 歲或以上的香港合資格僱員

申請方法

請填妥「會員申請表格」及細閱「會員申請須知」和「中心服務及設施使用守則」，並親臨中心辦理申請手續。

如有任何查詢，請致電 3919-6100 與我們聯絡。你可在以下網址或親臨中心索取會員申請表格
<https://erbsc.erb.org/chi/registration>



申請成為會員，手續簡便，費用全免。

目錄

CONTENT

2026 年 7 - 9 月

會員通訊
www.erbsc.erb.org

僱員再培訓局簡介 / ERB 服務中心簡介 / 會員申請		2	◆
今期重點推介活動	網上學習平台 / 線上工作坊	4	◆
	四大就業實戰系列	5	◆
	「職場再出發」實戰系列	6	◆
	「新」星級人才實戰系列	6	◆
	「青年就業」實戰系列	6	◆
行業講座及 ERB 課程試讀班	* 獨家精選 *	7	◆
求職技巧、通用技能及專題工作坊	職業語文	10	◆
	電腦應用	15	◆
	個人素養	21	◆
	求職技巧	23	◆
	專題工作坊	24	◆
互助及研習小組		27	◆
試讀班、講座、工作坊、小組報名方法		28	◆
惡劣天氣下中心開放時間及活動安排		28	◆
中心設施及服務	課程資訊區 / 培訓顧問服務	29	◆
	資源閣 / 多媒體自學室	30	◆
	求職資訊區 / 自助求職一站通	31	◆
	培訓及職志測試 / 模擬面試設施	32	◆
	招聘活動	32	◆
活動一覽 7 - 9 月		33	◆



ERB 服務中心 - 網上學習平台 隨時隨地重溫活動內容

為增加工作坊的靈活性，提供更多學習機會給未能親身到中心出席活動的會員，ERB 服務中心於 2024 年 7 月正式推出了全新的「網上學習平台」！平台專為中心會員度身打造，提供了多條豐富多彩的影片內容，包括行業講座、ERB 課程試讀班、通用技能、求職技巧及專題工作坊等，影片數量亦會陸續增加。

會員可以輕鬆地使用電腦或移動裝置透過瀏覽器登入平台，打破時間和空間的限制，隨時隨地免費重溫多個不同課題的熱門活動內容。

「網上學習平台」助你擴展知識技能，提升職場競爭力！立即登入，探索無限學習可能性！

ERB 服務中心 - 「網上學習平台」網址：<https://www.erb中心.org/VID/>



線上工作坊

為增加工作坊的靈活性，中心恆常以網上形式舉辦工作坊，中心會員可透過 Zoom 視像會議軟件安在家中進行網上學習。參加資格：中心會員。報名方法：於「報名日」起登入以下網址辦理報名手續：<https://www.erb中心.org/zoom/>



活動名稱	對象	日期 / 時間	內容
IS0019 小型無人機行業講座	青年	18/07/2026 星期六 13:00 - 15:00	(1) 小型無人機操作相關行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如小型無人機操作（進階等級）證書（兼讀制）課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。
SP0150 健康護理業可持續發展與「環境、社會、管治」(ESG) 知識證書（兼讀制）課程試讀班	婦女	25/07/2026 星期六 13:00 - 15:00	(1) 簡介健康護理業可持續發展與「環境、社會、管治」(ESG) 知識證書（兼讀制）課程及相關行業概況。 (2) 介紹可持續發展的目標和指標。 (3) 分享健康護理業在可持續發展及「環境、社會及管治」(ESG) 方面的實務個案。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
CS1117 人工智能基礎入門（一）	一般	28/07/2026 星期二 13:00 - 15:00	認識生成式 AI 的基本原理、功能，以及使用提示詞 (Prompt) 技巧。
CS1118 人工智能基礎入門（二）	一般	28/07/2026 星期二 15:00 - 17:00	了解生成式人工智慧如何應用於多種不同的工作場所，並深入探討 AI 的侷限性與倫理議題。
JS5044 面試貼士 - 小組面試	一般	06/08/2026 星期四 13:00 - 15:00	小組面試 (group interview) 有別於一般的一對一標準面試，工作坊教授參加者如何在小組面試中斬露頭角。
IS0024 康體行業講座	青年	13/08/2026 星期四 13:00 - 15:00	(1) 康體行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 相關 ERB 課程，如體育活動管理基礎證書（兼讀制）課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。
SP0151 體育活動籌劃基礎證書（兼讀制）課程試讀班	青年	13/08/2026 星期四 15:00 - 17:00	(1) 簡介體育活動籌劃基礎證書（兼讀制）課程及相關行業概況。 (2) 介紹本地體育活動管理行業現況及發展。 (3) 講解籌辦體育活動的基本實務知識。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
LS2019 面試普通話	一般	29/08/2026 星期六 13:00 - 15:00	教授面試應用普通話，包括自我介紹、回答技巧及模擬練習，讓參加者應徵工作時更有把握及信心。
SP0129 人工智能圖像及影片設計證書（兼讀制）課程試讀班	青年	03/09/2026 星期四 13:00 - 15:00	(1) 簡介人工智能圖像及影片設計證書（兼讀制）課程及相關行業概況。 (2) 介紹 AI 圖像生成技術原理。 (3) 即場示範特定 Prompt 指令運用。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
SP0130 人工智能創作營銷社交媒體內容技巧證書（兼讀制）課程試讀班	青年	10/09/2026 星期四 13:00 - 15:00	(1) 簡介人工智能創作營銷社交媒體內容技巧證書（兼讀制）課程及相關行業概況。 (2) 講解社交網絡營銷的基本概念。 (3) 即場示範用 AI 生成高質文案內容。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
PS0071 從認識自己到團隊合作	一般	08/09/2026 星期二 13:00 - 15:00	常言道「可惜生活是必須妥協」，為什麼在職場上，我們需要和不同的部門、團隊及同事交流？我們要怎樣適度配合整體的方向發展？過程中應該怎樣交涉和溝通？在這工作坊，我們可以透過認識自己，從而了解、探究職場溝通合作的技巧。
HS0307 新媒體實務技能知多少	一般	22/09/2026 星期二 13:00 - 15:00	工作坊介紹新媒體的行業概況及運作，分享編輯和採訪技巧，讓參加者掌握行業實用技能。

* 詳情請致電 3919 6100 與中心職員聯絡。

適合對象：一般 一般人士 新 新來港人士 EM 少數族裔人士 50+ 後 50 青年 青年 婦女 婦女

ERB 服務中心 四大特定社群 就業實戰系列活動

中心定期舉辦「僱人實戰系列」、「『新』星級人才實戰系列」、「職場再出發實戰系列」及「青年就業實戰系列」活動，分別因應「待業婦女」、「新來港人士」、「50歲或以上的較年長者」以及「青年人」的需要，配合不同的行業主題，提供適切的培訓及就業支援服務，以便參加者掌握更多就業資訊及行業技能。



「職場再出發」實戰系列

費用全免，50歲或以上，有就業意欲的會員優先參加。
名額有限，先到先得，額滿即止。

活動名稱	日期 / 時間	內容
JS2008 「職場再出發」實戰系列-重返職場實用求職指南	20/07/2026 星期一 13:00 - 15:00	推遲退休年齡已是世界各國政府的趨勢，中老年人重返職場日漸普遍，工作坊教授參加者有關中老年人的求職要點，例如求職方向、求職心態等。
JS5042 「職場再出發」實戰系列-重返職場實用面試指南	27/07/2026 星期一 13:00 - 15:00	中老年人重返職場日漸普遍，唯在面試時經常遇到僱主的尖銳問題未能沉著應對而錯失機會，工作坊教授參加者有關中老年人的面試要點。
IS0023 中醫保健行業講座	28/07/2026 星期二 13:00 - 15:00	(1) 中醫保健行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如保健按摩基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。
TP0009 保健按摩基礎證書課程試讀班	28/07/2026 星期二 15:00 - 17:00	(1) 簡介保健按摩基礎證書課程及保健按摩行業概況。 (2) 介紹保健推拿的基本知識。 (3) 即場示範足部按摩及推拿手法臨床練習。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
ED4006 職志分析及就業規劃工作坊	25/08/2026 星期二 13:00 - 15:00	工作坊旨在協助參加者調適重返職場的心態，內容包括： (1) 個人性格與職業性向分析 (2) 探討再就業的需要、功能及意義 (3) 認識個人特質及工作條件 (4) 應有的心理及實際準備 (5) 職涯發展資訊
IS0041 機電行業講座	25/08/2026 星期二 15:00 - 17:00	(1) 機電行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如物業維修基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。
SP0152 組裝合成建築法 (MiC) 實務知識基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班	27/08/2026 星期四 13:00 - 15:00	(1) 簡介組裝合成建築法 (MiC) 實務知識基礎證書 (兼讀制) 課程及相關行業概況。 (2) 介紹 MiC 在香港的發展情況及相關條例要求。 (3) 講解 MiC 建築方法及流程、好處及限制。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
IS0061 工作體驗日	27/08/2026 星期四 15:00 - 17:00	透過企業探訪，參觀工作場地及實況，並透過工作經驗分享或工作體驗，讓參加者了解實際工作環境，更具體掌握適合較年長人士申請的職位空缺、入職要求及發展機會，推動他們求職。
IS0009 旅遊行業講座	01/09/2026 星期二 13:00 - 15:00	(1) 旅遊行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如地區深度遊知識及導賞技巧基礎證書 (兼讀制) 課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。
SP0153 地區深度遊知識及導賞技巧基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班	01/09/2026 星期二 15:00 - 17:00	(1) 簡介地區深度遊知識及導賞技巧基礎證書 (兼讀制) 課程及相關行業概況。 (2) 介紹地區深度遊的概念、特色及種類。 (3) 即場示範地區深度遊的導賞技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
JS8104 「職場再出發」實戰系列-求職市場探索	07/09/2026 星期一 13:00 - 15:00	工作坊教授搜集資料的方法，協助參加者了解有意入職的行業及機構，以制定有效的求職策略。
JS8103 「職場再出發」實戰系列-拓展職場人際網絡	14/09/2026 星期一 13:00 - 15:00	工作坊教授參加者如何在生活上和工作上，利用線上和線下方法建立人脈，以擴大職業發展機會。



招聘資訊 中心定期舉辦招聘會，提供適合不同人士申請的職位空缺，並設即場面試。

* 所有活動以中心最後公佈為準，詳情請致電 39196100 與中心職員聯絡。

「新」星級人才實戰系列

費用全免・新來港會員優先參加・名額有限・先到先得・額滿即止・

JS8091	「新」星級人才實戰系列 - 九大職能模型探索	05/08/2026 星期三 15:30 - 17:30	九大職能星是一種能協助測試者選擇合適行業和職務的職能測試。透過工作坊參加者可探索自身的職能模型，以開拓最合適的職涯。
JS5051	「新」星級人才實戰系列 - 避開面試陷阱	12/08/2026 星期三 15:30 - 17:30	工作坊講解在面試過程中需要注意的諸多禁忌，讓面試成為一次愉快的經驗，提升參加者的面試技巧。
IS0007	美容行業講座	11/08/2026 星期二 13:00 - 15:00	(1) 美容行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如化妝助理基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。
TP0002	化妝助理基礎證書課程試讀班	11/08/2026 星期二 15:00 - 17:00	(1) 簡介化妝助理基礎證書課程及相關行業概況。 (2) 介紹化妝助理角色及職業操守。 (3) 即場講解及示範基本護膚、皮膚分析、及選擇化妝品的技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。

「青年就業實戰系列」活動

費用全免・歡迎青年會員參加・

SP0148	Godot 遊戲開發與 AI 輔助創作證書 (兼讀制) 課程試讀班	23/07/2026 星期四 13:00 - 15:00	(1) 簡介 Godot 遊戲開發與 AI 輔助創作證書 (兼讀制) 課程及相關行業概況。 (2) 介紹 Godot 與 GDScript。 (3) 即場示範以 AI 協助生成和整合程式碼。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
SP0149	AI 進階遊戲設計與 Godot 互動開發優化證書 (兼讀制) 課程試讀班	23/07/2026 星期四 15:00 - 17:00	(1) 簡介 AI 進階遊戲設計與 Godot 互動開發優化證書 (兼讀制) 課程及相關行業概況。 (2) 講解遊戲設計理論。 (3) 即場示範使用 AI 輔助生成遊戲設計文件。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
JS5054	「青年就業實戰系列」- 職志測試體驗及面試技巧	30/07/2026 星期四 13:00 - 15:00	工作坊介紹使用職志評估測試和提供職涯發展等資訊，協助參加者認識個人性格與職業性向，以及介紹模擬面試系統及分享面試技巧。
HS0273	青年就業實戰：工作體驗	30/07/2026 星期四 15:00 - 17:00	(1) 介紹機構相關工作職位 (2) 透過實地參觀了解相關工作的實際環境 (3) 親身體驗工作內容
IS0004	金融財務行業講座	15/09/2026 星期二 13:00 - 15:00	(1) 金融財務行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如金融證券投資證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。
TP0087	金融證券投資證書課程試讀班	15/09/2026 星期二 15:00 - 17:00	(1) 簡介金融證券投資證書課程及相關行業概況。 (2) 介紹基本證券及期貨規則。 (3) 即場示範證券分析及風險管理服務的技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。
JS3045	「青年就業實戰系列」- 一鍵生成履歷表	16/09/2026 星期三 15:30 - 17:30	工作坊教授參加者如何利用網頁程式，輸入簡單個人履歷資料後，製作美觀的英文履歷表。
JS3046	「青年就業實戰系列」- 一鍵生成求職信	23/09/2026 星期三 15:30 - 17:30	工作坊教授參加者如何利用網頁程式，輸入簡單個人履歷資料，製作模範的英文求職信。



招聘資訊 中心定期舉辦招聘會，提供適合不同人士申請的職位空缺，並設即場面試。

* 所有活動以中心最後公佈為準，詳情請致電 39196100 與中心職員聯絡。

獨家精選

ERB 課程試讀班及行業講座 ERB 課程試讀班為中心的一大特色，我們因應區內求職人士需求而選取合適的試讀班，當中會以示範及互動形式，讓會員對相關課程內容有初步體驗，會員更可即場報讀 ERB 課程。

行業講座 由業內人士或課程導師主講，介紹入行要求及工作實況，令參加者對行業有進一步認識。

* 中心舉辦的 ERB 課程試讀班及行業講座，目的是讓會員初步了解 ERB 課程的訓練內容，以助他們揀選合適的 ERB 課程。



	課程及行業講座	IS0017
	飲食行業講座	新
	07/07/2026 星期二 13:00 - 15:00	
	(1) 飲食行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如飲食業「以禮待客」技巧基礎證書（兼讀制）課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

	ERB 課程試讀班 (SUS Plus)	SP0147
	飲食業「以禮待客」技巧基礎證書（兼讀制）課程試讀班	新
	07/07/2026 星期二 15:00 - 17:00	
	(1) 簡介飲食業「以禮待客」技巧基礎證書（兼讀制）課程及相關行業概況。 (2) 認識及建立飲食業從業員儀表形象的方法。 (3) 即場示範如何應對情緒激動及提出難題的顧客。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	

	課程及行業講座	IS0068
	物業維修行業講座	一般
	14/07/2026 星期二 13:00 - 15:00	
	(1) 物業維修行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如物業維修基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

	ERB 課程試讀班 (就業掛鈎)	TP0075
	物業維修基礎證書課程試讀班	一般
	14/07/2026 星期二 15:00 - 17:00	
	(1) 簡介物業維修基礎證書課程及機電行業概況。 (2) 介紹物業維修工作的工序及相關規管法例等。 (3) 即場示範木工、泥水工及油漆工的基本技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	



課程及行業講座	IS0013
健康護理行業講座	婦女
21/07/2026 星期二 13:00 - 15:00	
(1) 健康護理行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如陪診員基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

ERB 課程試讀班 (就業掛鈎)	TP0073
陪診員基礎證書課程試讀班	婦女
21/07/2026 星期二 15:00 - 17:00	
(1) 簡介陪診員基礎證書課程及健康護理行業概況。 (2) 講解陪診工作的知識及技能。 (3) 即場示範腰背護理及扶抱技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	




課程及行業講座	IS0038
調酒行業講座	一般
04/08/2026 星期二 13:00 - 15:00	
(1) 調酒行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如調酒員基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

ERB 課程試讀班 (就業掛鈎)	TP0026
調酒員基礎證書課程試讀班	一般
04/08/2026 星期二 15:00 - 17:00	
(1) 簡介調酒員基礎證書課程及酒吧行業概況。 (2) 介紹酒的種類、來源以及酒杯分類。 (3) 即場示範雞尾酒調製的技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	




課程及行業講座	IS0002
物業管理及保安行業講座	50+
18/08/2026 星期二 13:00 - 15:00	
(1) 物業管理及保安行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如標準保安及物業管理基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

ERB 課程試讀班 (就業掛鈎)	TP0007
標準保安及物業管理基礎證書課程試讀班	50+
18/08/2026 星期二 15:00 - 17:00	
(1) 簡介標準保安及物業管理基礎證書課程及相關行業概況。 (2) 介紹保安員的實務工作。 (3) 即場講解及示範巡邏訪客程序。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	




課程及行業講座	IS0037
資訊科技行業講座	青年
20/08/2026 星期二 13:00 - 15:00	
(1) 資訊科技行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如虛擬實境應用程式開發助理證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

ERB 課程試讀班 (就業掛鈎)	TP0116
虛擬實境應用程式開發助理證書課程試讀班	青年
20/08/2026 星期四 15:00 - 17:00	
(1) 簡介虛擬實境應用程式開發助理證書課程及資訊及通訊科技行業概況。 (2) 介紹 VR 裝置及系統應用的概念。 (3) 即場示範 VR 程式制作的技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	



	ERB 課程試讀班 (SUS Plus)	SP0127
	Taster Course for Ethnic Minorities - Foundation Certificate in Pastry Making (Cake)	EM
	29/08/2026 星期六 10:00 - 12:00	
	(1) Introduction to the Foundation Certificate in Pastry Making (Cake) course and an overview of the related industry. (2) Introduction to cake making tools and ingredients. (3) Explanation of pastry making skills. (4) Inviting Training Bodies to recruit applicants.	

	課程及行業講座	IS0035
	花店及花藝行業講座	婦女
	08/09/2026 星期二 13:00 - 15:00	
	(1) 花店及花藝行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如花店實務及花藝設計助理基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

	ERB 課程試讀班 (就業掛鈎)	TP0043
	花店實務及花藝設計助理基礎證書課程試讀班	婦女
	08/09/2026 星期二 15:00 - 17:00	
	(1) 簡介花店實務及花藝設計助理基礎證書課程及相關行業概況。 (2) 介紹花店營運、成本控制、鮮花之保養和處理等。 (3) 即場示範花束之製作及設計的技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	

	課程及行業講座	IS0028
	包餅製作行業講座	新
	22/09/2026 星期二 13:00 - 15:00	
	(1) 包餅製作行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如包餅製作員基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

	ERB 課程試讀班 (就業掛鈎)	TP0061
	包餅製作員基礎證書課程試讀班	新
	22/09/2026 星期二 15:00 - 17:00	
	(1) 簡介包餅製作員基礎證書課程及相關行業概況。 (2) 介紹製作包餅常用的原材料及發酵原理。 (3) 即場講解各種烘焙用具的基本操作方法。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	

	課程及行業講座	IS0021
	社會服務行業講座	婦女
	29/09/2026 星期二 13:00 - 15:00	
	(1) 社會服務行業簡介及介紹行業前景、出路、入職要求、技能要求、薪酬福利。 (2) 介紹相關 ERB 課程，如課餘託管導師基礎證書課程等。 (3) 邀請培訓機構到場招生。	

	ERB 課程試讀班 (SUS Plus)	SP0154
	有特殊學習需要兒童課餘託管技巧基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班	婦女
	29/09/2026 星期二 15:00 - 17:00	
	(1) 簡介有特殊學習需要兒童課餘託管技巧基礎證書 (兼讀制) 課程及相關行業概況。 (2) 講解有特殊學習需要兒童與一般兒童在學習表現上的差異。 (3) 示範與特殊學習需要兒童溝通及提升其學習興趣的技巧。 (4) 邀請培訓機構到場招生。	

求職技巧、通用技能及專題工作坊

內容包括職業普通話及英語、電腦應用、個人素養等，讓會員鞏固核心技能，以應付行業一般要求。中心舉辦的求職技巧及專題工作坊，教授面試攻略、溝通技巧、勞工法例等，提升會員的相關知識及技巧。

* 中心舉辦的工作坊，目的是讓會員初步了解 ERB 課程的訓練內容，以助他們揀選合適的 ERB 課程。



職業語文



電腦應用



個人素養



求職技巧



專題工作坊

職業語文系列

語言是人類重要的溝通橋樑，良好的聽講寫讀能力極為重要；除了讓你應付工作需要外，更能增強個人自信心，提升職場競爭力！



		活動名稱	日期 / 時間	內容
普通話				
LS2022	一般	齊來鍛鍊普通話能力 (一)	07/07/2026 星期二 10:00 - 12:00	以模擬考試的形式，集中透過聽力方面的練習，加強參加者普通話的能力，提升工作技能。
LS2025	一般	齊來鍛鍊普通話能力 (二)	14/07/2026 星期二 10:00 - 12:00	以模擬考試的形式，集中透過會話方面的練習，加強參加者普通話的能力，提升工作技能。
LS2026	一般	齊來鍛鍊普通話能力 (三)	21/07/2026 星期二 10:00 - 12:00	以模擬考試的形式，集中透過讀寫方面的練習，加強參加者普通話的能力，提升工作技能。
LS2027	一般	齊來鍛鍊普通話能力 (四)	28/07/2026 星期二 10:00 - 12:00	以模擬考試的形式，透過聽、說、讀、寫的綜合練習，加強參加者普通話的能力，提升工作技能。
LS2014	一般	職場普通話 (一)	04/08/2026 星期二 10:00 - 12:00	因應參加者在商業社會及日常溝通的需要，教授普通話會話方式和重要詞彙。工作坊 (一) 的內容為介紹稱呼與問好、季節與天氣、香港地名及交通工具。
LS2015	一般	職場普通話 (二)	11/08/2026 星期二 10:00 - 12:00	因應參加者在商業社會及日常溝通的需要，教授普通話會話方式和重要詞彙。工作坊 (二) 的內容為介紹辦公室用語、應徵及面試。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
LS2016	 職場普通話 (三)	18/08/2026 星期二 10:00 - 12:00	因應參加者在商業社會及日常溝通上的需要，工作坊主要教授普通話會話方式和重要詞彙，工作坊 (三) 的內容為介紹工作場所應對、討論、提議用語。
LS2017	 職場普通話 (四)	25/08/2026 星期二 10:00 - 12:00	因應參加者在商業社會及日常溝通上的需要，工作坊主要教授普通話會話方式和重要詞彙，工作坊 (四) 的內容為介紹溝通對話及報告用語。
LS2001	 普通話拼音入門 (一)	01/09/2026 星期二 10:00 - 12:00	教授普通話拼音，由聲母和韻母及聲調基本元素開始，使參加者能掌握其基本發音，為學習普通話建立良好基礎，提升工作技能。
LS2002	 普通話拼音入門 (二)	08/09/2026 星期二 10:00 - 12:00	以拼音方式學習拼讀，使參加者能掌握更多的詞語，助參加者鞏固學習普通話的根基，提升工作技能。
LS2003	 普通話拼音入門 (三)	15/09/2026 星期二 10:00 - 12:00	以拼音方式學習綜合拼讀、兒化字等，助參加者鞏固學習普通話的根基，提升工作技能。
LS2023	 旅遊業常用普通話	22/09/2026 星期二 10:00 - 12:00	介紹旅遊業的普通話，透過學習簡單、常用的普通話字詞和句子，來提升與顧客溝通的能力，亦強化參加者的競爭力。
LS2030	 酒店業常用普通話	29/09/2026 星期二 10:00 - 12:00	介紹酒店業的普通話，透過學習簡單、常用的普通話字詞和句子，來提升與顧客溝通的能力，亦強化參加者的競爭力。

初階英語發音

LS1178	Phonics 從頭學起：音節和韻腳	08/07/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 syllables(音節)和 rhyme(韻腳)，例如：cowboy, key, tree 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1179	Phonics 從頭學起：輔音和短母音 1	15/07/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 consonant(輔音)和 short vowel(短母音)，例如：r, d, g, o, i 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1180	Phonics 從頭學起：輔音和短母音 2	22/07/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 consonant(輔音)和 short vowel(短母音)，例如：th, sh, ch 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1181	Phonics 從頭學起：雙子音 1	29/07/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 consonants blends(雙子音)，例如：sp, sk, sw 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1182	Phonics 從頭學起：雙子音 2	05/08/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 consonants blends(雙子音)，例如：pr, gr, tr 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1183	Phonics 從頭學起：長母音	12/08/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 long vowel(長母音)，例如：a_e, o_e, i_e 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1184	Phonics 從頭學起：不發音字母	19/08/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 silent letters(不發音字母)，例如：wh, wr, kn 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1185	Phonics 從頭學起：3 個輔音	26/08/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 blends of 3 consonants(3 個輔音)，例如：str, squ, scr, spl 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1186	Phonics 從頭學起：複雜母音組合 1	02/09/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 complex vowel(複雜母音)，例如：ir, au, or, ue 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1187	Phonics 從頭學起：複雜母音組合 2	09/09/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 complex vowel(複雜母音)，例如：air, ear 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
LS1188	 Phonics 從頭學起：發音組合 1	16/09/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 sound combinations(發音組合)，例如：xt, nt, ft 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
LS1189	 Phonics 從頭學起：發音組合 2	23/09/2026 星期三 10:00 - 12:00	工作坊教授 Phonics(拼讀法)的 sound combinations(發音組合)，例如：nch, dge, ge 等等，從而提升參加者的英語拼讀能力。
初階英語應用			
LS1028	 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (一)	02/07/2026 星期四 10:00 - 12:00	學習英語主要從四大方面入手：聆聽、會話、閱讀及書寫技巧。本工作坊運用多媒體互動教學，內容涵蓋：會話練習(自我介紹、打電話、工作、天氣、嗜好)，以提升參加者職場語文溝通能力。
LS1029	 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (二)	09/07/2026 星期四 10:00 - 12:00	學習英語主要從四大方面入手：聆聽、會話、閱讀及書寫技巧。本工作坊運用多媒體互動教學，內容涵蓋：會話練習(表達情感、時間、約會)、聆聽練習(對答、重要資訊)，以提升參加者職場語文溝通能力。
LS1030	 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (三)	16/07/2026 星期四 10:00 - 12:00	學習英語主要從四大方面入手：聆聽、會話、閱讀及書寫技巧。本工作坊運用多媒體互動教學，內容涵蓋：聆聽練習(記錄、休假計劃、日記、來信、諮詢專欄)，以提升參加者職場語文溝通能力。
LS1031	 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (四)	23/07/2026 星期四 10:00 - 12:00	學習英語主要從四大方面入手：聆聽、會話、閱讀及書寫技巧。本工作坊運用多媒體互動教學，內容涵蓋：閱讀理解練習(詞組、文法、句子結構、主題句)，以提升參加者職場語文溝通能力。
LS1288	 生活情境英語百科 - 居家篇	03/08/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊以日常生活接觸的居家情境為主題，搭配圖解單字、會話練習、相關用語等練習，營造生動有趣的英語學習環境，提升參加者的英語能力，應付個人和基本工作需要。
LS1289	 生活情境英語百科 - 購物篇	10/08/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊以日常生活接觸的購物情境為主題，搭配圖解單字、會話練習、相關用語等練習，營造生動有趣的英語學習環境，提升參加者的英語能力，應付個人和基本工作需要。
LS1290	 生活情境英語百科 - 旅遊篇	17/08/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊以日常生活接觸的旅遊情境為主題，搭配圖解單字、會話練習、相關用語等練習，營造生動有趣的英語學習環境，提升參加者的英語能力，應付個人和基本工作需要。
LS1291	 生活情境英語百科 - 休閒活動篇	24/08/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊以日常生活接觸的休閒活動情境為主題，搭配圖解單字、會話練習、相關用語等練習，營造生動有趣的英語學習環境，提升參加者的英語能力，應付個人和基本工作需要。
LS1292	 生活情境英語百科 - 節慶篇	31/08/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊以日常生活接觸的節慶情境為主題，搭配圖解單字、會話練習、相關用語等練習，營造生動有趣的英語學習環境，提升參加者的英語能力，應付個人和基本工作需要。
LS1317	 常用英語短句 (一)	03/09/2026 星期四 10:00 - 12:00	介紹日常聊天常用的英語短句，並介紹當中的生字的拼寫、讀音和用法，提升參加者的英語水平。
LS1318	 常用英語短句 (二)	10/09/2026 星期四 10:00 - 12:00	介紹工作場所常用的英語短句，並介紹當中的生字的拼寫、讀音和用法，提升參加者的英語水平。
LS1319	 常用英語短句 (三)	17/09/2026 星期四 10:00 - 12:00	介紹生意往來常用的英語短句，並介紹當中的生字的拼寫、讀音和用法，提升參加者的英語水平。
中階英語應用			
LS1327	 輕鬆拓展英語詞彙：前綴 Prefix (一)	06/07/2026 星期一 15:30 - 17:30	大多數英語詞彙都是由數個部分組成，且特定部分會重複應用到其他詞彙中。工作坊將介紹名詞及動詞的前綴 Prefix，即單字開首的部分，掌握相同前綴的詞彙邏輯，能助參加者更有效率地擴充英語詞彙量。(備註：只備小學英語程度)

	活動名稱	日期 / 時間	內容
LS1328	 輕鬆拓展英語詞彙：前綴 Prefix (二)	13/07/2026 星期一 15:30 - 17:30	大多數英語詞彙都是由數個部分組成，且特定部分會重複應用到其他詞彙中。工作坊將介紹形容詞及動詞的前綴 Prefix，即單字開首的部分。掌握相同前綴的詞彙邏輯，能助參加者更有效率地擴充英語詞彙量。（備註：具備小學英語程度）
LS1329	 輕鬆拓展英語詞彙：後綴 Suffix (一)	20/07/2026 星期一 15:30 - 17:30	大多數英語詞彙都是由數個部分組成，且特定部分會重複應用到其他詞彙中。工作坊將介紹名詞及動詞的後綴 Suffix，即單字結尾的部分。掌握相同後綴的詞彙邏輯，能助參加者更有效率地擴充英語詞彙量。（備註：具備小學英語程度）
LS1330	 輕鬆拓展英語詞彙：後綴 Suffix (二)	27/07/2026 星期一 15:30 - 17:30	大多數英語詞彙都是由數個部分組成，且特定部分會重複應用到其他詞彙中。工作坊將介紹形容詞及動詞的後綴 Suffix，即單字結尾的部分。掌握相同後綴的詞彙邏輯，能助參加者更有效率地擴充英語詞彙量。（備註：具備小學英語程度）
LS1084	 職業英語聽力會話系列 - 介紹和問候	10/07/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括自我介紹、介紹朋友、打開話題、回應問候等。（備註：具備小學英語程度）
LS1085	 職業英語聽力會話系列 - 發問用語	17/07/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括常用的發問和答覆用語等。（備註：具備小學英語程度）
LS1086	 職業英語聽力會話系列 - 工作介紹	24/07/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括介紹工作性質、內容、工序等等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1087	 職業英語聽力會話系列 - 簡單社交對答	31/07/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括在社交場合的常用對答語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1088	 職業英語聽力會話系列 - 簡短電話對答	07/08/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括在工作上常見的電話對答語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1089	 職業英語聽力會話系列 - 人物描述	14/08/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括人物外貌和情感描述等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1090	 職業英語聽力會話系列 - 地點描述	21/08/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括地點和方向描述等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1091	 職業英語聽力會話系列 - 產品描述	28/08/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括產品描述等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1092	 職業英語聽力會話系列 - 查詢資料	04/09/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括作出查詢及回應等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1093	 職業英語聽力會話系列 - 作出建議	11/09/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括作出建議及回應等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1094	 職業英語聽力會話系列 - 作出請求	18/09/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括作出請求及回應等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
LS1095	 職業英語聽力會話系列 - 投訴和道歉	25/09/2026 星期五 10:00 - 12:00	教授參加者以精簡淺白的工作社交英語有效溝通，內容包括作出投訴及回應等常用語句。（備註：具備小學英語程度）
商務英語應用			
LS1080	 成語諺語應用英文圖	30/07/2026 星期四 10:00 - 12:00	寫作時多引用成語、諺語或名人格言，有助加強文章說服力及感染力，但若錯誤引用則會貽笑大方。本工作坊將解釋多句英文成語及諺語，以及其使用方法。（備註：具備初中英語程度）

	活動名稱	日期 / 時間	內容
LS1024	 『職場戰略』英語履歷圖	06/08/2026 星期四 10:00 - 12:00	為配合求職待業和在職人士在工作上的需要，本工作坊主要教授履歷表的寫作技巧。（備註：具備初中英語程度）
LS1025	 『職場戰略』英語面試圖	13/08/2026 星期四 10:00 - 12:00	為配合求職待業和在職人士在工作上的需要，本工作坊主要教授面試應用英語。（備註：具備初中英語程度）
LS1026	 『職場戰略』英語電話應對圖	20/08/2026 星期四 10:00 - 12:00	為配合求職待業和在職人士在工作上的需要，本工作坊主要教授辦公室電話應對，如基本交際接待、社交禮儀、客戶熱線服務、請假、表達意見和回應等。（備註：具備初中英語程度）
LS1027	 『職場戰略』英語演說圖	27/08/2026 星期四 10:00 - 12:00	為配合求職待業和在職人士在工作上的需要，本工作坊主要教授英語演說報告技巧，如司儀稿（介紹嘉賓、場景轉換、氣氛）、公開演講（講座、工作報告、產品營銷）等。（備註：具備初中英語程度）
LS1013	 從新聞學英語（一）	05/09/2026 星期六 13:00 - 15:00	透過閱讀報章上的熱門時事新聞，學習簡單英文字詞的發音、意思及用法，藉此提升參加者的競爭力及工作能力。（備註：具備初中英語程度）
LS1014	 從新聞學英語（二）	12/09/2026 星期六 13:00 - 15:00	透過閱讀及聆聽熱門時事新聞，學習常用英文字詞、句子發音、意思及用法，藉此提升參加者的工作競爭力。（備註：具備初中英語程度）
LS1283	 實用英語電郵 - 查詢及回覆	07/09/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊教授如何撰寫一封簡單的商業查詢及回覆查詢的電郵，以提升求職者的英文書寫技能，以應付筆試時的需要。（備註：具備初中英語程度）
LS1284	 實用英語電郵 - 投訴及回覆	14/09/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊教授如何撰寫一封簡單的投訴及回覆投訴的電郵，以提升求職者的英文書寫技能，以應付筆試時的需要。（備註：具備初中英語程度）
LS1285	 實用英語電郵 - 邀請及回覆	21/09/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊教授如何撰寫一封簡單的邀請及回覆邀請的電郵，以提升求職者的英文書寫技能，以應付筆試時的需要。（備註：具備初中英語程度）
LS1286	 實用英語電郵 - 祝賀及感謝	28/09/2026 星期一 15:30 - 17:30	工作坊教授如何撰寫一封簡單的祝賀及感謝祝賀的電郵，以提升求職者的英文書寫技能，以應付筆試時的需要。（備註：具備初中英語程度）
行業語文			
LS1307	 旅遊業常用英語 - 行程規劃	18/07/2026 星期六 13:00 - 15:00	介紹旅遊業從業員在行程規劃時如租車、預訂觀光景點等常用的英語，透過會話、練習及角色扮演，讓參加者掌握旅遊行業英語的詞彙及用語。（備註：具備小學英語程度）
LS1308	 旅遊業常用英語 - 出境入境	25/07/2026 星期六 13:00 - 15:00	介紹旅遊業從業員在機場登機或火車站購票、以及在過海關出入境時常用的英語，透過會話、練習及角色扮演，讓參加者掌握旅遊行業英語的詞彙及用語。（備註：具備小學英語程度）
LS1254	 酒店業常用英語 - 預約房間	01/08/2026 星期六 13:00 - 15:00	介紹酒店業從業員在接到房間預約時常用的英語，透過會話、練習及角色扮演，讓參加者掌握酒店行業英語的詞彙及用語。（備註：具備小學英語程度）
LS1255	 酒店業常用英語 - 酒店設施	08/08/2026 星期六 13:00 - 15:00	介紹酒店業從業員在介紹酒店設施時常用的英語，透過會話、練習及角色扮演，讓參加者掌握酒店行業英語的詞彙及用語。（備註：具備小學英語程度）

電腦應用系列

為使會員能在工餘時間學習電腦相關技能，以提升工作競爭力，中心開辦了多項實用的電腦工作坊，會員可按自己的需要及能力而報讀相關工作坊。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
電腦新手			
CS1076	 電腦新手系列 - 電腦基本概念	10/07/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識基本電腦概念，如標準設備、電腦硬件、常用辦公室軟件及電腦詞彙，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1077	 電腦新手系列 - 鍵盤及滑鼠操作	17/07/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識鍵盤及滑鼠的基本操作，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1078	 電腦新手系列 - 視窗系統操作	24/07/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識視窗系統的介面及基本操作，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1094	 電腦新手系列 - 視窗系統個人化設定	31/07/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授視窗系統內各項個人化的調校工具（如桌面配置、人工介面設定、及佈景主題等），有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1079	 電腦新手系列 - 資料夾及檔案管理	07/08/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識資料夾及檔案管理的技巧，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1080	 電腦新手系列 - 壓縮檔案應用	14/08/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識檔案壓縮軟件及使用技巧，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1097	 電腦新手系列 - 自尋格式開啟之門	21/08/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授各種常見的電腦檔案格式，不同格式檔（副檔名）的開啟方式及預設應用程式等設定，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1081	 電腦新手系列 - 認識週邊設備	28/08/2026 星期五 18:30 - 20:30	辦公室常見的電腦週邊設備，如列印機、掃描器、傳真機等的使用方法，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1082	 上網新手系列 - 認識互聯網	04/09/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識互聯網的基本概念及功能，如程式下載、社交網站、網上購物及服務等，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1086	 上網新手系列 - 認識網上資源	11/09/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識網上的免費資源，如討論區、論壇及即時通訊服務，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1084	 上網新手系列 - 認識瀏覽器插件	18/09/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識瀏覽器插件（如 Adobe Reader、Java Software Plugin）的安裝及使用方法，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
CS1083	 上網新手系列 - 瀏覽器及搜尋器應用	25/09/2026 星期五 18:30 - 20:30	專為電腦初學者而設，教授參加者認識瀏覽器及搜尋器的應用技巧，有助提升參加者電腦基本應用的能力。
基本電腦			
CS1050	 淺步雲端簡介	02/07/2026 星期四 18:30 - 20:30	介紹何謂雲端，認識雲端儲存空間應用及其他雲端軟件使用簡介，助參加者掌握如何運用資訊科技來提升公司資源的質素及工作效率。
CS1051	 淺步雲端應用篇	09/07/2026 星期四 18:30 - 20:30	教授如何應用雲端儲存空間，不用再為電郵附件大小限制煩惱，亦毋須擔心 USB 儲存裝置遺失，這可以讓資料分享給其他人存取，讓工作不再受地域所限。
CS9036	 Zoom 視訊會議軟件	16/07/2026 星期四 18:30 - 20:30	Zoom 是一個視訊會議軟體，用戶可透過互聯網進行遠距會議、遠距教學，被廣泛使用於在家工作。工作坊教授參加者 Zoom 的各個功能和使用技巧，幫助參加者應付工作需要。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
CS1098	 VPN 應用	30/07/2026 星期四 18:30 - 20:30	工作坊教授設置 VPN(虛擬私有網絡)的方法及其應用範疇, 增加參加者的網絡管理能力。
CS1012	 Notebook 選購與應用入門	01/08/2026 星期六 10:00 - 12:00	教授如何選擇合適的 Notebook 和其優點、應用場景和功能, 幫助學員應付個人及工作需要。
CS1061	 防毒軟件安裝及設定	01/08/2026 星期六 15:30 - 17:30	工作坊介紹免費防毒軟件的功能、安裝及設定, 避免電腦因使用不當而中毒。
CS1039	 無線網絡全解構	31/08/2026 星期一 13:00 - 15:00	講解無線網絡規劃時所需要的相關知識及設定技巧, 讓參加者在辦公室內以無線網絡來溝通, 更能靈活地工作。
電腦打字			
CS1093	 學好「倉頡」冇難度(零)	03/07/2026 星期五 13:00 - 15:00	主要教授倉頡輸入法之安裝方法, 以及切換輸入法、調整輸入碼字體大小等基本設定, 以應付中文文書工作的需要。
CS1028	 學好「倉頡」冇難度(一)	03/07/2026 星期五 15:00 - 17:00	主要教授倉頡輸入法之正確使用技巧, 認識中文字分拆字根先後、取碼原則、倉頡字母定義及分類, 以應付中文文書工作的需要。
CS1029	 學好「倉頡」冇難度(二)	10/07/2026 星期五 13:00 - 15:00	主要教授倉頡輸入法的連體字及分離字之取碼、特徵及省略碼等原則, 以應付中文文書工作的需要。(備註: 已報讀學好「倉頡」冇難度(一))
CS1030	 學好「倉頡」冇難度(三)	10/07/2026 星期五 15:00 - 17:00	主要教授倉頡輸入法內複合字、難字應用、各個字型拆碼法則, 有系統地記憶拆碼方法, 以鞏固參加者對倉頡輸入法之認知。(備註: 已報讀學好「倉頡」冇難度(二))
人工智能			
CS7066	 AI 繪圖入門	11/07/2026 星期六 13:00 - 15:00	AI 畫圖軟體的技術越來越成熟, 只要輸入提示詞(Prompts), AI 就會生成圖片。工作坊介紹使用 AI 繪圖程式的基本入門技巧。
CS1119	 AI 提示詞設計入門(一)	03/08/2026 星期一 13:00 - 15:00	掌握有關提示詞(Prompt)的五步驟框架, 即 Task(任務)、Context(背景)、References(參考資料)、Evaluate(評估)、Iterate(迭代), 建立與 AI 的正確溝通方式與角色設定技巧。
CS1120	 AI 提示詞設計入門(二)	10/08/2026 星期一 13:00 - 15:00	學習如何運用提示詞解決瑣碎的文書工作, 例如快速生成高質量文案、郵件、會議總結與格式轉換。
CS1121	 AI 提示詞設計入門(三)	17/08/2026 星期一 13:00 - 15:00	學習運用 AI 進行數據趨勢分析、公式優化, 並加速簡報架構與視覺化圖表的設計。
CS1122	 AI 提示詞設計入門(四)	24/08/2026 星期一 13:00 - 15:00	掌握並運用提示鏈(Prompt Chaining)來完成複雜任務, 並建立個人專屬的高效提示詞庫(Prompt Library)。
CS1123	 Google Gemini 應用全攻略(一): 文字生成與資訊整理	04/09/2026 星期五 15:30 - 17:30	學習透過 Google 擴充功能串聯 Gmail 與雲端硬碟, 並運用「Deep Research」模式將長篇文件自動轉化為結構化的會議摘要與文案草擬。(備註: 對電腦操作有基本認識)
CS1124	 Google Gemini 應用全攻略(二): 數據處理與分析	11/09/2026 星期五 15:30 - 17:30	學習實踐將 Excel 或 CSV 數據上傳至 Gemini 進行邏輯運算, 並利用 AI 自動撰寫複雜公式與生成趨勢分析圖表。(備註: 對電腦操作有基本認識)
CS1125	 Google Gemini 應用全攻略(三): 創意生成與多媒體應用	18/09/2026 星期五 15:30 - 17:30	掌握多模態指令技巧, 同時處理圖片、語音及影片素材, 產出 AI 繪圖、影音分鏡腳本與互動式 3D 原型。(備註: 對電腦操作有基本認識)
CS1126	 Google Gemini 應用全攻略(四): 「Canvas」畫布功能	25/09/2026 星期五 15:30 - 17:30	進階使用「Canvas」獨立編輯空間, 在畫布中直接進行長文修訂、程式碼除錯, 並一鍵將草稿轉化為網頁、簡報或互動測驗。(備註: 對電腦操作有基本認識)
微軟辦公室			
CS1111	 AI 好幫手 - Microsoft Copilot	04/07/2026 星期六 13:00 - 15:00	Microsoft Copilot 是 Windows 11 內建的強大 AI 工具, 工作坊介紹使用 Microsoft Copilot 的基本方法和常用技巧。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
CS1068	 一般 Microsoft Edge 功能應用	23/07/2026 星期四 18:30 - 20:30	介紹 Microsoft Edge 的基本功能、特色及進階設定，提升參加者的上網技巧，以達到職場上基本電腦操作的要求。
CS3060	 一般 Microsoft Excel 2013 - 基本操作應用	07/07/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的操作介面、檔案處理及儲存格輸入、編輯、移動和刪除的技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3063	 一般 Microsoft Excel 2013 - 儲存格基本運算	14/07/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的儲存格基本運算和簡單函數功能，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3064	 一般 Microsoft Excel 2013 - 資料篩選及排序	21/07/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的資料篩選及排序功能的應用技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3065	 一般 Microsoft Excel 2013 - 圖表製作和應用	28/07/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的圖表製作和應用技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3068	 一般 Microsoft Excel 2013 - 常用商業函數	04/08/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的函數與公式的進階運用，如 vlookup、if 等函數的應用技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3080	 一般 Microsoft Excel 2013 - 清單小計	11/08/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的小計功能及 SUBTOTAL 函數，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3081	 一般 Microsoft Excel 2013 - 資料驗證	18/08/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的資料驗證功能及其應用技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3082	 一般 Microsoft Excel 2013 - 樞紐分析表及圖表	25/08/2026 星期二 18:30 - 20:30	教授 Microsoft Excel 2013 的樞紐分析表及圖表功能及其應用技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3094	 一般 Excel 巨集錄製 - 基本操作	01/09/2026 星期二 18:30 - 20:30	利用 Excel 巨集可以自動化重複的文件製作工作，節省大量時間。工作坊教授 Excel 巨集的錄製及基本應用方法，加強參加者對 Excel 操作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3095	 一般 Excel 巨集錄製 - 修改巨集	08/09/2026 星期二 18:30 - 20:30	工作坊教授 Excel 巨集程式碼的解讀及修改方法，加強參加者對 Excel 操作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3096	 一般 Excel 巨集錄製 - 錄製技巧	15/09/2026 星期二 18:30 - 20:30	工作坊教授 Excel 錄製 Excel 巨集時的實用技巧，加強參加者對 Excel 操作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3097	 一般 Excel 巨集錄製 - 實戰分享	22/09/2026 星期二 18:30 - 20:30	工作坊以工作實例，帶領參加者一同錄製及撰寫出功能實用的 Excel 巨集，加強參加者對 Excel 操作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3073	 一般 Ms Access 數據庫建立及基本操作	07/08/2026 星期五 15:30 - 17:30	讓參加者掌握 Ms Access 資料庫的建立及基本操作，以便處理日常工作。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3074	 一般 Ms Access 數據編輯與關聯	14/08/2026 星期五 15:30 - 17:30	讓參加者掌握 Ms Access 資料庫的數據編輯與關聯技巧，以便處理日常工作。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3075	 一般 Ms Access 進階搜索及查詢	21/08/2026 星期五 15:30 - 17:30	讓參加者掌握 Ms Access 資料庫的進階搜索及查詢技巧，以便處理日常工作。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3076	 一般 Ms Access 表單及報表的運用	28/08/2026 星期五 15:30 - 17:30	讓參加者掌握 Ms Access 表單及報表的運用，以便處理日常工作。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3055	 一般 Microsoft Word 2013 - 基本操作應用	08/08/2026 星期六 15:30 - 17:30	教授 Microsoft Word 2013 的操作介面、檔案處理及文字編輯的技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3056	 一般 Microsoft Word 2013 - 段落格式及版面設定	15/08/2026 星期六 15:30 - 17:30	教授 Microsoft Word 2013 的段落格式及版面設定的技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3057	 一般 Microsoft Word 2013 - 表格製作及應用	22/08/2026 星期六 15:30 - 17:30	教授 Microsoft Word 2013 的表格製作及應用的技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）

活動名稱	日期 / 時間	內容
CS3058	Microsoft Word 2013 - 插入及編輯物件 29/08/2026 星期六 15:30 - 17:30	教授 Microsoft Word 2013 的插入及編輯物件的技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3059	Microsoft Word 2013 - 目錄索引 05/09/2026 星期六 15:30 - 17:30	教授 Microsoft Word 2013 的插入目錄、引文與書目、標號、圖表目錄、交互參照、項目標記及索引的技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3061	Microsoft Word 2013 - 合併列印 12/09/2026 星期六 15:30 - 17:30	教授 Microsoft Word 2013 的合併列印的應用和技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3062	Microsoft Word 2013 - 追變修訂 19/09/2026 星期六 15:30 - 17:30	教授 Microsoft Word 2013 的追變修訂的應用和技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3070	Microsoft PowerPoint 2013 - 基本操作應用 04/09/2026 星期五 13:00 - 15:00	教授 Microsoft PowerPoint 2013 的操作介面、檔案處理及投影片母片的應用，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3071	Microsoft PowerPoint 2013 - 多媒體應用 11/09/2026 星期五 13:00 - 15:00	教授 Microsoft PowerPoint 2013 的文字效果、圖片效果、聲音、影片及動畫的應用，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3072	Microsoft PowerPoint 2013 - 動畫效果 18/09/2026 星期五 13:00 - 15:00	教授 Microsoft PowerPoint 2013 的自訂動畫及投影片切換等投影片放映的技巧，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS3079	Microsoft PowerPoint 2013 - 互動式簡報 25/09/2026 星期五 13:00 - 15:00	教授 Microsoft PowerPoint 2013 的動作按鈕及觸發程序來製作互動式簡報，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
設計排版		
CS7079	Canva 職場應用特訓班 - 文件 + 簡報 04/07/2026 星期六 15:30 - 17:30	Canva 是一款免費的線上設計工具，工作坊教授參加者利用 Canva 的範本，製作出精美的圖文文件、簡報，提升學員處理文書工作的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS7080	Canva 職場應用特訓班 - 網站製作 11/07/2026 星期六 15:30 - 17:30	Canva 是一款免費的線上設計工具，工作坊教授參加者利用 Canva 的範本，製作出精美的網頁，提升學員處理網頁設計的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS7081	Canva 職場應用特訓班 - 影片編輯 18/07/2026 星期六 15:30 - 17:30	Canva 是一款免費的線上設計工具，工作坊教授參加者利用 Canva 的範本，製作出精美的宣傳影片，提升學員處理影片製作和編輯的能力。（備註：對電腦操作有基本認識）
CS7073	GIMP 第一回 - 基礎入門 07/08/2026 星期五 13:00 - 15:00	GIMP 是免費的修圖軟件，工作坊教授 GIMP 的下載和安裝方法、以基礎範例教授基本調整圖片的技巧，如圖片亮度、圖片去背、圖片加文字等，提升參加者的圖像處理能力。（備註：對電腦操作純熟）
CS7074	GIMP 第二回 - 影片修圖 14/08/2026 星期五 13:00 - 15:00	GIMP 是免費的修圖軟件，工作坊教授 GIMP 的照片修圖技巧，如舊照修復、人像美化、圖片合成、移除照片物件等，提升參加者的圖像處理能力。（備註：對電腦操作純熟）
CS7075	GIMP 第三回 - 圖片效果 21/08/2026 星期五 13:00 - 15:00	GIMP 是免費的修圖軟件，工作坊教授 GIMP 的特色圖片效果，如邊緣暗角、無限循環、文字入臉、放射線背景等，提升參加者的圖像處理能力。（備註：對電腦操作純熟）
CS7076	GIMP 第四回 - 文字效果 28/08/2026 星期五 13:00 - 15:00	GIMP 是免費的修圖軟件，工作坊教授 GIMP 的特色文字效果，如印章文字、光暈文字、火焰文字、霓虹燈文字等，提升參加者的圖像處理能力。（備註：對電腦操作純熟）
3D 繪圖		
CS7069	OpenSCAD 3D 繪圖入門 (1) 08/07/2026 星期三 13:00 - 15:00	OpenSCAD 是一個免費的 3D 繪圖工具，以寫程式的方式建構模型，工作坊教授參加者如何下載及安裝 OpenSCAD，以及基本介面操作和繪畫一些基本圖形、物件移動等基本程式碼。（備註：對電腦操作純熟）
CS7070	OpenSCAD 3D 繪圖入門 (2) 15/07/2026 星期三 13:00 - 15:00	OpenSCAD 是一個免費的 3D 繪圖工具，以寫程式的方式建構模型，工作坊教授參加者如何利用 OpenSCAD 構建及輸出簡單 3D 模組，以及教授著色、相加、相減等基本程式碼。（備註：對電腦操作純熟）

	活動名稱	日期 / 時間	內容
CS7071	 OpenSCAD 3D 繪圖入門 (3)	22/07/2026 星期三 13:00 - 15:00	OpenSCAD 是一個免費的 3D 繪圖工具，以寫程式的方式建構模型。工作坊教授參加者 OpenSCAD 如 Hull、Polygon、Linear Extrusion 以及 Text 等進階程式碼。(備註：對電腦操作純熟)
CS7072	 OpenSCAD 3D 繪圖入門 (4)	29/07/2026 星期三 13:00 - 15:00	OpenSCAD 是一個免費的 3D 繪圖工具，以寫程式的方式建構模型。工作坊以課堂習作形式，讓參加者透過實例重溫前三節的程式碼。(備註：對電腦操作純熟)
CS7077	 Blender 軟件入門工作坊 (1)	20/08/2026 星期四 18:30 - 20:30	Blender 是一款 3D 設計軟件，工作坊會介紹 Blender 的介面和基本工具功能，並教授如何建立基本形狀和物體，以及當中的編輯和變形技巧。(備註：對電腦操作純熟)
CS7078	 Blender 軟件入門工作坊 (2)	27/08/2026 星期四 18:30 - 20:30	Blender 是一款 3D 設計軟件，工作坊介紹 Blender 的建模和渲染技巧，包括紋理和材質應用、燈光設置和渲染，並教授參加者導出作品。(備註：對電腦操作純熟)
影音製作			
CS5022	 短片製作 - 剪接篇 (一)	17/07/2026 星期五 13:00 - 15:00	本工作坊將由導師教導參加者使用影片編輯軟件作後期製作，包括過場效果、剪接等。從而加強參加者使用影片編輯軟件技巧，增強市場競爭力。
CS5023	 短片製作 - 剪接篇 (二)	17/07/2026 星期五 15:00 - 17:00	本工作坊將由導師教導參加者使用影片編輯軟件作後期製作，包括加接片頭、加片尾等。從而加強參加者使用影片編輯軟件技巧，增強市場競爭力。
CS5024	 短片製作 - 輸出篇 (一)	24/07/2026 星期五 13:00 - 15:00	本工作坊將由導師教導參加者使用影片編輯軟件作後期製作，包括配樂、錄製旁白等。從而加強參加者使用影片編輯軟件技巧，增強市場競爭力。
CS5025	 短片製作 - 輸出篇 (二)	24/07/2026 星期五 15:00 - 17:00	本工作坊將由導師教導參加者使用影片編輯軟件作後期製作，包括字幕、輸出影片、燒錄光碟等。從而加強參加者使用影片編輯軟件技巧，增強市場競爭力。
CS5036	 Adobe After Effect - 初階	06/08/2026 星期四 18:30 - 20:30	介紹影片特效編輯軟體 Adobe After Effect 及多媒體影片基本格式等知識，教授參加者認識操作介面，如何設定及匯入/匯出影音檔案，加強參加者視像製作的能力。
CS5037	 Adobe After Effect - 進階	13/08/2026 星期四 18:30 - 20:30	教授參加者如何利用 Adobe After Effect 對多媒體影片檔案加入濾鏡及特效、字幕等，加強參加者視像製作的能力。
CS5056	 OBS - 基本設定及短片錄製	24/09/2026 星期四 13:00 - 15:00	教授使用 OBS(Open Broadcaster Software) 的下載、安裝及設定方法，並示範如何利用軟件來擷取視訊鏡頭及視窗畫面以錄制短片，解決參加者在工作上的需要。
CS5057	 OBS - 串流直播	24/09/2026 星期四 15:00 - 17:00	教授使用 OBS(Open Broadcaster Software) 作串流直播的方法，並示範如何設置轉場特效、內嵌聊天室訊息等功能，解決參加者在工作上的需要。
CS5067	 虛擬主播製作	24/09/2026 星期四 18:30 - 20:30	教授參加者如何利用 VRoid Studio 或 3tene，簡單輕鬆地製作虛擬主播，提升參加者的影片製作能力。
網頁製作			
CS5061	 HTML + CSS 初學班 (1)	02/09/2026 星期三 13:00 - 15:00	工作坊簡介網站的基本框架 HTML 代碼，教授如何安裝和設定代碼編輯器，並講解一些常見文字類 HTML Tag 的用法，應付工作上的需要。(備註：對電腦操作純熟)
CS5062	 HTML + CSS 初學班 (2)	09/09/2026 星期三 13:00 - 15:00	工作坊教授如何透過編寫 HTML 代碼在網站中加入圖片及影片，並講解相關的 alt 屬性，應付工作上的需要。(備註：對電腦操作純熟)
CS5063	 HTML + CSS 初學班 (3)	16/09/2026 星期三 13:00 - 15:00	工作坊教授如何透過編寫 HTML 代碼在網站中加入表格，並講解相關 HTML Tag 的用法，應付工作上的需要。(備註：對電腦操作純熟)
CS5064	 HTML + CSS 初學班 (4)	23/09/2026 星期三 13:00 - 15:00	工作坊簡介 CSS 語言的用途，教授如何把 CSS 的 Style 屬性，並應用到所有同類型的 HTML tag 上，另外亦會講解 CSS ID 和 CSS Class 的分別和用法，應付工作上的需要。(備註：對電腦操作純熟)

	活動名稱	日期 / 時間	內容
CS5065	 青年 HTML + CSS 初學班 (5)	30/09/2026 星期三 13:00 - 15:00	工作坊教授更多基礎的文字類、圖片類、連結類的 CSS 屬性的用法，亦會教授如何集結所有 CSS 成獨立檔案，應付工作上的需要。（備註：對電腦操作純熟）
電腦編程			
CS9051	 青年 電腦編程 Python 入門 (1)	05/08/2026 星期三 13:00 - 15:00	介紹如何安裝及使用 PyCharm 來編寫 Python 程式，講解常用 Data Type 及定義變數的方法，提升參加者的編程能力。（備註：對電腦操作純熟）
CS9052	 青年 電腦編程 Python 入門 (2)	12/08/2026 星期三 13:00 - 15:00	介紹 Python 語言上的執行順序，以及變數之間的基本運算和比較式，提升參加者的編程知識。（備註：對電腦操作純熟）
CS9053	 青年 電腦編程 Python 入門 (3)	19/08/2026 星期三 13:00 - 15:00	介紹 Python 語言上的條件運算式，提升參加者的編程知識。（備註：對電腦操作純熟）
CS9054	 青年 電腦編程 Python 入門 (4)	26/08/2026 星期三 13:00 - 15:00	介紹 Python 語言上的迴圈，提升參加者的編程知識。（備註：對電腦操作純熟）
平板手機			
CS9056	 一般 X 極速入門	03/07/2026 星期五 18:30 - 20:30	講解 X(前稱 :Twitter) 應用，以及利用 X 進行宣傳，協助參加者或有意創業人士應付工作需要。
CS9009	 50+ Android 作業系統基本應用 (一)	16/07/2026 星期四 13:00 - 15:00	工作坊將教授 Android 作業系統的一般功能設定，如認識系統調校工具、尋找文件、搬移檔案、系統附屬應用程式、系統工具等，讓參加者在工作上使用 Android 作業系統時得心應手。
CS9010	 50+ Android 作業系統基本應用 (二)	16/07/2026 星期四 15:00 - 17:00	工作坊承接 Android 作業系統基本應用 (一)，將進一步教授 Android 作業系統的功能設定，如流動裝置和傳統電腦連接、儲存空間管理、備份等，加強參加者在工作上使用 Android 作業系統的技巧。
CS9011	 50+ WhatsApp 商業應用 - 基礎篇	31/07/2026 星期五 13:00 - 15:00	手機通訊軟件 WhatsApp 發展至今，已融入日常工作與客戶通訊的其中一種主要方式。工作坊教授參加者如何在智能手機上安裝及開啟 WhatsApp、編輯個人資料、增加聯絡人、及發送訊息給聯絡人的方法。
CS9012	 50+ WhatsApp 商業應用 - 進階篇	31/07/2026 星期五 15:00 - 17:00	工作坊教授參加者 WhatsApp 的群組及廣播功能，同時亦會引用例子講解使用 WhatsApp 的應有操守及相關的通訊條例，避免使用者誤觸法網。
CS1036	 一般 密碼管理齊齊學	08/08/2026 星期六 10:00 - 12:00	教授有關如何利用手機程式管理個人不同類型密碼之技巧，以保障工作上的重要資料。
CS9034	 一般 手機平板應用系列 - 資料備份	03/09/2026 星期四 18:30 - 20:30	教授如何有效利用傳統電腦或雲端技術，管理平板電腦或智能手機上的資料及程式，以提升參加者在檔案管理的基本能力。
CS9005	 一般 手機平板應用系列 - 圖片處理	10/09/2026 星期四 18:30 - 20:30	教授如何利用平板電腦或智能手機上的程式為圖片作美化加工，以提升參加者在相片編輯的基本能力。
CS9019	 一般 手機平板應用系列 - 影片處理	17/09/2026 星期四 18:30 - 20:30	教授如何利用平板電腦或智能手機上的程式為影片作剪輯及其他後期加工，以提升參加者在影片編輯的基本能力。
CS9048	 50+ iOS 作業系統基本應用 (一)	17/09/2026 星期四 13:00 - 15:00	工作坊將教授 iOS 作業系統 (iPhone) 的一般功能設定，如認識系統調校工具、主畫面、App 資料庫、小工具等，讓參加者在工作上使用 iOS 作業系統時得心應手。
CS9049	 50+ iOS 作業系統基本應用 (二)	17/09/2026 星期四 15:00 - 17:00	工作坊承接 iOS 作業系統基本應用 (一)，將進一步教授 iOS 作業系統的功能設定，如流動裝置和傳統電腦連接、儲存空間管理、備份等，加強參加者在工作上使用 iOS 作業系統的技巧。
CS1005	 50+ Google Apps - Google Map	21/09/2026 星期一 13:00 - 15:00	介紹 Google Map 之基本功能，尋找所在的位置、地圖及利用規劃路線功能自訂工作行程。
CS9017	 50+ Google Apps - Google Translate	28/09/2026 星期一 13:00 - 15:00	介紹 Google Translate Android App 之基本功能，以及在職場上的實用技巧，如 OCR 功能，增強參加者的文書工作效率。
CS1001	 一般 Facebook 極速入門	29/09/2026 星期二 18:30 - 20:30	講解 Facebook 應用，以及利用 Facebook 進行宣傳，協助參加者或有意創業人士應付工作需要。

個人素養系列

「積極的工作態度」、「正面的自我調適」、「理想的人際關係」以及「正能量」是每個在職場上打滾的人不可或缺的重要東西，你又掌握了多少？我們的導師會透過各種不同形式的活動，與你探討和分享當中的每個環節。



	活動名稱	日期 / 時間	內容
思考啟發			
PS0171	一般 解構「習慣」(一)	04/07/2026 星期六 10:00 - 12:00	工作坊讓參加者了解「習慣」的形成和運作，認識比「行為習慣」更重要的「思想習慣」，使參加者能反思並應用在工作上。
PS0172	一般 解構「習慣」(二)	11/07/2026 星期六 10:00 - 12:00	工作坊讓參加者去發現那些被自己忽略的習慣，教授如何打破一些沒有用處的習慣，並建立新的而有好習慣，增強工作效能。
PS0142	一般 5W1H 分析法	03/09/2026 星期四 13:00 - 15:00	5W1H 分析法是一種思考方法，是對選定的項目、工序或操作，都要從原因(Why)、對象(What)、地點(Where)、時間(When)、人員(Who)、方法(How)等六個方面提出問題進行思考。工作坊將以實例輔助，對 5W1H 分析法加以講解，提升參加者的分析能力。
PS0239	一般 工作效率 UP - FAST 快速學習法	10/09/2026 星期四 13:00 - 15:00	FAST 快速學習法是一套能用較短的時間快速學習的方法。工作坊教授參加者如何利用 FAST 快速學習法，提高工作效率。
個人認識			
PS0235	一般 大五性格測試	03/07/2026 星期五 10:00 - 12:00	工作坊介紹大五性格測試的用途，並透過測試分析參加者的強項、弱項和個人發展建議，從而進一步應用在工作之中。
PS0151	一般 天賦潛能的數字(一)	15/08/2026 星期六 13:00 - 15:00	工作坊透過講解數字能量學的理论，讓參加者認識自己的性格特質和獨特天賦，確認自己的才能，有助工作上發揮自己的長處。
PS0152	一般 天賦潛能的數字(二)	22/08/2026 星期六 13:00 - 15:00	工作坊進一步透過講解數字能量學的理论，讓參加者對各種性格人士有更多了解，從而更有效地改善與他人的關係。
溝通技巧			
PS0232	一般 傾聽「弦外之音」的技巧	29/07/2026 星期三 15:30 - 17:30	溝通中非常重要的一環就是如何傾聽，很多人都不會直言表達，而且夾雜情緒。工作坊將教授傾聽的技巧，幫助參加者理解對方的言外之意，從而建立有效的溝通。
PS0137	一般 職場說話術	13/08/2026 星期四 13:00 - 15:00	每天工作總不能避免與同事溝通，有技巧地表達內容相當重要。是次工作坊將表出職場溝通的重要性，以及分享如何加強在職場上的溝通技巧。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
PS0175	 好人緣的誕生 (一)	07/09/2026 星期一 10:00 - 12:00	工作坊以另外角度，帶同參加者運用逆向思考，了解一些阻礙自己發展和溝通關係的各種障礙和地雷，從而最終提升參加的溝通能力。
PS0176	 好人緣的誕生 (二)	14/09/2026 星期一 10:00 - 12:00	工作坊講解個人「親和力」的形成，教授參加者怎樣建立成一個沒有人討厭自己、會包容自己、甚至喜歡自己的關係網，從而最終提升參加的溝通能力。
PS0154	 說不的藝術	21/09/2026 星期一 10:00 - 12:00	不懂得適時拒絕他人的請託，是工作壓力的重大來源之一。為了要取悅別人，我們往往會忽視自己真正的想法，進而導致工作步伐大亂。工作坊教授多說「不」的方法，讓參加者懂得適時拒絕別人的請託，增加工作效率。
壓力應付			
PS0118	 互動解壓攻略	29/08/2026 星期六 13:00 - 15:00	隨著香港急速發展，港人無論工作、家庭生活及學習，均承受較大壓力。工作坊利用各種互動方法，把參加者的內心壓力釋放，使日後在其工作崗位上更有力量面對不同的挑戰。
PS0038	 學做情緒管理人	28/09/2026 星期一 10:00 - 12:00	工作坊讓你了解情緒為何物，讓你成為一位出色的情緒管理人，令你在工作上的人際關係更為完美。
縱橫職場			
PS0203	 縱橫職場四錦囊：自知之明的洞察能力	06/07/2026 星期一 10:00 - 12:00	「職場如戰場」，工作坊以自我洞察能力為主題，教授參加者縱橫職場的要訣，提升參加者的職場軟實力。
PS0204	 縱橫職場四錦囊：左右逢源的社交技巧	13/07/2026 星期一 10:00 - 12:00	「職場如戰場」，工作坊以職場社交技巧為主題，教授參加者縱橫職場的要訣，提升參加者的職場軟實力。
PS0205	 縱橫職場四錦囊：不遲不早的時間管理	20/07/2026 星期一 10:00 - 12:00	「職場如戰場」，工作坊以訂立時間管理為主題，教授參加者縱橫職場的要訣，提升參加者的職場軟實力。
PS0206	 縱橫職場四錦囊：百毒不侵的減壓良方	27/07/2026 星期一 10:00 - 12:00	「職場如戰場」，工作坊以排減職場壓力為主題，教授參加者縱橫職場的要訣，提升參加者的職場軟實力。
PS0242	 職場通用技能 - 情緒管理及團隊精神	03/08/2026 星期一 10:00 - 12:00	工作坊讓參加者認識情緒管理、處理工作壓力及建立團隊精神的方法，提升參加者就業及適應工作的能力。
PS0243	 職場通用技能 - 溝通技巧及顧客服務	10/08/2026 星期一 10:00 - 12:00	工作坊讓參加者認識溝通及建立人際關係、處理衝突及顧客服務的基本技巧，提升參加者就業及適應工作的能力。

求職技巧系列

現今社會及工作環境不停變化，中心提供的工作求職工作坊回應社會上的情況，提供不同類型課題，提升參加者的職場競爭力，一起面對職場上的挑戰。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
求職策略			
JS7018	 一般 求職策略 - 手機 Apps 搵工	24/08/2026 星期一 10:00 - 12:00	智能手機在香港已非常普及，不少更加已經應用在工作層面上。本工作坊教導參加者使用智能手機下載及使用本地求職相關程式，使參加者盡快適應香港文化，方便尋找工作。
JS4015	 一般 求職策略 - 搵工途徑分享	09/09/2026 星期三 15:30 - 17:30	分享不同工類和行業的搵工方法及較為普及的媒介，提升搵工效率
面試貼士			
JS5020	 EM Tips for Interview- Mastering Interview Skills and Mock Interview Practice	25/07/2026 星期六 10:00 - 12:00	This workshop will explore essential interview techniques. Participants will also be introduced to the "Mock Interview System," to practise and enhance their interview skills.
JS5043	 一般 面試貼士 - 炎夏見工衣著	19/08/2026 星期三 15:30 - 17:30	炎炎夏日見工面試，悶熱與汗味容易影響面試表現。工作坊教授參加者如何穿搭衣服才能舒適涼爽又不失禮儀。
JS5052	 一般 面試貼士 - 見工禮儀	26/08/2026 星期三 15:30 - 17:30	為給僱主留下第一個好印象，求職者應多費心思在面試禮儀上。工作坊講解如何在談吐舉止，以至外貌服裝上進行改善，提升參加者的面試技巧。
JS5029	 一般 面試貼士 - 薪酬談判	31/08/2026 星期一 10:00 - 12:00	每次應徵時，僱主都會要求應徵者訂明期望薪酬，但若訂得過高，或會令僱主覺得自己不自量力，白白錯過面試機會；而定得太低，又會錯失合理待遇。工作坊以僱主的角度，與參加者分享如何合理地定出期望薪酬。
履歷撰寫			
JS3048	 一般 履歷撰寫 - 常用英語 (一)	08/07/2026 星期三 15:30 - 17:30	工作坊將與你分享第 1-50 個履歷表常用的單字，並且說明運用，藉以豐富你的語彙，增強溝通效果，以增加被僱主邀請面試及受聘的機會。
JS3049	 一般 履歷撰寫 - 常用英語 (二)	15/07/2026 星期三 15:30 - 17:30	工作坊將與你分享第 51-100 個履歷表常用的單字，並且說明運用，藉以豐富你的語彙，增強溝通效果，以增加被僱主邀請面試及受聘的機會。
JS3050	 一般 履歷撰寫 - 常用英語 (三)	22/07/2026 星期三 15:30 - 17:30	工作坊將與你分享第 101-150 個履歷表常用的單字，並且說明運用，藉以豐富你的語彙，增強溝通效果，以增加被僱主邀請面試及受聘的機會。
JS7027	 EM Resume Enhancement - Professional Resume Photo	30/09/2026 星期三 15:30 - 17:30	Including a professional photo on your resume can help create a positive first impression. This workshop will explain the basic requirements for a resume photo. By the end of the workshop, participants will know how to DIY a clear and professional photo for their job applications.
職涯規劃			
JS8106	 一般 職涯規劃 - 轉行選擇分享	02/09/2026 星期三 15:30 - 17:30	轉行等同由零開始，比轉工需要更大勇氣。工作坊與參加者深入探討如何制定過渡計劃並付諸實行。

專題工作坊

中心會因應時下的職場熱話，舉辦不同專題的工作坊，提升會員的在特定領域的知識及技能。



	活動名稱	日期 / 時間	內容
科技應用			
HS0276	 智能辦公室知多少	06/07/2026 星期一 13:00 - 15:00	以互聯網建立的智能辦公室現時愈來愈流行，工作坊介紹智能辦公室的常見配套設備，以及採用智能辦公室方案可為公司帶來的正面效益，使參加者了解現今科技如何改變未來的職場。
HS0257	 金融科技新時代：虛擬銀行全面睇	06/07/2026 星期一 18:30 - 20:30	金管局已向 8 間虛擬銀行發出銀行牌照，以促進普及金融及推動香港金融科技發展和創新，為市民提供更多銀行服務選擇和新的客戶體驗。工作坊介紹虛擬銀行的特點，及背後運作的原理，增加參加者對金融行業的認知。
HS0297	 深偽技術全解析：技術、應用與防範	13/07/2026 星期一 18:30 - 20:30	工作坊介紹深偽 (Deepfake) 技術及其原理，探討影視娛樂與教育領域的創新應用，同時講解分辨真偽及防範詐騙的技巧。
HS0286	 科技應用 - 認識大數據	03/08/2026 星期一 18:30 - 20:30	香港大數據技術不斷成熟，應用更十分廣泛，涉及不同商業範疇，參加者透過工作坊了解數據儲存體容量、大數據分析的簡單工具等，提升商業及資訊科技的知識。
HS0113	 流動支付系統齊認識	10/08/2026 星期一 18:30 - 20:30	隨着科技發展，流動支付服務在歐美等地已日益普及，而本港銀行界、電訊商、國際電子支付系統等機構，亦已逐步將流動支付服務應用至本港零售業，從而將此普及。到底流動支付服務可帶來什麼商機？對於現有消費模式又有何衝擊？本工作坊將為你逐一剖析。
HS0136	 手機資料竊密危機	15/08/2026 星期六 18:30 - 20:30	商用手機日漸普及，一般常用作為直接與客人溝通的電子工具，而當中儲存了公司客戶的電郵及資料。由於全球不斷爆出手機洩密個案，黑客可以利用軟件或電郵盜取手機內的資料，及散播病毒，工作坊將教授參加者手機保安大法，避免商用手機的公司客戶資料被竊取，提升工作知識及技巧，加強競爭力。
NA5010	 交通路線大搜查	17/08/2026 星期一 10:00 - 12:00	工作坊介紹本港搜尋各類交通工具路線、班次等方法，幫助參加者規劃面試或上班路線。
HS0274	 淺談科技 ABCD (B: 區塊鏈)	07/09/2026 星期一 18:30 - 20:30	工作坊講解什麼是最新科技趨勢的「ABCD」，並主要集中講述「B」(區塊鏈)的概念和現今在職場上的應用，如物流業如何利用區塊鏈技術來作產品追蹤，使參加者能及早了解現今科技如何改變未來的職場。

		活動名稱	日期 / 時間	內容
HS0275		淺談科技 ABCD (C: 雲端運算)	14/09/2026 星期一 18:30 - 20:30	工作坊講解什麼是最新科技趨勢的「ABCD」，並主要集中講述「C」(雲端運算)的概念和現今在職場上的應用，如傳統企業如何透過雲端來推動轉型，實現數位商業以減輕成本，使參加者能及早了解現今科技如何改變未來的職場。
商業應用				
HS0138		商業管理「五常法」	02/07/2026 星期四 13:00 - 15:00	五常法，即「常組織、常整頓、常清潔、常規範、常自律」，最初起源於日本的「5S」，現在已被大大小小的機構廣泛採用。工作坊將向參加者講解五常法的概念，以及在商業機構內實踐和評估的方法，提升職場競爭力。
HS0187		認識六式碼	09/07/2026 星期四 13:00 - 15:00	六式碼是用於流程改善的工具與程序，是商業管理的戰略之一，今天已廣泛應用於很多行業中。工作坊將講解六式碼的概念，以及實踐和評估的方法，提升參加者在管理流程上的知識。
EM5013		Ethnic Minority Self-reliance Series: Use my own hands 少數族裔自強系列：巧手創未來	18/07/2026 星期六 10:00 - 12:00	This workshop will teach the participants the preparation work for starting up a small business with business nature in hand-made ethnic products. 本工作坊教授參加者經營小本具少數族裔特色的手品生意的預備工作。
HS0196		PDCA 解難技巧	06/08/2026 星期四 13:00 - 15:00	PDCA 是 Plan-Do-Check-Action 的簡稱，這個循環是針對品質工作按規劃、執行、查核與行動來進行活動，以確保可靠度目標之達成。參加者透過工作坊了解如何應用 PDCA 以解決困難，提高日常工作效率。
EM5008		Investing in Catering Industry 煮出第一桶金	22/08/2026 星期六 10:00 - 12:00	This workshop will introduce various types of Ethnic Minorities' food and will teach the participants how they can make money out of it. 本工作坊除了介紹不同少數族裔的食品外，亦會分享如何在飲食行業創出一番事業。
EM5011		Small business start-up: opportunities and channels 小本創業：商機及渠道	19/09/2026 星期六 10:00 - 12:00	This workshop will introduce different business opportunities and various channels to Ethnic Minorities, encouraging participants to start small business in Hong Kong. 工作坊向少數族裔介紹不同的生意商機以及商業渠道，並鼓勵他們在香港以小本創業。
HS0253		銀髮市場崛起：產品服務新需求	30/09/2026 星期三 10:00 - 12:00	人口老化已是無可逆轉的世界大趨勢，銀髮族逐漸已成為成長中的消費市場，甚至超越青少年消費市場。工作坊探討在這個趨勢下所產生出的產品和服務需求，加深參加者對未來消費市場發展的認知。
職業健康				
HS0269		職業健康 - 工作與腸胃病	04/07/2026 星期六 18:30 - 20:30	工作坊講解日常工作如何影響腸胃的正常功能，增加患上腸胃病的風險，並教授參加者如何預防腸胃病及腸胃病患者應注意的事項。

	活動名稱	日期 / 時間	內容
HS0270	婦女 職業健康 - 工作與高血壓	01/08/2026 星期六 18:30 - 20:30	工作上某些情況或需要，可能會影響血壓的穩定性，工作坊講解高血壓如何影響日常工作，以及高血壓患者在工作時要特別注意的事項。
HS0211	婦女 營養與精神健康：從飲食開始	08/08/2026 星期六 18:30 - 20:30	營養均衡的飲食不僅能維持身體健康，更能幫助調節情緒與減輕壓力。本工作坊將從營養學角度出發，介紹多種有助於提升精神健康的食物，並解釋其科學原理。參加者除了能掌握基礎營養知識，還能學會如何透過飲食改善情緒，保持最佳狀態投入工作，提升專注力與效率。
HS0271	婦女 職業健康 - 工作與糖尿病	05/09/2026 星期六 18:30 - 20:30	工作上某些情況或需要，可能會影響血糖水平的穩定性，工作坊講解糖尿病如何影響日常工作，以及糖尿病患者在工作時要特別注意的事項。
其他專題			
HS0296	一般 能源審計初探	13/07/2026 星期一 13:00 - 15:00	能源審計 (Energy Audit) 是對建築物或設施的能源使用進行系統性檢查、分析與評估，找出能源浪費的原因並提出改善建議。工作坊講解能源審計的目標和流程，並透過案例分享，掌握如何在實際環境中提升能源效益、降低成本及減少碳排放。
HS0256	一般 彈性僱工新選擇：外賣速遞員行業解碼	25/07/2026 星期六 15:30 - 17:30	近年有一種新興的美食外送服務誕生，因為工作具彈性，入職要求低，而且薪酬合理，吸引大量年輕人入職。工作坊探討美食外送平台的運作以及外賣速遞員工作條件及工作日常，增加參加者對這一新興行業的認知。
HS0298	一般 酒店業 ESG 實例分享	15/08/2026 星期六 10:00 - 12:00	工作坊將從大型酒店企業的「企業責任及可持續發展報告」中，探索如何將永續概念融入酒店的日常營運，在提升品牌形象的同時，創造最佳的投資回報。
HS0299	一般 飲食業必學新興技能：科技化與自動化	05/09/2026 星期六 10:00 - 12:00	工作坊介紹飲食業面對勞動力短缺與成本攀升，如何透過自動化烹飪設備、智慧庫存管理系統及數碼點餐最新技術等節省成本，提升營運效益。
HS0300	一般 飲食業必學新興技能：體驗式用膳	12/09/2026 星期六 10:00 - 12:00	工作坊探索如何結合空間美學、故事營銷與創新互動科技，營造獨特的用餐氛圍，把餐飲與情感連結，設計出足以引爆社交媒體討論度的五感體驗。
HS0254	一般 樂齡科技知多點	19/09/2026 星期六 13:00 - 15:00	樂齡科技發展日新月異，結合安老服務和創新科技。工作坊講解長者的需要，激發參加者研發創新樂齡產品或服務的思維，擴闊安老服務行業視野。
HS0291	一般 打工須知 - 取消強積金對沖	24/09/2026 星期四 10:00 - 12:00	香港已於 2025 年實施取消強積金「對沖」遣散費及長期服務金的安排，工作坊向參加者講解有關最新安排，以及遣散費及長期服務金的計算方法。

互助及研習小組

中心按會員不同背景及就業培訓需要，舉辦互助及研習小組。小組以就業支援為主題，透過組員的互動，培養正面及積極的工作態度，組員除學習小組主題知識外，亦可建立互助支持網絡。



活動名稱	名額	內容
 新來港人士互助研習小組 新來港會員優先	20-25	以互動的手法協助組員認識社區資源及本土文化，提升組員適應在港工作的能力及信心。
「後 50」研習小組 50 歲或以上會員優先	20-25	為有意重新投入人力市場的 50 歲或以上人士提供最新人力市場動向及工作技能資訊。
少數族裔互助研習小組 Ethnic Minorities Member 少數族裔會員優先	10-15	為本區少數族裔人士提供有關輔助就業及提升工作技能的活動，令組員更能輕鬆及自信地融入本港工作。
青年小組 青年會員優先	20-25	為區內的青年提供有關輔助就業及提升工作技能的活動，令組員更容易適應由在學到在職的轉變。
工作技能研習小組 中心會員	20-25	小組內容包括對職業語文、資訊科技應用、個人素養的研習，以及對不同行業的技能進行分享，使會員掌握跨行業通用技能。

活動日期及時間請留意中心通告或致電 3919 6100 向接待處查詢。



《參加中心小組活動 / 工作坊須知》

1. 活動名額

會員於同一年度內（即每年 4 月 1 日至翌年 3 月 31 日）不可重複報讀相同活動

2. 報名手續

會員須持有有效會員證親臨中心報名，並以先到先得方式錄取，恕未能接受電話或電郵留位及報名

3. 終止參與活動

會員在報名及出席中心的活動時，必須遵守中心守則，並尊重講者及其他會員。如會員在活動進行期間對導師或其他會員及活動整體構成滋擾，中心有權即時終止會員參加該活動的資格

4. 活動取消

- 4.1 如因特別事故取消或更改活動安排，中心將致電通知會員
- 4.2 會員請留意已報名活動的出席時間，並準時出席



《工作坊報名日期》

每月的第三個星期一定為「工作坊報名日」，會員可於當月的報名日起，親臨中心報讀下一個月的工作坊。

2026 年 7 - 9 月工作坊報名日日期如下：

2026 年 7 - 9 月工作坊報名日日期	
7 月份工作坊	6 月 15 日
8 月份工作坊	7 月 20 日
9 月份工作坊	8 月 17 日

上午九時正開始派籌

上午九時二十分開始接受報名

* 日期與時間以中心最後公佈為準



《惡劣天氣下中心開放時間及活動安排》

雷暴警告 / 「極端情況」 / 熱帶氣旋警告訊號	中心 開放時間	活動安排	
		室內活動	室外活動
1 號或 3 號颱風訊號 / 或 暴雨警告訊號生效期間	照常開放	如期舉行	按活動場地的實際情況及環境安全等考慮是否照常舉行。請留意中心網頁通告或致電 39196100 查詢
8 號或以上颱風訊號 / 「極端情況」生效期間	停止開放	取消	取消
暴雨警告訊號生效期間	若中心已開放，開放時間維持不變；若黑色暴雨警告在中心開放前已生效，中心將不會開放	正在舉行的活動會繼續舉行；未舉行的活動將全部取消	正在舉行的活動，中心會按場地的實際情況及環境安全等考慮是否繼續舉行；未舉行的活動將全部取消
8 號或以上颱風訊號 / 暴雨警告訊號 / 「極端情況」於上午 7 時至下午 5 時內除下	於訊號除下後 3 小時恢復開放	訊號於活動前 3 小時前除下，將照常舉行	按活動場地的實際情況及環境安全等考慮是否照常舉行。請留意中心網頁通告或致電 39196100 查詢
8 號颱風訊號 / 暴雨警告訊號 / 「極端情況」於下午 5 時後除下	停止開放	取消	取消



中心設有免費 WiFi

中心設施

《課程資訊區》

中心提供全面的 ERB 課程資訊及區內培訓機構的課程資料，為市民提供一站式 ERB 課程查詢及報讀服務，是區內培訓機構發放 ERB 課程最新資訊的平台。

課程資訊區內設有電腦及「培訓通」課程搜索終端機，供公眾人士即場上網搜尋 ERB 的課程及服務資訊。



即時網上查詢 ERB 課程



區內最新
ERB 課程資訊



透過「培訓通」搜尋及
查閱 ERB 課程



ERB 課程查詢

《培訓顧問服務》

為進一步按使用者的需要提供個人化的支援及就報讀合適的 ERB 課程提供意見，所有有意報讀 ERB 課程人士均可使用「培訓顧問服務」。培訓顧問會透過面談及評估，因應使用者的培訓需要及就業意願，提供合適的 ERB 課程建議，協助報讀 ERB 課程。

《資源閣》



為會員提供一個理想的閱讀環境，閣內藏書逾 2500 本，數量亦會陸續增加，當中包括電腦、語言、工作及求職相關、人際關係及心理學等系列，可供會員外借或於中心內閱覽。

《多媒體自學室》



多媒體電腦室電腦供會員借用作自學用途，每一節借用時段為 1 小時 30 分。

多媒體自學室的電腦已安裝了不同類型的實用軟件，方便會員自學或工作坊後進行練習，包括常用文書軟件（如 MS Office、OpenOffice）、圖像設計及處理軟件（如 Photoshop、Illustrator）、3D 繪圖軟件（如 SketchUp、OpenSCAD）、影片製作及剪輯軟件（如 OBS、Adobe Premiere、會聲會影）及程式編寫軟件（如 Visual Studio Code）等等。

另外，會員更可以向職員借用各種電腦周邊設備，包括耳筒、打印機、手寫板、繪圖板、網絡攝影機及底片掃描器。

多媒體室借用時間

	上午	下午		晚上
星期一至 星期六	09:00-10:30	12:00-13:30	15:00-16:30	18:00-19:30
	10:30-12:00	13:30-15:00	16:30-18:00	19:30-21:00

借用時段會因應中心行政、活動或維修需要而暫停開放，敬請留意中心通告或向接待處查詢。

《求職資訊區》



電腦及傳真打印服務



職位空缺資訊



求職雜誌及報紙借閱

區內提供一條龍式自助搵工服務，除定期刊登各行業職位空缺，更設有勞工處的「搵工易」系統，以供求職人士搜尋市場職位空缺、了解最新就業消息。

會員可利用區內的電話、電腦、掃描器、打印機、傳真機設施，作求職及聯絡僱主之用。

《自助求職一站通》

求職資訊區內的電腦已裝設「自助求職一站通」，透過「自助求職一站通」，會員可快速連結多個熱門求職網站、下載求職信及履歷表範本，以及瀏覽區內設施的使用方法，如有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡。

熱門求職網站連結

只須滑鼠一點，即可進入多個香港熱門求職網站連結，助您馬上上線找尋合適工作。



求職相關文件範例

「自助求職一站通」提供多款中英文求職信及履歷表範本，下載後稍作修改即可透過電郵或傳真發送給僱主。

中心設施使用指引

「自助求職一站通」區內提供掃描器、印表機、傳真機的使用教學供會員認識設施正確的借用及使用方法。



「自助求職一站通」乃本中心內聯網站，只能於自助求職區電腦內瀏覽。如需協助歡迎向本中心職員查詢。

《培訓及職志測試》

「培訓及職志測試」的目的是讓使用者初步了解自己的職業志向，協助他們選擇合適的培訓課程。

測試以自助網上問卷形式進行，共 60 條選擇題，參加者只需根據個人想法，如實作答所有題目，在一般情況下可於 20 分鐘內完成整個測試。

測試是參考 John Holland 的評估工具 SDS (Self-Directed Search) 設計，其理論假設人與工作環境可歸納為六個基本類型。SDS 的特點是簡單、實用，適合不同年齡的人士。

回答所有問題後，系統會評估參加者較突出的其中兩個性格類別，從而指出適合參加者從事的職業，以及協助選擇合適的培訓課程。



《模擬面試設施》

使用者可透過自助及互動的模擬面試設施自行練習面試技巧，以提升面試信心。

系統會根據不同行業設定模擬問題，共 21 個主要職位，使用者根據個人志向選擇，進行模擬面試，其錄影功能可供使用者重覆觀看，以便了解其面試的情況及問題。

面試結束後，使用者可選擇以 DVD 光碟模式，或 USB 記憶體模式儲存面試片段，亦可按個人需要而約見就業主任，以協助提升其面試技巧。



ERB 服務中心 2026 年 7 - 9 月招聘活動

中心每月舉行多場招聘活動，並設有僱主即場面試，包括零售、飲食、物業管理及保安、交通及支援服務等多個行業職位空缺，歡迎求職人士於指定日期及時間內親臨參與。



7 - 9 月招聘活動時間表

7 月	3 日	10 日	17 日		
8 月	7 日	14 日	21 日		
9 月	4 日	11 日	18 日		

歡迎瀏覽中心網頁或親臨中心索取有關招聘職位空缺資訊

時間：下午 2 時至 5 時 地點：ERB 服務中心 - 天水圍天晴邨天晴社區綜合服務大樓 3 樓 301 室
網址：www.erbsc.erb.org 電話：3919 6100

- * 求職者請帶備身份證明文件、有關工作及資歷證明，以便即場辦理求職申請。如有任何查詢，請於辦公時間內致電 3919 6100 與職員聯絡。
- * 招聘活動內容如有改動，以中心最後公布為準。

SUN 日	MON 一	TUE 二	WED 三	THU 四	FRI 五	SAT 六
			1 中心暫停開放	2 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (一) p.12 商業管理「五常法」 p.25 漫步雲端簡介篇 p.15	3 大五性格測試 p.21 學好「倉讀」有難度 (零) p.16 學好「倉讀」有難度 (一) p.16 X 極速入門 p.20	4 解構「習慣」 (一) p.21 AI 好幫手 - Microsoft Copilot p.16 Canva 職場應用特訓班 - 文件 + 簡報 p.18 職業健康 - 工作與職業病 p.25
5 中心暫停開放	6 縱橫職場四錦囊：自知之明的洞察能力 p.22 智能辦公室知多少 p.24 輕鬆拓展英語詞彙：前綴 Prefix (一) p.12 金融科技新時代：虛擬銀行全面睇 p.24	7 齊來鍛鍊普通話能力 (一) p.10 飲食行業講座 p.7 飲食業「以禮待客」技巧基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.7 Microsoft Excel 2013 - 基本操作應用 p.17	8 Phonics 從頭學起：音節和韻腳 p.11 OpenSCAD 3D 繪圖入門 (1) p.18 履歷撰寫 - 常用英語 (一) p.23	9 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (二) p.12 認識六式碼 p.25 漫步雲端應用篇 p.15	10 職業英語聽力會話系列 - 介紹和問候 p.13 學好「倉讀」有難度 (二) p.16 學好「倉讀」有難度 (三) p.16 電腦新手系列 - 電腦基本概念 p.15	11 解構「習慣」 (二) p.21 AI 繪圖入門 p.16 Canva 職場應用特訓班 - 網站製作 p.18
12 中心暫停開放	13 縱橫職場四錦囊：左右逢源的社交技巧 p.22 能源審計初探 p.26 輕鬆拓展英語詞彙：前綴 Prefix (二) p.13 深偽技術全解析：技術、應用與防範 p.24	14 齊來鍛鍊普通話能力 (二) p.10 物業維修行業講座 p.7 物業維修基礎證書課程試讀班 p.7 Microsoft Excel 2013 - 儲存格基本運算 p.17	15 Phonics 從頭學起：輔音和短母音 1 p.11 OpenSCAD 3D 繪圖入門 (2) p.18 履歷撰寫 - 常用英語 (二) p.23	16 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (三) p.12 Android 作業系統基本應用 (一) p.20 Android 作業系統基本應用 (二) p.20 Zoom 視訊會議軟件 p.15	17 職業英語聽力會話系列 - 發問用語 p.13 短片製作 - 剪接篇 (一) p.19 短片製作 - 剪接篇 (二) p.19 電腦新手系列 - 鍵盤及滑鼠操作 p.15	18 Ethnic Minority Self-reliance Series: Use my own hands 少數族裔自強系列：巧手創未來 p.25 小型無人機行業講座 p.4 旅遊業常用英語 - 行程規劃 p.14 Canva 職場應用特訓班 - 影片編輯 p.18
19 中心暫停開放	20 報名日 縱橫職場四錦囊：不遲不早的時間管理 p.22 「職場再出發」實戰系列 - 重返職場實用求職指南 p.5 輕鬆拓展英語詞彙：後綴 Suffix (一) p.13	21 齊來鍛鍊普通話能力 (三) p.10 健康護理行業講座 p.8 陪診員基礎證書課程試讀班 p.8 Microsoft Excel 2013 - 資料篩選及排序 p.17	22 Phonics 從頭學起：輔音和短母音 2 p.11 OpenSCAD 3D 繪圖入門 (3) p.19 履歷撰寫 - 常用英語 (三) p.23	23 『聽、說、讀、寫』英語之探索 (四) p.12 Godot 遊戲開發與 AI 輔助創作證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.6 AI 應用遊戲設計與 Godot 互動開發優化證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.6 Microsoft Edge 功能應用 p.17	24 職業英語聽力會話系列 - 工作介紹 p.13 短片製作 - 輸出篇 (一) p.19 短片製作 - 輸出篇 (二) p.19 電腦新手系列 - 視窗系統操作 p.15	25 Tips for Interview-Mastering Interview Skills and Mock Interview Practice p.23 健康護理業可持續發展與「環境、社會、管治」(ESG) 知識證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.4 旅遊業常用英語 - 出境入境 p.14 彈性員工新選擇：外賣速遞員行業解碼 p.26
26 中心暫停開放	27 縱橫職場四錦囊：百帶不侵的減壓良方 p.22 「職場再出發」實戰系列 - 重返職場實用面試指南 p.5 輕鬆拓展英語詞彙：後綴 Suffix (二) p.13	28 齊來鍛鍊普通話能力 (四) p.10 人工智能基礎入門 (一) p.4 中醫保健行業講座 p.5 人工智能基礎入門 (二) p.4 保健按摩基礎證書課程試讀班 p.5 Microsoft Excel 2013 - 圖表製作和應用 p.17	29 Phonics 從頭學起：雙子音 1 p.11 OpenSCAD 3D 繪圖入門 (4) p.19 傾聽「弦外之音」的技巧 p.21	30 成語諺語應用英文篇 p.13 「青年就業實戰系列」- 職志測試體驗及面試技巧 p.6 青年就業實戰：工作體驗 p.6 VPN 應用 p.16	31 職業英語聽力會話系列 - 簡章社交對答 p.13 WhatsApp 商業應用 - 基礎篇 p.20 WhatsApp 商業應用 - 進階篇 p.20 電腦新手系列 - 視窗系統個人化設定 p.15	

* 中心舉辦的工作坊，目的是讓會員初步了解 ERB 課程的訓練內容，以助他們揀選合適的 ERB 課程。

活動一覽



報名日



獨家精選



職業語文



電腦應用



個人素養



求職技巧



專題工作坊

AUG 8月

SUN 日	MON 一	TUE 二	WED 三	THU 四	FRI 五	SAT 六
						1 Notebook 選購與應用入門 p.16 酒店業常用英語 - 預約房間 p.14 防毒軟件安裝及設定 p.16 職業健康 - 工作與高血壓 p.26
2 中心暫停開放	3 職場通用技能 - 情緒管理及團隊精神 p.22 AI 提示詞設計入門 (一) p.16 生活情境英語百科 - 居家篇 p.12 科技應用 - 認識大數據 p.24	4 職場普通話 (一) p.10 調酒行業講座 p.8 調酒員基礎證書課程試讀班 p.8 Microsoft Excel 2013 - 常用商業函數 p.17	5 Phonics 從頭學起: 雙子音 2 p.11 電腦編程 Python 入門 (1) p.20 「新」星級人才實戰系列 - 九大職能模型探索 p.6	6 『職場戰略』英語履歷篇 p.14 面試貼士 - 小組面試 p.4 PDCA 解難技巧 p.25 Adobe After Effect - 初階 p.19	7 職業英語聽力會話系列 - 簡短電話對答 p.13 GIMP 第一回 - 基礎入門 p.18 Ms Access 數據庫建立及基本操作 p.17 電腦新手系列 - 資料夾及檔案管理 p.15	8 密碼管理與安全 p.20 酒店業常用英語 - 酒店設施 p.14 Microsoft Word 2013 - 基本操作應用 p.17 營養與精神健康: 從飲食開始 p.26
9 中心暫停開放	10 職場通用技能 - 溝通技巧及顧客服務 p.22 AI 提示詞設計入門 (二) p.16 生活情境英語百科 - 購物篇 p.12 流動支付系統與認證 p.24	11 職場普通話 (二) p.10 美容行業講座 p.6 化妝助理基礎證書課程試讀班 p.6 Microsoft Excel 2013 - 清單小計 p.17	12 Phonics 從頭學起: 長母音 p.11 電腦編程 Python 入門 (2) p.20 「新」星級人才實戰系列 - 避開面試陷阱 p.6	13 『職場戰略』英語面試篇 p.14 康體行業講座 p.4 職場說話術 p.21 體育活動籌劃基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.4 Adobe After Effect - 進階 p.19	14 職業英語聽力會話系列 - 人物描述 p.13 GIMP 第二回 - 影片修圖 p.18 Ms Access 數據編輯與關聯 p.17 電腦新手系列 - 壓縮檔案應用 p.15	15 酒店業 ESG 實例分享 p.26 天賦潛能的數字 (一) p.21 Microsoft Word 2013 - 段落格式及版面設定 p.17 手機資料竊密危機 p.24
16 中心暫停開放	17 報名日 交通路線大搜查 p.24 AI 提示詞設計入門 (三) p.16 生活情境英語百科 - 旅遊篇 p.12	18 職場普通話 (三) p.11 物業管理及保安行業講座 p.8 標準保安及物業管理基礎證書課程試讀班 p.8 Microsoft Excel 2013 - 資料驗證 p.17	19 Phonics 從頭學起: 不發音字母 p.11 電腦編程 Python 入門 (3) p.20 面試貼士 - 炎夏見工衣著 p.23	20 『職場戰略』英語電話應對篇 p.14 資訊科技行業講座 p.8 虛擬實境應用程式開發助理證書課程試讀班 p.8 Blender 軟件入門工作坊 (1) p.19	21 職業英語聽力會話系列 - 地點描述 p.13 GIMP 第三回 - 圖片效果 p.18 Ms Access 進階搜索及查詢 p.17 電腦新手系列 - 自選格式開啟之門 p.15	22 Investing in Catering Industry 煮出第一桶金 p.25 天賦潛能的數字 (二) p.21 Microsoft Word 2013 - 表格製作及應用 p.17
23 中心暫停開放	24 求職策略 - 手機 Apps 搵工 p.23 AI 提示詞設計入門 (四) p.16 生活情境英語百科 - 休閒活動篇 p.12	25 職場普通話 (四) p.11 職志分析及就業規劃工作坊 p.5 機電行業講座 p.5 Microsoft Excel 2013 - 樞紐分析表及圖表 p.17	26 Phonics 從頭學起: 3 個輔音 p.11 電腦編程 Python 入門 (4) p.20 面試貼士 - 見工禮儀 p.23	27 『職場戰略』英語演說篇 p.14 組裝合成建築法 (MIC) 實務知識基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.5 工作體驗日 p.5 Blender 軟件入門工作坊 (2) p.19	28 職業英語聽力會話系列 - 產品描述 p.13 GIMP 第四回 - 文字效果 p.18 Ms Access 表單及報表的運用 p.17 電腦新手系列 - 認識週邊設備 p.15	29 Taster Course for Ethnic Minorities - Foundation Certificate in Pastry Making (Cake) p.9 面試普通話 p.4 互動解壓攻略 p.22 Microsoft Word 2013 - 插入及編輯物件 p.18
30 中心暫停開放	31 面試貼士 - 薪酬談判 p.23 無線網絡全解構 p.16 生活情境英語百科 - 節慶篇 p.12					

* 中心舉辦的工作坊，目的是讓會員初步了解 ERB 課程的訓練內容，以助他們揀選合適的 ERB 課程。

SUN 日	MON 一	TUE 二	WED 三	THU 四	FRI 五	SAT 六
		1 普通話拼音入門 (一) p.11 旅遊行業講座 p.5 地區深度遊知識及導賞技巧基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.5 Excel 巨集錄製 - 基本操作 p.17	2 Phonics 從頭學起: 複雜母音組合 1 p.11 HTML + CSS 初學班 (1) p.19 職涯規劃 - 轉行選擇分享 p.23	3 常用英語短句 (一) p.12 人工智能圖像及影片設計證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.4 5W1H 分析大法 p.21 手機平板應用系列 - 資料備份 p.20	4 職業英語聽力會話系列 - 查詢資料 p.13 Microsoft PowerPoint 2013 - 基本操作應用 p.18 Google Gemini 應用全攻略 (一): 文字生成與資訊整理 p.16 上網新手系列 - 認識互聯網 p.15	5 飲食業必學新興技能: 科技化與自動化 p.26 從新聞學英語 (一) p.14 Microsoft Word 2013 - 目錄索引 p.18 職業健康 - 工作與糖尿病 p.26
6 中心暫停開放	7 好人緣的誕生 (一) p.22 「職場再出發」實戰系列 - 求職市場探索 p.5 實用英語電郵 - 查詢及回覆 p.14 淺談科技 ABCD (B: 區塊鏈) p.24	8 普通話拼音入門 (二) p.11 從認識自己到團隊合作 p.4 花店及花藝行業講座 p.9 花店實務及花藝設計助理基礎證書課程試讀班 p.9 Excel 巨集錄製 - 修改巨集 p.17	9 Phonics 從頭學起: 複雜母音組合 2 p.11 HTML + CSS 初學班 (2) p.19 求職策略 - 搵工途徑分享 p.23	10 常用英語短句 (二) p.12 人工智能創作營銷社交媒體內容技巧證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.4 工作效率 UP - FAST 快速學習法 p.21 手機平板應用系列 - 圖片處理 p.20	11 職業英語聽力會話系列 - 作出建議 p.13 Microsoft PowerPoint 2013 - 多媒體應用 p.18 Google Gemini 應用全攻略 (二): 數據處理與分析 p.16 上網新手系列 - 認識網上資源 p.15	12 飲食業必學新興技能: 體驗式用餐 p.26 從新聞學英語 (二) p.14 Microsoft Word 2013 - 合併列印 p.18
13 中心暫停開放	14 好人緣的誕生 (二) p.22 「職場再出發」實戰系列 - 拓展職場人脈網絡 p.5 實用英語電郵 - 投訴及回覆 p.14 淺談科技 ABCD (C: 雲端運算) p.25	15 普通話拼音入門 (三) p.11 金融財務行業講座 p.6 金融證券投資證書課程試讀班 p.6 Excel 巨集錄製 - 錄製技巧 p.17	16 Phonics 從頭學起: 發音組合 1 p.12 HTML + CSS 初學班 (3) p.19 「青年就業實戰系列 - 一職生成履歷表 p.6	17 常用英語短句 (三) p.12 iOS 作業系統基本應用 (一) p.20 iOS 作業系統基本應用 (二) p.20 手機平板應用系列 - 影片處理 p.20	18 職業英語聽力會話系列 - 作出請求 p.13 Microsoft PowerPoint 2013 - 動畫效果 p.18 Google Gemini 應用全攻略 (三): 創意生成與多媒體應用 p.16 上網新手系列 - 認識瀏覽器插件 p.15	19 Small business start-up: opportunities and channels 小本創業: 商機及渠道 p.25 樂齡科技知多點 p.26 Microsoft Word 2013 - 追蹤修訂 p.18
20 中心暫停開放	21 報名日 說不的藝術 p.22 Google Apps - Google Map p.20 實用英語電郵 - 邀請及回覆 p.14	22 旅遊業常用普通話 p.11 新媒體實務技能知多少 p.4 包餅製作行業講座 p.9 包餅製作員基礎證書課程試讀班 p.9 Excel 巨集錄製 - 實戰分享 p.17	23 Phonics 從頭學起: 發音組合 2 p.12 HTML + CSS 初學班 (4) p.19 「青年就業實戰系列 - 一職生成求職信 p.6	24 打工須知 - 取消強積金對沖 p.26 OBS - 基本設定及短片錄製 p.19 OBS - 串流直播 p.19 虛擬主播製作 p.19	25 職業英語聽力會話系列 - 投訴和道歉 p.13 Microsoft PowerPoint 2013 - 互動式簡報 p.18 Google Gemini 應用全攻略 (四): 「Canvas」畫布功能 p.16 上網新手系列 - 瀏覽器及搜尋器應用 p.15	26 中心暫停開放
27 中心暫停開放	28 學做情緒管理人 p.22 Google Apps - Google Translate p.20 實用英語電郵 - 祝賀及感謝 p.14	29 酒店業常用普通話 p.11 社會服務行業講座 p.9 有特殊學習需要兒童課餘託管技巧基礎證書 (兼讀制) 課程試讀班 p.9 Facebook 極速入門 p.20	30 銀髮市場崛起: 產品服務新需求 p.25 HTML + CSS 初學班 (5) p.20 Resume Enhancement - Professional Resume Photo p.23			

* 中心舉辦的工作坊, 目的是讓會員初步了解 ERB 課程的訓練內容, 以助他們揀選合適的 ERB 課程。

ERB服務中心 Service Centre



交通路線



地址：新界天水圍天晴邨
天晴社區綜合服務大樓3樓301室

開放時間：星期一至六 上午9時至下午9時*
(星期日及公眾假期休息)

*中心的開放時間或會因應運作需要而作出改動

電話：(852) 3919 6100

傳真：(852) 3549 8030

電郵：tsWSC@ntarc.org.hk

網址：www.erbbsc.erb.org