

## 招募耆力教練

香港大學秀圃老年研究中心得到李國賢基金會撥款，推行一個名為「耆力無窮」項目，旨在建立一套具有理論基礎的運動計劃，幫助體弱或前期體弱長者，鍛鍊身體，減輕體弱的問題。這項目亦會同時制定一套培訓課程，訓練一批年輕長者成為「耆力教練」，以廣泛推廣「老有所為」及「健康老齡化」的概念。此項目為期三年。

現誠招聘年輕長者成為耆力教練，當中包括培訓及就業兩個部分：

**培訓內容** 基本運動心理、急救、長者運動指引、有關運動內容、教授技巧及建立健康生活模式知識。完成有關培訓、實習及考核成功之學員將獲發證書。

**就業安排** 完成培訓、實習及考核成功之學員將獲受聘為耆力教練，並被安排到全港不同長者中心及到戶教授長者運動。

	培訓	就業#
時期	2016年12月8日至2017年1月18日	2017年2月開始
時間	<ul style="list-style-type: none"><li>逢星期二、四（上午9時至下午6時）</li><li>逢星期五（上午9時至下午1時），23/12（星期五）為全天急救課程，學員必須出席；最後一堂為2017年1月18日（星期三），培訓時數合共100小時</li><li>學員需完成至少兩次實習，每次約1小時</li></ul>	另行安排
地點	香港大學	全港長者中心及到戶
津貼 / 薪金	完成整個課程之學員，可領取最高港幣\$1800培訓津貼*	時薪不少於港幣\$60

\* 培訓津貼發放詳情請參閱報名表格

# 就業安排詳情將於培訓中期通知學員

### 申請資格：

1. 香港居民及可在香港合法受僱
2. 年滿18歲，持有中三或以上學歷
3. 懂得讀寫中文，操流利粵語，略懂英語及普通話
4. 身體狀況良好
5. 主動有禮並具備良好溝通及待客技巧

### 申請截止日期：2016年11月19日(星期六)

- 備註
- 合資格之申請者將獲邀於2016年11月24或25日蒞臨香港大學接受面試及簡單體能測試。
  - 培訓時間和地點由本中心安排。
  - 參與培訓課程的學員並非受香港大學聘用。
  - 香港大學保留接納申請及甄選的權利。

有意申請者請填妥報名表格，

- 1) 郵寄：香港 薄扶林 沙宣道 5 號 香港賽馬會跨學科研究大樓 2 樓 香港大學秀圃老年研究中心 收信封面請註明「申請耆力教練 — 培訓」；或
- 2) 電郵：ageing@hku.hk，請於電郵標題「申請耆力教練 — 培訓」。

如有查詢，請致電 2831 5210 與本中心職員聯絡。

### 香港大學秀圃老年研究中心簡介

本中心於1999年4月正式成立，轄下於香港大學社會科學學院。本中心旨在為大中華及亞太地區具領導地位的老年學研究中心，透過研究、教育及知識交流等活動，提高大中華、海外華人社會及亞太地區長者的生活質素。歡迎瀏覽本中心網頁 ageing.hku.hk。



只供中心適用	
茲收表格日期	
參考編號	
申請採納	

## 申請耆力教練 — 培訓 報名表格

姓名 : \_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (先生 / 小姐 / 女士 / 太太)  
(姓氏) (名字) (請刪去不適用者)

\_\_\_\_\_ (英文)  
(Surname) (First Name)

出生日期 : \_\_\_\_\_ 身份證號碼 : \_\_\_\_\_

聯絡地址 : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

電話 : \_\_\_\_\_ 電郵地址 : \_\_\_\_\_

學歷 : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### 聲明 :

本人 (姓名) \_\_\_\_\_ 聲明上述填報之資料屬實無訛，並同意如果申請成功：

- 本人願意接受有關培訓安排；
- 本人願意接受由中心安排培訓時間和地點；及
- 本人明白此為培訓課程，並非受香港大學聘用。

簽名 : \_\_\_\_\_

日期 : \_\_\_\_\_

### 備註：

- 此表格提供的個人資料將會用作行政及招募之用途。根據《個人資料(私隱)條例》，閣下有權查閱及更改有關個人資料。
- 如閣下在遞交申請表格後的兩個星期內仍未收到本中心通知，則表示申請不成功。本中心不會另行通知不成功的申請者。
- 如閣下不希望再收到香港大學秀圃老年研究中心任何資訊，請在空格填上剔號。

### 培訓津貼發放須知：

1. 學員必須達 80% 出席率，方合資格獲發培訓津貼（注：實習期間不提供培訓津貼）。
2. 培訓以 4 小時為 1 節（上午 9 時至下午 1 時；及下午 2 時至 6 時），津貼為每節港幣 \$72。
3. 若學員遲到或早退的時間在每節共多於 15 分鐘而少於 30 分鐘，則每累積 3 次遲到或早退即作 1 節缺課。
4. 若學員遲到或早退的時間在每節達 30 分鐘或以上，則每次遲到或早退即作 1 節缺課。此類遲到或早退不具累積及延續性。
5. 若學員在某 1 節同時遲到及早退，職員會累積計算該學員在該節的總遲到及早退時間。並會按以上第(3)及(4)項計算其出席率。