Hong Kong Institute of
Certified Public Accountants
香港會計師公會

活力系列:

頸椎病頸肩痛中醫防治

(活動編號: OTHR26120101)



保持良好的健康與體魄，是享受充實工作與個人生活的關鍵。透過加深對日常健康規律的認識並建立實用的自我照護習慣，能夠有效提升身體舒適度、活力及整體生活品質。

本次活動將探討中醫預防與防治之道，講者將結合職業健康研究與中醫理論，從**中醫角度解析會計師常見的「頸椎病」與「頸肩痛」成因**；並分享自我觀察、伸展與穴位按壓技巧，以及正確坐姿與日常生活調理，全面預防與舒緩頸肩不適。年長會員更能從中獲得切合自身需要的實用保健知識。

日期及時間
2026 年 12 月 1 日（星期二）
下午1:00 至 2:00

地點
香港會計師公會培訓中心
香港灣仔皇后大道東 213 號胡忠大廈 27 樓

語言
廣東話

形式
實體研討會

講者
陳永光教授



博士、香港立法會議員，香港浸會大學榮譽院士。香港中文大學中醫學院客座教授，廣州中醫藥大學榮譽教授，香港中醫中藥發展委員會委員、中醫業小組委員會主席，香港中醫醫院董事局成員，香港浸會大學諮議會成員，香港浸會大學中醫藥學院諮詢委員會主席，全球傳統醫藥聯盟理事，世界中醫藥學會聯合會監事會副主席，香港註冊中醫學會會長，香港中醫中藥界聯合總會主席。

目標對象
公會會員

費用
全免

報名截止日期
2026 年 11 月 29 日（星期日）

報名注意事項
本活動僅接受網上報名，名額有限，先到先得。成功報名的參加者將收到確認電郵。

優先報名 (60 歲或以上會員)： 即日起至 2026 年 11 月 18 日上午 11:59 止

公開報名 (所有會員)： 2026 年 11 月 18 日中午 12:00 起

備註
現場提供輕食茶點