

# 会员福利——情绪与压力管理养生沙龙

在中医传统中，人体被视为宇宙的微观体现，情感与健康密切相连。中医理论将人的情感波动划分为七种情志，其中怒、喜、思、忧、恐五者，与五脏相应，直接影响着身体的健康。眼下春季之际，则被视为养肝养胃的关键时刻，为让会员更重视和关注个人养生，保持身心健康，广州注册会计师协会举办 1 期养生沙龙活动，特邀岭南知名中医、广东省中医院心理睡眠专科带头人李艳主任分享养生之道，手把手教您如何自我识别亚健康状态，通过有效的预防和管理，以及通过日常饮食进行身体调理，助力专业人士有效纾解压力，提高工作效率和生活质量。具体事项通知如下：

一、时间：5 月 21 日（周二），下午 2:00-5:00（1:30 开始签到）；

二、地点：广州市天河区林和西路 9 号耀中广场 A 座 801 室  
广州注册会计师协会培训中心

三、参加对象：非执业会员、执业会员

四、费用：免费

五、报名截止日期：5 月 20 日（周一）下午 6:00；

六、报名方式：

请参加活动的注册会计师（注册会计师可由事务所统一报名）登录综合服务云（事务所、注师登录 [cloud.gzicpa.org.cn](http://cloud.gzicpa.org.cn)），

非执业会员登录非执业会员信息中心(fzy.gzicpa.org.cn), 通过“填报登记”功能统一报名并按时参加。

名额有限, 先报先得。

## 七、分享嘉宾

李艳, 教授, 医学博士, 博士研究生导师, 主任中医师, 中级心理治疗师, 广东省中医院心理睡眠专科主任。她于 2005 年在全国率先创立了心理睡眠专科, 带领科室团队经过十余年的发展, 让心理睡眠专科成为国家中医药管理局神志病重点专科。她师承中国科学院院士仝小林、国医大师张学文教授、全国名中医黄煌教授和国家级名中医李发枝教授, 临床重视心身共病, 熟练运用“脾胃论”、“伤寒六经辨证”理论治疗精神心理睡眠相关疾病。

联系人: 叶霭雯, 联系电话: 020-38922350 转 372、361。

广州注册会计师协会

2024 年 5 月 10 日