



香港中文大學僱員儲蓄互助社

The Chinese University of Hong Kong Employees' Credit Union

2024-2025 年度

## 書法研習班(貳)

社員作品



中文書法歷史悠久，變化多端，有豐富的造型性。近年，一股書法熱潮令不少人迷上這個活動。書法既有線條美亦有動感，甚至當藝術品欣賞。

中大醫學院一項跨學科研究證實，年長人士增加參與認知活動，對協調大腦神經網絡有正面影響。

研究團隊對百多位長者進行了隨機對照研究，他們長期練習中國書法，被分為兩組，其中一組在研究期間加倍練習書法，為期半年；團隊分別檢測他們大腦預設模式網絡功能性連結變化。結果意味著增加認知活動的參與密度對鞏固長者大腦神經網絡協調有正面的影響。

長久在家練習書法，想找個地方與朋友切磋、一齊研討嗎？儲蓄互助社能提供合適場地，讓您與志同道合的社員互相切磋、交流一番。

日期：2025 年 2 月 8、22 日      5 月 10、24 日  
3 月 8、22 日      6 月 7、21 日  
4 月 5、26 日

時間：A 班 - 下午 1 時至 2 時 30 分  
B 班 - 下午 2 時 30 分至 4 時

地點：沙田 石門 達利廣場 22 樓 11 室

費用：免收費

名額：每班 20 名，**額滿即止**

報名日期：2025 年 1 月 24 日(星期五)截止

查詢：2614 3383 與本社職員聯絡。



2025 年 1 月 2 日

### 「2024-2025 年度 書法研習班 (貳)」報名表格

截止報名：2025 年 1 月 24 日

本人 將參加  **A 班** (下午 1 時至 2 時 30 分) /  **B 班** (下午 2 時 30 分至 4 時)。

中文姓名：\_\_\_\_\_

社員編號：\_\_\_\_\_

手提電話：\_\_\_\_\_

社員簽署：\_\_\_\_\_

(可接收 Whatsapp 短訊)