

活動事由：中醫全國聯合會與玉山金控銀行聯合贊助之免費「公益小華陀一日營」

目的：引導小朋友們認識更開闊的生命的意義，並將其融入生活之中，領略並悠遊神奇的中醫世界。

時間：112年11月12日星期日早上8點至下午6點

地點：TCIEC 台中國際展覽館(台中市烏日區中山路三段一號台中烏日高鐵站旁步行6分鐘)

報名時間：即日起至10月20日(以報名順序為主先報名先錄取，報名後主辦單位將會通知到達時間，再麻煩各領隊注意)

內容說明：精心擘劃一年，全國超過百位專業中醫師親自參與引導解說，台中女中與台中一中加上中國醫藥大學的準醫師姐姐哥哥們協力志工講解，共規劃13站(詳見附件一)，全館室內空調場館，佔地4000坪，並配合全國中醫博覽嘉年華合併舉行，為年度最大的中醫盛事。

並在會後頒贈每位小朋友一張營隊參與證書，以及精美紀念禮品。

參加辦法：由全國各國中、國小自行組隊參加，每隊20人上下，家長可以隨隊參與，領隊由老師或家長擔任，請掃描下方 QR Code，填妥報名表，向主辦單位提出報名申請即可，若報名人數不足一隊者，可由家長陪同自行到現場報名，主辦單位會安排臨時組隊。

- 注意事項：
1. 交通部分由各隊自理。
 2. 可乘坐台中捷運到高鐵站步行約6分鐘。(注意不是烏日站)
 3. 每個營隊進行時間大概在一個半小時到兩個小時左右。
 4. 現場每一站皆備有座椅。
 5. 飲水請自備水杯，大會現場會提供蒸餾水。
 6. 若出現身體不適狀況，現場備有救護站，並有醫師駐診可立即請求幫助。



附件一「公益小華陀一日營」十三站詳細內容

第一站：一「膚」當關

皮膚作為身體第一道防禦的關卡，我們可以透過放大1000倍的皮膚鏡，來觀察並了解小朋友的免疫以及各種狀況，並教小朋友如何保護自己的第一道防線。

第二站：知「治」通鑑

中醫藥的歷史是怎麼開始的？

神農黃帝跟華陀這些神人如何神奇的運用中醫藥。

農業的發展為什麼對人體的生理改變產生重大的影響？

第三站：太極張三豐

太極拳的原理是什麼？

為什麼可以養生？

如何運用到中醫傷科？

現場請到全國大專盃太極拳冠軍的郭醫師為您實地示範講解。

第四站：神農嚐百草

中藥跟草藥有什麼不一樣？

什麼是世界上最長的中藥？

不同的中藥吃進身體以後有什麼不同的感受？

現場準備了多種珍貴的中藥標準藥材，讓大家實地當起神農氏，一起嚐嚐百草吧。

第五站：節節高升

什麼是節什麼是氣？

24 節氣怎麼制定的呢？

節氣會對人體產生怎樣的影響？

「清明時節雨紛紛，路上行人欲斷魂」，我們又要怎麼去應對呢？

現場並重現立體黃道面做精闢的解說。

第六站：一暝大一寸

什麼是兒童以及青少年的成長關鍵？

怎樣的飲食以及生活習慣才是幫助均衡發展的正確方向？

青少年時期什麼才是正確使用幫助成長藥物的正確觀念？

現場打卡景點：成長曲線圖

第七站：食在健康

哪些是不健康的食物？

對我們造成的影響又有哪些？

健康飲食的關鍵是什麼？

中醫如何保護我們的消化系統？

第八站：縱橫天下

為什麼五行是維繫自然界的魔法力量？

什麼是五行制化？

自然界的五行密碼隱藏在哪裡？

什麼是宇宙的基本動能？

第九站：一氣動山河

氣存在的證據是什麼？

真氣是什麼？

如何感受及運作？

為什麼氣不做功？

如何運用在養生健身？

第十站：決戰境外

什麼是隱藏在身體外部的光速捷運網路？

什麼是經？什麼是絡？如何維繫我們的健康？

針灸怎麼治病？

第十一站：表裡如一

如何從外部的結構來判斷內部的生理？

中醫如何診斷？

為什麼要診斷才能用藥？

第十二站：好姊妹與好朋友的煩惱

認識月經週期。

什麼是基礎體溫？

經痛怎麼辦？

第十三站：左鄰右舍

如何利用中醫社區醫療服務？

中醫社區醫療服務的發展現況。