



TAIWAN
KIDNEY
FOUNDATION
腎力學堂

2024

腎力小學堂冬令營 課程表

時間	第一天	第二天	第三天	第四天	第五天
08:45-09:00	報到	報到	報到	報到	報到
09:00-10:00	相見歡	食安小達人	健康密碼(二)	我的餐盤	營養標示大解密
10:10-11:00	肢體開發	肢體開發	體操	體操	體操
11:10-12:00	認識我的腎臟/ 健康密碼(一)	認識體位/ 運動的好處	認識情緒	健康密碼(三)	結業式



財團法人腎臟病防治基金會
Taiwan Kidney Foundation