

2022

03

울산 암생존자통합지지센터

# 온라인 교육프로그램 일정표

\* 프로그램 신청 기간 : 22.02.07(월)~02.18(금)까지 \*



월	화	수	목	금
07 ■ 영양교육(기본) 11:00~12:00	08 ■ 영양코칭(식단짜기) 10:00~11:00 ■ 다니엘운동 11:00~12:00	09 20대 대통령 선거 	10	11
14 ■ 이완요법 10:00~11:00 ■ 영양교육(기본) 11:00~12:00	15	16 (소그룹) ■ 암생존자를 위한 심리지지 1 "변화된 삶에 적응하기" 10:00~11:00 ■ 피로관리교육 11:30~12:30	17 ■ 수면위생교육 10:00~11:00	18
21	22 ■ 영양코칭(식단짜기) 10:00~11:00 ■ 다니엘운동 11:00~12:00	23 (소그룹) ■ 암생존자를 위한 심리지지 2 "내안의 불안다스리기" 10:00~11:00 ■ 바르게 걷기 운동 11:30~12:30	24	25
28	29	30 (소그룹) ■ 암생존자를 위한 심리지지 3 "새로운 여정을 시작하기" 10:00~11:00 ■ 직업복귀교육 15:00~16:00	* 신청방법 : 전화 또는 카카오톡 1:1 채팅 * 사전연락 없이 불참시, 다른 프로그램 참여에 <b>제한이 있습니다.</b>  <b>예약 및 상담전화 : 052-250-8190~1</b>	

\* 본 교육일정은 울산지역암센터 홈페이지(<https://ucc.uuh.ulsan.kr:8443/kr/>) 또는 카카오톡에서 확인할 수 있으며, 참가비 및 재료비는 무료입니다.