



2월 프로그램 일정

월	화	수	목	금
비대면(Zoom)강의 대면 강의 대면 강의 위치	4 상지기능 개선운동 15:00 '복산동행정복지센터'	5 수면위생 및 이완요법 10:00	6	7 림프부종 예방 및 관리 10:00
10	11 하복부기능 개선운동 15:00 '복산동행정복지센터'	12 피로 관리 10:00	13	14 직업복귀 15:00
17	18 바른걸기 10:00 '태화강 국가정원'	19 근력강화 운동 15:00 '복산동행정복지센터'	20	21
24 림프부종 예방 및 관리 10:00 '울산대학교병원'	25	26	27	28

- 프로그램 자세한 사항은 울산암생존자통합지지센터 카카오톡채널에서 확인 할 수 있습니다.
 - 참가비 및 재료는 무료입니다.
 - 신청 방법 : 전화 1577-9740 / 카카오톡채널 1:1 채팅
- 사전 연락없이 불참시 다음 프로그램 참여가 제한될 수 있습니다.