

2021  
12<sup>12</sup>

울산 암생존자통합지지센터  
온라인 교육프로그램 일정표  
신청기간: 11.8(월)~11.19(금)



| 일  | 화   | 수   | 목                               | 금                      |
|----|---|---|---------------------------------|------------------------|
|    |   | 1(소그룹)<br>■암생존자를 위한 심리지지 1<br>"변화된 삶에 적응하기"<br>10:00~11:00<br><br>■다니엘운동<br>15:00~16:00       | 2                               | 3                      |
| 6  | 7<br>■수면위생교육<br>10:00~11:00<br><br>■다니엘운동<br>15:00~16:00  | 8(소그룹)<br>■암생존자를 위한 심리지지 2<br>"내안의 불안다스리기"<br>10:00~11:00<br><br>■암생존자 영양교육<br>15:00~16:00    | 9<br>■바르게 걷기 운동<br>10:00~11:00  | 10                     |
| 13 | 14<br>■수면위생교육<br>10:00~11:00<br><br>■다니엘운동<br>15:00~16:00 | 15(소그룹)<br>■암생존자를 위한 심리지지 3<br>"새로운 여정을 시작하기"<br>10:00~11:00<br><br>■암생존자 영양교육<br>15:00~16:00 | 16<br>■바르게 걷기 운동<br>10:00~11:00 | 17(대면)<br>■직업복귀교육(1:1) |

문의전화

052.250.8190~1

\* 사전연락 없이 불참시, 다른 프로그램 참여에 제한이 있습니다.

\* 본 교육일정은 울산지역암센터 홈페이지와 암생존자통합지지센터 카카오톡채널에서 확인할 수 있습니다.

\* 프로그램 **참가비 및 재료비는 무료입니다.**

