



## 간호사를 위한 비우고 채우는 자기 돌봄

- ◎ 일 자: 2025. 8. 28.(목)  
◎ 교육장소: 경기도간호사회 강당

시 간 (분)		교육 내용	강 사
08:30~09:00	'30	등 록	
09:00~10:40	'100	미술로 알아보는 '나'	김정희 서울아산병원 시뮬레이션센터
10:40~11:00	'20	휴 식	
11:00~11:50	'50	미술을 통한 스트레스 및 대처기전 인식하기	김정희 서울아산병원 시뮬레이션센터
11:50~13:00	'70	중 식	
13:00~14:00	'60	향기를 통한 활력 Up 전략!	길광현 서울아산병원 아카데미운영팀
14:00~14:20	'20	휴 식	
14:20~15:50	'90	감각을 통한 마음 산책! - 음악으로 감정 다스리기 -	길광현 서울아산병원 아카데미운영팀
15:50~16:10	'20	휴 식	
16:10~17:50	'100	행복한 일상 만들기	최미리 서울아산병원 아카데미운영팀
17:50~18:00	'10	출석 확인 및 평가서 제출	