



東區尤德夫人那打素醫院

癌症病人資源中心



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

「失眠，拜拜」小組

日期：2012年11月8日至11月29日
(逢星期四，共4堂)

時間：下午2:30-4:30

地點：東座一樓 癌症病人資源中心

目的：透過運用鬆弛技巧、認知治療及自我催眠方法，改善睡眠質素。

對象：本院癌症病人或康復者

名額：8-12人

報名或查詢：本院東座一樓 癌症病人資源中心

電話：2595 4165

備註：

1. 與中環癌協中心合辦
2. 社工將於活動前個別聯絡參加者安排組前面談

