

# 광주전남암생존자통합지지센터

# 2024년 4월 통합프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
1	2	3	4	5
		피로관리 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM	림프부종 이해 및 예방 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM	직업복귀 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM
8	9	10	11	12
		22대 국회의원 선거	이차암 예방 및 검진 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM	바른걷기 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM
15	16	17	18	19
	심리지지 내 안의 불안 다스리기 [5명] 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM			재발 두려움 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM
22	23	24	25	26
	심리지지 새로운 여정의 시작 [5명] 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM	수면위생/이완훈련 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	다니엘 운동 11:00 ~ 12:00 비대면-ZOOM 대면-KSPO광주체력인증센터	
29	30			
건강한 식생활 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM	심리지지 변화된 삶에 적응하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM			■ 표준화 / ■ 자율

- 프로그램은 **비대면**으로 진행 됩니다.
- 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 **변동** 될 수 있으며 꼭 **사전 예약** 부탁드립니다. (방문/사전)
- 문의사항은 아래 번호로 연락 주세요 \* 프로그램 문의 : 061-379-8117