

2025년 10월 성인 암생존자통합지지 프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
		1	2	3
		상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00		개천절
6	7	8	9	10
추석		대체공휴일	한글날	
13	14	15	16	17
피로관리 15:30~16:20	산림치유⑨ 10:00~13:00	* 소그룹 심리지지① (변화된 삶에 적응하기) 10:00~11:30 * 상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00		근력강화 운동 16:00~17:00
20	21	22	23	24
* 림프부종 관리 11:00~12:00 * 피로관리 15:30~16:20	산림치유⑩ 10:00~13:00	* 소그룹 심리지지② (내 안의 불안 다스리기) 10:00~11:30 * 상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00	남성 암생존자 성건강 건강강좌 10:00~11:00	근력강화 운동 16:00~17:00
27	28	29	30	31
* 원예치료 14:00~15:30 * 피로관리 15:30~16:20	생명지킴이 양성교육 건강강좌 14:00~15:00	* 소그룹 심리지지③ (새로운 여정 시작하기) 10:00~11:30 * 상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00	영양·식생활 15:00~16:00	근력강화 운동 16:00~17:00

○ 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 변경될 수 있으며 사전 예약 및 문의 후 방문 부탁드립니다. * 문의 연락처: 043) 269-7691