



2025년 8월 프로그램 운영 일정표 제주암생존자통합지지센터

교육 문의 및 신청 064-717-2332, 2353

월		화		수		목		금	
								1	
								1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)	
4		5		6		7		8	
1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)		11:00	건강관리	14:30	근력운동	13:30	나를 위한 치유 요가		
						14:30			
		장 소	1층 교육실	장 소	1층 교육실	장 소	1층 교육실		
11		12		13		14		15 광복절	
14:30	수면위생	10:00	림프부종 이해와 예방	10:30	상지기능개선운동	13:30	나를 위한 치유 요가		
15:30	이완훈련					14:30			
장 소	1층 교육실	장 소	1층 교육실	장 소	1층 교육실	장 소	1층 교육실		
18		19		20		21		22	
14:30	하복부 기능개선운동	13:30	심리지지 모듈Ⅲ	10:30	바른걷기			1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)	
장 소	1층 교육실	장 소	1층 교육실	장 소	2층 대강당				
25		26		27		28		29	
1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)						14:00	재발 두려움에 대처하기		
						장 소	1층 교육실		

* 참여자 제한이 있는 프로그램이 있으므로 꼭 사전에 신청 부탁드립니다.

*** 교육 일정은 사정에 의해 변경, 취소 될 수 있습니다.

***** 불참시 꼭 취소 연락 바랍니다. 연락없이 미참석 시 다음 교육 참여시 제한이 있을 수 있습니다.

※ <유방암생존자를 위한 상지림프부종 자가관리>
및 <상지림프부종의 이해와 예방> 프로그램은 1:1
개별 상시운영 됩니다. 프로그램을 원하시는 분은
사전 신청 바랍니다. ^^