



2023

대구경북권역암생존자통합지지센터

7월 프로그램 일정

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
3 10:00 소도구근력 운동 (A반 / 대면) 	4 10:00 다니엘 운동 (B반 / 비대면) 	5 10:00 다니엘 운동 (A반 / 비대면) 15:00 심리지지(모듈1)	6 10:00 하복부기능개선 운동 (B반 / 대면) 14:00 영양식생활	7 13:30 소도구근력 운동
10 10:00 상지기능개선 운동 (A반 / 비대면) 	11 10:00 소도구 운동 (B반 / 비대면) 	12 10:00 하복부기능개선 운동 (A반 / 비대면) 15:00 심리지지(모듈2) 15:50 재발두려움	13 10:00 다니엘 운동 (B반 / 비대면) 	14 15:00 심층상담(간호사)
17 10:00 소도구근력 운동 (A반 / 대면) 11:30 상지기능개선 운동 (여성전용)	18 10:00 하복부기능개선 운동 (B반 / 비대면) 	19 10:00 소도구근력 운동 (A반 / 비대면) 15:00 심리지지(모듈3)	20 10:00 상지기능개선 운동 (B반 / 대면) 11:20 하복부기능개선 운동 (남성전용)	21 13:30 바른건기 14:20 수면위생 및 이완
24 10:00 다니엘 운동 (A반 / 비대면) 	25 10:00 다니엘 운동 (B반 / 비대면) 	26 10:00 상지기능개선 운동 (A반 / 비대면) 15:00 심층상담 (임상심리사)	27 10:00 하복부기능개선 운동 (B반 / 비대면) 	28 15:00 심층상담 (사회복지사)
31 10:00 하복부기능개선 운동 (A반 / 비대면) 			온라인교육) '나만의 모스아트 만들기' 사전 예약 후, 직접 방문하여 준비물(★ 무료)을 받아 가정에서 유튜브영상을 보고 따라하는 프로그램입니다.	

공
지
사
항

- ♡교육대상 : 권역센터에 등록된 암생존자 및 가족(신규 등록 가능)
- ♡교육장소 : 칠곡경북대학교병원 1동 2층 암생존자통합지지센터
- ♡참가비 및 재료비 : 전액무료

- 사전예약제
- 참여인원 : 8인 이내(최대 10명)
- 대면교육은 사전신청자에 한해 비대면(ZOOM) 참여 가능
- 노란색으로 표시된 프로그램만 신청가능
(노란색 이외의 프로그램은 사전 신청 완료되어 4~9월 진행 중인 장기프로그램임)

★교육 당일 '연락 없이' 불참하는 경우, 다음 프로그램 신청이 제한됩니다.

사전예약 및 문의
☎ 053)200-3561



▲ 카카오톡 채널 '1:1채팅'으로 더 쉽고 간편하게 문의하세요!

