

3월

암생존자 통합지지 프로그램 안내

문의 032-460-8487 | 카카오톡 친구 검색창에 '인천 암생존자통합지지센터'를 검색하고 1:1 채팅을 보내주세요!

- 모든 프로그램은 개인위생 및 방역 수칙을 준수하여 1:1 대면 또는 온라인으로 진행합니다.
- 프로그램 참여 신청 방법 | 전화 또는 카카오톡으로 교육 신청

오프라인(현장) 교육

집에서든 쉽게 따라하자! 운동 프로그램

장소·일시 센터 / 상시(예약 후 센터 방문) 프로그램 내용 교육자료 수령 후 집에서 유튜브 시청

할 수 있다! 직업 복귀 교육 프로그램

장소·일시 센터 / 상시(예약 후 센터 방문) 프로그램 내용 직업 복귀를 위한 준비 과정 학습

영양 만점! 영양 교육

장소·일시 센터 / 상시(예약 후 센터 방문) 프로그램 내용 식생활 점검 및 건강한 식습관 확립

온라인 교육

참여 인원에 따라 오프라인 1:1 교육으로 전환될 수 있습니다.

수면의 질을 높이다! 수면위생교육

장소·일시 온라인 / 3월 17일(수) 오후 3시 프로그램 내용 올바른 수면위생 수칙 학습

함께 해요! 집단 심리 지지 프로그램

장소·일시 온라인 / 3월 24일(수) 오후 3시 인원 선착순 4명 프로그램 내용 '변화된 삶에 적응하기'

/ 프로그램별 자세한 설명은 인천 암생존자통합지지센터 카카오톡 채널을 확인해주세요! /