



1월 비건거점 워크

		월	화	수	목	금
 상시 운영 운동/영양/직업복귀				온라인 집단심리지지1 (15:00~16:00)	오프라인 감정일기 쓰기 (상시 예약 가능)	
		3	4	5	6	7
 상시 운영 운동/영양/직업복귀		온라인 이완훈련 (15:00~16:00)	오프라인 운동(심화) (11:00~12:00)	온라인 집단심리지지2 (15:00~16:00)	오프라인 감정일기 쓰기 (상시 예약 가능)	
		10	11	12	13	14
 상시 운영 운동/영양/직업복귀		온라인 이완훈련 (15:00~16:00)	온라인 림프부종예방교육 (11:00~12:00)	온라인 집단심리지지3 (15:00~16:00)	오프라인 감정일기 쓰기 (상시 예약 가능)	
		17	18	19	20	21
 상시 운영 운동/영양/직업복귀			오프라인 운동(심화) (11:00~12:00)	온라인 수면위생교육 (15:00~16:00)	오프라인 감정일기 쓰기 (상시 예약 가능)	
		24	25	26	27	28
 상시 운영 운동/영양/직업복귀						
		31	1	2	3	4

- 모든 프로그램은 인천 암생존자통합지지센터에 등록된 분만 참여하실 수 있습니다.
- 프로그램 참여는 전액 무료이며 사전 예약자만 참여하실 수 있습니다.
- 온라인 프로그램은 줌(ZOOM)을 통해서, 오프라인 프로그램은 센터 상담실과 교육실에서 진행합니다.
(진행 방식은 변경될 수 있습니다.)
- 오프라인 프로그램은 코로나-19 예방을 위하여 5인 이내 또는 1:1로 진행됩니다.

• 사전예약 및 문의

 **1577-9740**

 인천광역시 남동구 남동대로 783
가천대 길병원 암센터 2층 암생존자통합지지센터

