

2021년 10월 비대면 프로그램 일정표

일요일	화요일	수요일	목요일	금요일
4	5	6	7	8
대체휴무	10:00 영양 식생활 프로그램	10:00 심리지지 프로그램	10:00 수면위생 프로그램	
11	12	13	14	15
대체휴무	10:00 다니엘근력 운동교실	10:00 심리지지 프로그램	10:00 이완요법	
18	19	20	21	22
			10:00 직업복귀 프로그램	10:00 심리지지 프로그램
25	26	27	28	29
	15:00 유산소 운동교실 (심화프로그램)	10:00 영양 상담 (심화프로그램)	15:00 원예교실 (심화프로그램)	

- 화상(ZOOM) 집단모임으로 진행
- 프로그램 사전 예약 필수
- 심화프로그램의 경우 프로그램 기참여자만 신청 가능 함.
- 일정 외 프로그램(1:1대면) 신청 가능
- 예약 및 문의 ☎280-7420