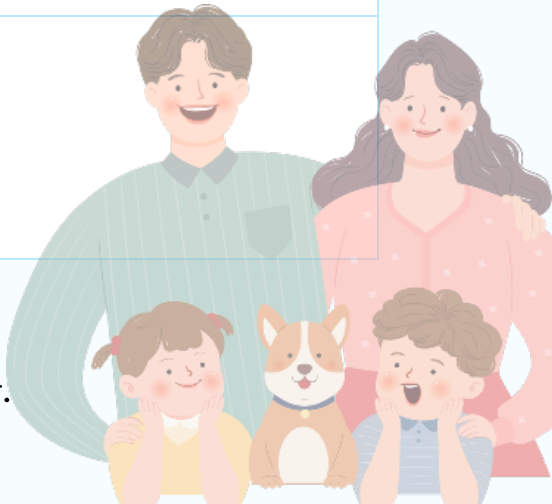
2023년 5월 프로그램 일정표

국립암센터 암생존자통합지지실

월(月)	화(火)	수(水)	목(木)	금(金)
1 근로자의 날	2 심리지지① 변화된삶에적응하기 (10:00-11:30)	3 심리지지② 내안의불안다스리기 (14:00-15:30)	4 심리지지③ 새로운여정시작하기 (10:00-11:30)	5 어린이날
8 유방암생존자를 위한 재활운동 (15:20-16:20)	9 이완훈련_복식호흡 (14:00-15:00)	10	11 근력강화운동 (10:00-11:00)	12 상지기능개선운동 (10:00-11:00) 암생존자건강관리 (11:00-12:00)
15 수면위생교육 (11:00-12:00) 영양·식생활 (15:00-16:00)	16	17 <온라인교육세미나> 암생존자 예방접종 (12:00-13:00) ★ 카카오톡채널에서신청	18 <암생존자주간기념> 암생존자통합지지실 일일상담소 (09:00-16:00)	19
22 피로관리 (15:00-16:00)	23 이완훈련_점진적근육이완법 (14:00-15:00)	24	25 바른 걷기 (10:00-11:00) 재발 두려움 (11:00-12:00)	26
29 대체 휴무일	30	31		



암생존자통합지지실
카카오톡 채널

※ 프로그램 신청 및 문의 (암생존자통합지지실 ☎031-920-2617)

- 프로그램 일정은 국가암정보센터 홈페이지에서 확인 가능하며, 원내 상황에 따라 변경될 수 있습니다.
- 프로그램의 참여인원의 제한이 있으므로 사전예약이 반드시 필요합니다.