

2023년 1월 프로그램 운영 일정표 제주암생존자통합지지센터



월

화

수

목

금

2023년 1월 프로그램은 1:1, 1:2, 1:3 소그룹으로 자율 운영됩니다.

<p>표준화 프로그램</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 수면위생 &amp; 이완훈련 프로그램</li> <li>- 심리지지 프로그램</li> <li>- 재발 두려움 프로그램</li> <li>- 운동/ 바른걸기 운동</li> <li>- 영양과 건강한 식생활</li> <li>- 직업복귀 준비</li> </ul>
<p>자체 프로그램</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 암생존자의 건강관리</li> <li>- 암생존자의 상지림프부종 자가관리</li> </ul>

- 교육 문의 및 신청) 064-717-2332, 2353 제주권역암생존자통합지지센터