

광주전남암생존자통합지지센터

2023년 8월 통합프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
	1	2	3	4
	피로관리 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	하복부 기능개선운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	직업복귀지원 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	
7	8	9	10	11
	심리지지 새로운 여정 시작하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	이차암 예방 및 검진 10:00~11:00 비대면	건강한 식생활 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	다니엘 운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM
14	15	16	17	18
	광복절	이완훈련 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	심리지지 내 안의 불안 다스리기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	상복부 기능개선운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM
21	22	23	24	25
	수면위생교육 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	무등산 국립공원과 함께하는 「숲길따라 마음치유」 10:00 ~ 12:00 대면	재발두려움 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	바른걷기운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM
28	29	30	31	
	심리지지 변화된 삶 적응하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	사회복지서비스 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	복식호흡 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	■ 표준화 ■ 자율

- 코로나19 확산으로 인해 프로그램은 비대면으로 진행 됩니다.
- 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 변동 될 수 있으며 꼭 사전 예약 부탁드립니다. (방문/사전)
- 문의사항은 아래 번호로 연락 주세요. * 프로그램 문의 : 061-379-8117