



4

2023

대구경북권역 암생존자통합지지센터

프로그램 일정



월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
3 A반 다니엘운동 (10:00 / 대면) 	4 B반 다니엘운동 (10:00 / 비대면)	5 A반 다니엘운동 (10:00 / 비대면) (15:00) 심리지지(모듈1)	6 B반 소도구근력운동 (10:00 / 대면) 1:1심층상담(간호)	7 (13:30) 소도구근력운동
10 A반 다니엘운동 (10:00 / 비대면) 1:1심층상담(간호)	11 B반(10:00 / 비대면) 상지기능개선운동	12 A반(10:00 / 비대면) 상지기능개선운동 (15:00) 심리지지(모듈2) (15:50) 재발두려움	13 B반 (10:00 / 비대면) 하복부기능개선 운동 1:1심층상담(간호)	14 1:1심층상담(간호)
17 A반(10:00 / 대면) 하복부기능개선운동 하복부기능개선 운동 (11:30/여성전용)	18 B반(10:00 / 비대면) 소도구 근력운동	19 A반(10:00 / 비대면) 소도구 근력운동 (15:00) 심리지지(모듈3)	20 B반 다니엘운동 (10:00 / 대면) 하복부기능개선 운동 (11:30/남성전용)	21 (13:30) 바른걷기운동 (14:20) 수면위생 및 이완
24 A반 다니엘운동 (10:00 / 비대면) 1:1심층상담(간호)	25 B반(10:00 / 비대면) 상지기능개선운동	26 A반(10:00 / 비대면) 상지기능개선운동 (15:00) 개별심층상담	27 B반(10:00 / 비대면) 하복부기능개선운동	28 <small>암 예방을 위하여 하루 한두 잔의 소량 음주도 피하기</small>

공지사항

- 교육대상 : 암생존자 (단, 센터등록자에 한함)
- 교육장소 : 프로그램 1, 2실 (칠곡경북대학교병원 1동 2층 소재)
- 참가비 및 재료비 : 전액 무료 *사전에예약제

*대면+비대면 혼합형교육 : 참여인원 8인 이내(최대10명)

대면교육 운영 / 단, 사전신청자에 한해 비대면(ZOOM활용) 참여 가능

*지정대상자 교육 : 사전 신청 완료된 대상자로만 운영되는 교육임.



온라인교육) 집에서 만나는 미술치료 "팝업 그림일기" 사전예약 후, 직접 방문하여 준비물(무료)을 받아, 가정에서 유튜브 영상을 보고 따라하는 프로그램입니다.

*교육당일 연락없이 불참하는 경우, 다음 프로그램 신청이 제한됩니다.

사전예약 및 문의



053)200-3561

상담을 원하시는 분은 센터로 문의주시기 바랍니다.



카카오톡 채널 1:1채팅으로 더 쉽고 간편하게 문의하세요!

Ch 대구경북암생존자통합지지센터



대구경북권역 암생존자통합지지센터