

2025년 8월 경기권역암생존자통합지지센터 프로그램 일정표



일	화	수	목	금
				1
				자녀양육 고민상담소 조선미교수 10:00~11:00/ 온라인
4	5	6	7	8
심리지지 「변화된 삶에 적응하기」 한희정간호사 14:00~15:00/ 온라인	암 치료 후 건강한 식생활 한희정간호사 14:00~15:00/ 온라인 (3주과정) 직장인 건강관리 꿀팁.zip 「암 치료 후 건강한 라이프 스타일」 전미선교수 19:00~20:00/ 온라인	(8주과정) 이완명상훈련교실 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인 다니엘 근력강화운동 문경주물리치료사 10:00~11:00/ 온라인	(3주과정) 바른걷기교실 「바른걷기 포인트 이론과 보행평가」 최영진 물리치료사 10:00~11:00/ 웰빙센터 6층	
11	12	13	14	15
심리지지 「내 안의 불안 다스리기」 박진주사회복지사 14:00~15:00/ 온라인	회복관리를 위한 원예치료 「나를 위한 균형_자연물 모빌」 장수경원예치료사 14:00~15:30/ 온라인 (3주과정) 직장인 건강관리 꿀팁.zip 「간편하게 건강식 챙기기 및 식생활 Q&A」 안정 숙영양사 19:00~20:00/ 온라인	(8주과정) 이완명상훈련교실 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인 상지 기능개선운동 문경주물리치료사 10:00~11:00/ 온라인	(3주과정) 바른걷기교실 「걷기 전후 스트레칭과 기본 근력운동」 최영진 물리치료사 10:00~11:30/ 웰빙센터 6층	광복절
18	19	20	21	22
림프부종의 이해와 예방 전은애간호사 10:00~11:00/ 온라인 심리지지 「새로운 여정을 시작하기」 박진주사회복지사 14:00~15:00/ 온라인	수면위생교육과 피로관리 전은애간호사 14:00~15:00/ 온라인 (3주과정) 직장인 건강관리 꿀팁.zip 「숙면을 위한 아로마테라피」 김수현 아로마테라피스트 19:00~20:00/ 온라인	하복부 기능개선운동 문경주물리치료사 10:00~11:00/ 온라인	(3주과정) 바른걷기교실 「잘못된 걸음걸이 개선운동」 최영진 물리치료사 10:00~11:30/ 웰빙센터 6층	암생존자 스트레칭교실 임재준물리치료사 10:00~11:00/ 온라인