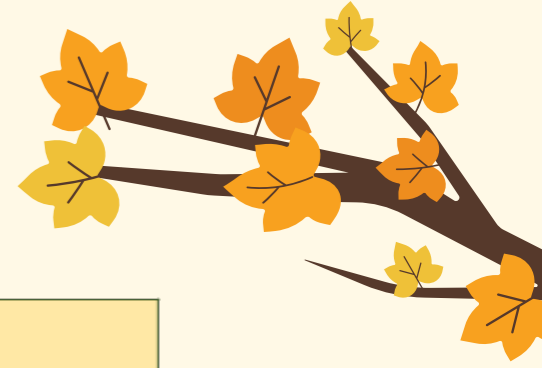


대전권역 암생존자통합지지센터

11월 프로그램 일정표



월	화	수	목	금
				1
				재발두려움 14시
4	5	6	7	8
이완훈련 14시	상지기능개선 운동 14시	음악과 함께하는 근력운동 14시	직업복귀 14시	이완훈련 14시
11	12	13	14	15
심리지지 I -변화된 삶에 적응하기 14시	★	수면위생 14시	피로관리 14시	★
18	19	20	21	22
피로관리 14시	하복부기능개선 운동 14시	직업복귀 14시	재발두려움 14시	바른걷기 14시
25	26	27	28	29
심리지지 II -내 안의 불안 다스리기 14시	근력운동 14시	수면위생 14시	부종관리 14시	영양식생활 14시

프로그램은 등록 및 예약을 통해 운영되고 있습니다
 프로그램 신청 및 문의 : 대전권역 암생존자통합지지센터
 042)280-7419