



2023년 11월 프로그램 운영 일정표 제주암생존자통합지지센터

교육 문의 및 신청 064-717-2332, 2353

월		화		수		목		금	
				1(개원기념일)		2		3	
						14:00	하복부기능 개선운동		
						장 소	2층 대강당		
6		7		8		9		10	
						10:00	상지림프부종 &상지기능개선운동		
						장 소	2층 대강당		
13		14		15		16		17	
		14:30	건강한 식생활			10:30	나를 위한 치유 요가		
		장 소	2층 1세미나실			장 소	2층 대강당		
20		21		22		23		24	
		14:00	심리지지 (스트레스&불안)	14:30	건강관리 및 수면위생&이완훈련				
		장 소	1층 암센터내 교육실	장 소	2층 2세미나실				
27		28		29		30			

* 참여자 제한이 있는 프로그램이 있으므로 꼭 사전에 신청 부탁드립니다.

*** 교육 일정은 사정에 의해 변경, 취소 될 수 있습니다.

***** 불참시 꼭 취소 연락 바랍니다. 연락없이 미참석 시 다음 교육 참여시 제한이 있을 수 있습니다.

※ <유방암생존자를 위한 상지림프부종 자가관리> 프로그램은 1:1 개별 상시운영 됩니다. 프로그램을 원하시는 분은 사전 신청 바랍니다. ^^