

2023년 5월 프로그램 운영 일정표 전북권역암생존자통합지지센터



일	월	화	수	목	금	토
	1	2 영양·식생활 관리(11~12)	3	4 1:1 전문의 건강증진 상담 (10:00~11:40)	5	6
7	8	9 내 안의 불안 다스리기(10~11) 상지 기능개선 운동(11~12)	10	11 운동 교육(10~11)	12 심리상담(10~11:30)	13
14	15	16 수면위생교육·이완훈련(10~11) 바른 걷기(11~12)	17	18 림프부종관리(10~11) 하복부 기능개선 운동(11~12)	19 심리상담(10~11:30)	20
21	22	23 심리지지 프로그램(10~11) : 변화된 삶에 적응하기	24 하지 림프부종 마사지(14~15) 피로관리(15~16)	25 바른 걷기(10~11) 영양·식생활 관리(11~12)	26 직업복귀 지원 교육 (14~15)	27
28	29	30 운동 교육(11~12)	31 상지 림프부종 마사지(14~15) 피로관리(15~16)			

- ◆ 통합지지 프로그램 참여 동의서 작성(센터 등록) 후 교육 참여하실 수 있습니다. 사전 문의 및 예약 후 방문 부탁드립니다.
- ◆ 코로나-19로 인하여 개별 교육을 실시합니다.
- ◆ 프로그램 일정은 사정에 의해 변동될 수 있습니다. 프로그램 문의 ☎ (063) 250-1947, 1948