



# 4월 비대면 건강 캠프

		월	화	수	목	금
	<b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	28	29	30	31	1
	<b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	4	<b>온라인</b> 집단심리지지1 (15:00~16:00)	6	<b>오프라인</b> 감정일기 쓰기 (상시 예약 가능)	8
	<b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	<b>온라인</b> 이완훈련 (15:00~16:00)	<b>오프라인</b> 림프부종 09:30~10:30 운동(심화) 10:30~11:30	<b>온라인</b> 집단심리지지2 (15:00~16:00)	<b>오프라인</b> 감정일기 쓰기 (상시 예약 가능)	15
	<b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	<b>온라인</b> 이완훈련 (15:00~16:00)	<b>온라인</b> 집단심리지지3 (15:00~16:00)	<b>온라인</b> 수면위생교육 (15:00~16:00)	<b>오프라인</b> 감정일기 쓰기 (상시 예약 가능)	22
	<b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	25	<b>오프라인</b> 운동(심화) (10:30~11:30)	27	28	1

- 모든 프로그램은 인천 암생존자통합지원센터에 등록된 분만 참여하실 수 있습니다.
- 프로그램 참여는 전액 무료이며 사전 예약자만 참여하실 수 있습니다.
- 온라인 프로그램은 줌(ZOOM)을 통해서, 오프라인 프로그램은 센터 상담실과 교육실에서 진행합니다.  
(관객 방식과 날짜는 센터 사정 및 모임 인원에 따라 변경될 수 있습니다.)
- 오프라인 프로그램은 코로나-19 예방을 위하여 5인 이내 또는 1:1로 진행됩니다.

## • 사전예약 및 문의

 **1577-9740**

 인천광역시 남동구 남동대로 783  
가천대 길병원 암센터 2층 암생존자통합지원센터

