

2025년 7월 성인 암생존자통합지지 프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
1	2	3	4	5
		상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00		* 소그룹 심리지지① (변화된 삶에 적응하기) 10:00~11:00 * 근력강화 운동 16:00~17:00
7	8	9	10	11
		상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00		* 소그룹 심리지지② (내 안의 불안 다스리기) 10:00~11:00 * 근력강화 운동 16:00~17:00
14	15	16	17	18
수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00		상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00		* 소그룹 심리지지③ (새로운 여정 시작하기) 10:00~11:00 * 근력강화 운동 16:00~17:00
21	22	23	24	25
		상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00	원예치료 14:00~15:30	* 1:1 심리지지 (재발 두려움) 10:00~11:00 * 근력강화 운동 16:00~17:00 * 바른걷기 18:00~19:00
28	29	30	31	
	직업복귀 준비 I,II 14:00~16:00	상지, 하복부 기능 개선 운동 16:00~17:00	영양, 식생활 15:00~16:00	

○ 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 변경될 수 있으며 사전 예약 및 문의 후 방문 부탁드립니다. * 문의 연락처: 043) 269-7691