



2025년 1월 프로그램 운영 일정표 제주암생존자통합지지센터

교육 문의 및 신청 064-717-2332, 2353

월		화		수		목		금	
				1(신정)		2		3	
						10:00	심리지지 I, II (스트레스 및 불안에 대처하기)		1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)
						장 소	1층 교육실		
6		7		8		9		10	
		14:00	건강 관리				1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)	10:00	수면위생
		장 소	1층 교육실					장 소	1층 교육실
13		14		15		16		17	
		10:00	피로관리		1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)	14:00	재발두려움에 대처하기		
		장 소	1층 교육실			장 소	1층 교육실		
20		21		22		23		24	
10:00	림프부종 이해와 예방		1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)			14:00	이완훈련		
장 소	1층 교육실					장 소	1층 교육실		
27		28		29(설날)		30		31	
	1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)								

* 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 림프부종 예방 교육> 프로그램은 1:1 개별 상시운영 됩니다. 프로그램을 원하시는 분은 사전 신청 바랍니다. ^^