



# 경남권역암생존자통합지지센터

## 2022년 8월 프로그램 운영일정표



월	화	수	목	금
1	2	3	4	5
비대면 운동건강교실 9:00 ~ 10:00 비대면(ZOOM) 교육	영양 식이 교육 14:00~15:00 1층 평가실	심리지지 14:00~15:00 1층 평가실	-케겔 교육- 10:00 ~ 11:00 2층평가실	영양 식이 교육 14:00~15:00 1층 평가실
8	9	10	11	12
비대면 운동건강교실 9:00 ~ 10:00 비대면(ZOOM) 교육	영양 식이 교육 14:00~15:00 1층 평가실	심리지지 14:00~15:00 1층 평가실	-케겔 교육- 10:00 ~ 11:00 2층평가실	영양 식이 교육 14:00~15:00 1층 평가실
15	16	17	18	19
광복절	영양 식이 교육 14:00~15:00 1층 평가실	심리지지 14:00~15:00 1층 평가실	-케겔 교육- 10:00 ~ 11:00 2층평가실	영양 식이 교육 14:00~15:00 1층 평가실
22	23	24	25	26
비대면 운동건강교실 9:00 ~ 10:00 비대면(ZOOM) 교육	통영시 보건소 운동교실 10:00~12:00	심리지지 14:00~15:00 1층 평가실	-비대면 운동건강교실- 9:00 ~ 10:00 -케겔 교육- 10:00 ~ 11:00 -통영시 보건소 웃음치료 교실- 10:00~ 12:00	영양 식이 교육 14:00~15:00 1층 평가실
29	30	31	※ 모든 프로그램은 <b>사전 예약 후</b> 참여 가능합니다. ※ 영양 교육, 수면 위생 교육, 심리지지 등의 프로그램은 상시 진행합니다. (사전 예약 후 1:1 진행, 온라인 진행 가능) ※ 프로그램 문의 ☎. 055-750-9036	
비대면 운동건강교실 9:30 ~ 10:30 비대면(ZOOM) 교육	통영시 보건소 영양, 운동교실 10:00~12:00	심리지지 14:00~15:00 1층 평가실		