



# 11월 비버너블 워크

		월	화	수	목	금
 <b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	1	2	온라인 <b>집단심리지지3</b> (15:00~16:00)	오프라인 <b>감정일기 쓰기</b> (상시 예약 가능)	온라인 <b>토크콘서트</b> (14:00~15:20)	
	8	온라인 <b>림프부종예방교육</b> (11:00~12:00)	온라인 <b>집단심리지지1</b> (15:00~16:00)	오프라인 <b>감정일기 쓰기</b> (상시 예약 가능)	12	
 <b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	15	온라인 <b>이완훈련</b> (15:00~16:00)	오프라인 <b>운동(심화)</b> (15:00~16:00)	온라인 <b>수면위생교육</b> (15:00~16:00)	오프라인 <b>감정일기 쓰기</b> (상시 예약 가능)	19
	22	온라인 <b>집단심리지지2</b> (15:00~16:00)	온라인 <b>수면위생교육</b> (15:00~16:00)	오프라인 <b>감정일기 쓰기</b> (상시 예약 가능)	26	
 <b>상시 운영</b> 운동/영양/직업복귀	29	오프라인 <b>운동(심화)</b> (15:00~16:00)	1	2	3	
	30					

- 모든 프로그램은 인천 암생존자통합지지센터에 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.  
(진행 방식은 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 암생존자통합지지센터

