

# 2021 11월

## 강원권역 암생존자통합지지프로그램 안내

비대면 프로그램에 어려움이 있으시다면 1:1프로그램예약 (센터로 방문)가능합니다.

☎ 문의 및 예약  
033)258-9038  
9201, 9273

### 화상강의 참여방법

카카오톡에 '강원암생존자 통합지지센터' 검색 → 카카오톡 채널 친구 추가 → 화상강의 링크 발송 → 프로그램 참여!

월	화	수	목	금
1	2 매주 화요일은 운동하는 날!  운동프로그램 10:00~11:00	3	4 심리지지 1 14:00~15:30	5
8	9 운동프로그램 10:00~11:00	10 수면위생, 복식호흡 14:00~15:00	11 심리지지 2 14:00~15:30	12
15	16 운동프로그램 10:00~11:00	17 직업복귀 14:00~15:00	18 심리지지 3 14:00~15:30	19
22	23 운동프로그램 10:00~11:00	24 영양 및 식생활 14:00~15:00	25	26
29	30 운동프로그램 10:00~11:00	추후안내 프로그램 원예 프로그램 (강원암생존자통합지지센터 카카오톡 채널로 안내드립니다)		