

# 2021 12월

## 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	3
6	7 <b>운동프로그램</b> 10:00~11:00	8	9	10
13	14 수면위생, 복식호흡 14:00~15:00	15 <b>직업복귀</b> 14:00~15:00	16 <b>심리지지 1</b> 14:00~15:30	17
20	21 <b>운동프로그램</b> 10:00~11:00	22 <b>영양 및 식생활</b> 14:00~15:00	23 <b>심리지지 2</b> 14:00~15:30	24
27	28	29 수면위생, 복식호흡 14:00~15:00	30 <b>심리지지 3</b> 14:00~15:30	31

