

# 대전 암생존자통합지지센터 6월 프로그램 일정표

| 월                 | 화           | 수            | 목               | 금                 |
|-------------------|-------------|--------------|-----------------|-------------------|
| 3                 | 4           | 5            | 6               | 7                 |
| 재발두려움<br>14시      | 피로관리<br>14시 | 직업복귀<br>14시  | 현충일             | 근력강화운동<br>14시     |
| 10                | 11          | 12           | 13              | 14                |
| 근력강화 운동<br>14시    | 수면위생<br>14시 | 이완훈련<br>14시  | 심리지지 i<br>14시   | 상지기능개선 운동<br>14시  |
| 17                | 18          | 19           | 20              | 21                |
| 상지기능개선 운동<br>14시  | 부종관리<br>14시 | 영양식생활<br>14시 | 심리지지 ii<br>14시  | 하복부기능개선 운동<br>14시 |
| 24                | 25          | 26           | 27              | 28                |
| 하복부기능개선 운동<br>14시 | 바른건기<br>14시 | 바른건기<br>14시  | 심리지지 iii<br>14시 | 이완훈련<br>14시       |

프로그램은 등록 및 예약을 통해 운영되고 있습니다  
 프로그램 신청 및 문의 : 대전권역암생존자통합지지센터  
 042) 280-7419~21