



# 대구경북권역암생존자통합지지센터 프로그램 일정

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
4 10:00~11:00 다니엘 운동(A반) 11:10~12:10 다니엘 운동(B반)	5 10:00~11:00 다니엘 운동(C반) 10:00~11:00 영양과 식이	6	7 10:00~11:30 심리지지 프로그램	8 10:00~11:00 수면위생 / 이완훈련
11 14:00~15:00 직업복귀 준비 15:00~16:00 다니엘 운동	12 10:00~11:00 독서치료	13	14 10:00~11:00 피로 예방 / 바른 걸기 * 14:00~15:00 위,식도암 영양집중관리	15 10:00~11:30 심리지지 프로그램
18 10:00~11:00 다니엘 운동(A반) 11:10~12:10 다니엘 운동(B반)	9 10:00~11:00 영양과 식이 10:00~11:00 다니엘 운동(C반)	20	21 10:00~11:30 심리지지 프로그램	22 13:30~14:20 바른 걸기 13:40~14:30 수면위생 / 이완훈련 15:00~16:00 소도구 근력운동
25 14:00~15:00 직업복귀 준비 15:00~16:00 다니엘 운동	26 10:00~11:00 영양과 식이	27	2 10:00~11:30 심리지지 프로그램 8	29 10:00~11:00 수면위생 / 이완훈련

<운영방법>  
 대면 교육  
 비대면 교육  
 혼합대면·비대면 교육

