



충북권역암생존자통합지지센터 2023년 6월 프로그램 운영 일정표



월	화	수	목	금
			1	2
			암생존자 주간 행사 (건강강좌 & 특강) 14:00~16:00 / 대면	암생존자 주간 행사 (상당산성 건강 걷기) 10:00~15:00 / 대면
5	6	7	8	9
근력강화운동 1회차 14:00~15:00 / 대면	현충일	산림치유(대조군) 모임 10:00~11:00 / 대면 근력강화운동 2회차 14:00~15:00 / 대면		산림치유 8회차 10:00~12:00 / 대면
12	13	14	15	16
근력강화운동 3회차 14:00~15:00 / 대면	소그룹 심리지지 1회차 (변화된 삶에 적응하기) 14:00~15:00 / 대면	영양·식생활 (이론교육) 14:00~15:00 / 대면 근력강화운동 4회차 14:00~15:00 / 대면		
19	20	21	22	23
근력강화운동 5회차 14:00~15:00 / 대면	소그룹 심리지지 2회차 (내안의 불안 다스리기) 14:00~15:00 / 대면	근력강화운동 6회차 14:00~15:00 / 대면		
26	27	28	29	30
근력강화운동 7회차 14:00~15:00 / 대면	소그룹 심리지지 3회차 (새로운 여정 시작하기) 14:00~15:00 / 대면	근력강화운동 8회차 14:00~15:00 / 대면		

- 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 변동될 수 있으며 사전 예약 및 문의 후 방문 부탁드립니다.
- 프로그램 참여 신청 후, 불참 시, 당일 오전까지 연락 부탁드립니다 * 프로그램 문의 : 043) 269-7691, 7863