

2025년 12월 성인 암생존자통합지지 프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
1	2	3	4	5
피로관리 15:30~16:20		근력강화 운동 16:00~17:00		수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00
8	9	10	11	12
		1:1 심리지지 (재발 두려움 관리) 11:00~12:00		수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00
15	16	17	18	19
	수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00	근력강화 운동 16:00~17:00		수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00
22	23	24	25	26
	림프부종 관리 11:00~12:00	피로관리 15:30~16:20	성탄절	
29	30	31		
1:1 심리지지 (재발 두려움 관리) 11:00~12:00	영양·식생활 15:00~16:00			

○ 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 변경될 수 있으며 사전 예약 및 문의 후 방문 부탁드립니다. * 문의 연락처: 043) 269-7691