

# 2021년 9월 경기 암생존자통합지지센터 프로그램 일정표



월	화	수	목	금
		1	2	3
		이완명상훈련교실(5) 10:00~11:00/ 온라인 암 치료 후 직장복귀 전은애간호사 14:00~15:00/ 온라인	수면위생과 이완교육 10:00~11:00/ 온라인	회복관리를 위한 원예치료(1) 10:00~11:30/ 온라인
6	7	8	9	10
심리지지 '변화된 삶에 적응하기' 14:00~15:00/ 온라인	암생존자의 건강한 식생활 14:00~15:00/ 온라인	이완명상훈련교실(6) 10:00~11:00/ 온라인	심리지지 '내 안의 불안 다스리기' 14:00~15:00/ 온라인	회복관리를 위한 원예치료(2) 10:00~11:30/ 온라인
13	14	15	16	17
	수면위생과 이완교육 10:00~11:00/ 온라인 심리지지 '새로운 여정을 시작하기' 14:00~15:00/ 온라인		아주근력 운동교실 10:00~11:30/ 온라인	
20	21	22	23	24
27	28	29	30	
	암생존자의 건강한 식생활 10:00~11:00/ 온라인	자녀양육교실 '강사와의 랜선만남' 10:00~11:30/ 온라인		

- 모든 프로그램은 사전 예약 후 참여 가능합니다.
- 프로그램 참여 신청 후 불참 시, 당일 오전까지 연락 부탁드립니다.

\* 프로그램 문의: 031-219-4130