

# 2월 프로그램 일정

일	화	수	목	금
3	4	5	6	7
참여자 모집일	오전 10시 - 11시 특성화 운동1 (상지, 심화반) 오전 11시 - 12시 특성화 운동1 (하지, 심화반)		오전 10시 - 11시 특성화 운동 (상지, 기초반) 오전 11시 - 12시 특성화 운동 (하지, 기초반) 오후 2시 - 3시 바른 걷기	
10	11	12	13	14
참여자 모집일	오전 10시 - 11시 특성화 운동2 (상지, 심화반) 오전 11시 - 12시 특성화 운동2 (하지, 심화반) 오후 2시 - 3시 심리지지1 <변화된 삶에 적응하기>	오후 2시 - 3시 수면위생+이완훈련		
17	18	19	20	21
참여자 모집일	오전 10시 - 11시 특성화 운동3 (상지, 심화반) 오전 11시 - 12시 특성화 운동3 (하지, 심화반) 오후 2시 - 3시 심리지지2 <내안의 불안 다스리기>		오후 2시 - 3시 암생존자 건강관리	오후 2시 - 3시 재발 두려움 관리
24	25	26	27	28
참여자 모집일	오전 10시 - 11시 특성화 운동3 (상지, 심화반) 오전 11시 - 12시 특성화 운동3 (하지, 심화반) 오후 2시 - 3시 심리지지3 <새로운 여정을 시작하기>	오후 2시 - 3시 영양·식생활	오전 10시 - 11시 림프부종 관리 오후 2시 - 3시 피로 관리	

## ♥ 등록 및 참여 대상자

- 암 진단 후 수술, 항암, 방사선 등 **치료를 마친 자**

## ♥ 집단프로그램

- 프로그램 이름 옆의 숫자는 회기성 프로그램입니다.
- 신청 후 확정문자 받은 분만 참여 가능합니다.

\*\* 센터 사정에 따라 프로그램 일정이 변동 될 수 있으며  
최소 예약 인원 미달 시 프로그램이 진행 되지 않을 수 있습니다.

## ♥ 신청방법

- 센터 등록자만 참여 가능
- 매주 월요일 카카오톡 채널을 통해 참여자 모집
- 신청서 작성하기(구글폼 제출하기)

## ♥ 예약 및 기타 문의

1. 전화 : 032) 460 - 8487
2. 카카오톡 1:1 채팅 문의



카카오톡  
채팅 연결