

광주전남암생존자통합지지센터

2023년 10월 통합프로그램 운영 일정표



월	화	수	목	금
2	3	4	5	6
임시공휴일	개천절	심리지지 변화된 삶 적응하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	피로관리 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	수면위생 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM
9	10	11	12	13
한글날	재발두려움 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	복식호흡 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	바른걷기 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	
16	17	18	19	20
	사회복지서비스 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	무등산 국립공원과 함께하는 「숲길따라 마음치유」 10:00 ~ 12:00 대면	심리지지 내안의 불안 다스리기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	
23	24	25	26	27
	다니엘운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	이차암 예방 및 검진 10:00-11:00 온라인 ZOOM	심리지지 새로운 여정 시작하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	
30	31			
직업복귀 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	하복부기능개선운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM			■ 표준화 ■ 자율

- 코로나19 확산으로 인해 프로그램은 비대면으로 진행 됩니다.
- 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 변동 될 수 있으며 꼭 사전 예약 부탁드립니다. (방문/사전)
- 문의사항은 아래 번호로 연락 주세요. * 프로그램 문의 : 061-379-8117