

광주전남암생존자통합지지센터

2022년 9월 통합프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
			1	2
■ 표준화 / ■ 자율			복식호흡/근육이완 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	라인댄스[대면/8명] 14:00 ~ 15:00
5	6	7	8	9
	암생존자 영양교육 건강한 식생활 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	피로관리 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	심리지지 새로운 여정 시작하기 [5명] 14:00 ~ 15:00 온라인 ZOOM	추석
12	13	14	15	16
추석	다니엘 운동 14:00 ~ 15:00 온라인 ZOOM	수면위생교육 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	'아로마 프로그램 - 탈모 방지 샴푸 만들기' [대면/10명] 14:00-15:00	
19	20	21	22	23
	암 치료 후 생활관리 (유방암) 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM		심리지지 내 안의 불안 다스리기 [5명] 14:00 ~ 15:00 온라인 ZOOM	'월예 프로그램 - 식물심기(넉줄고사리,후마타)' [대면10명/비대면30명] 14:00-15:00
26	27	28	29	30
	바른걷기운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM		심리지지 변화된 삶 적응하기 [5명] 14:00 ~ 15:00 온라인 ZOOM	'공예 프로그램 - 한복방향제/열쇠고리 만들기' [대면10명/비대면20명] 14:00-15:00

- 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 : 061-379-7890