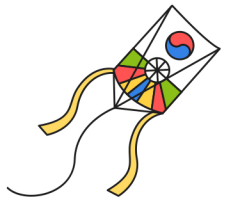




2021년 2월 프로그램 일정표



월(月)	화(火)	수(水)	목(木)	금(金)
1 심리지지 프로그램 ① 변화된 삶에 적응하기 (14:30-16:00) 유방암생존자를 위한 재활운동 (16:00-17:00)	2	3	4	5
8 영양·식생활 관리 프로그램 (13:30-14:30) 심리지지 프로그램 ② 내 안의 불안 다스리기 (14:30-16:00)	9 이완훈련 프로그램 복식호흡 (15:00-16:00)	10	11 설날	12 설날
15 심리지지 프로그램 ③ 새로운 여정 시작하기 (14:30-16:00) 유방암생존자를 위한 재활운동 (16:00-17:00)	16	17	18	19 수면위생 교육 프로그램 (10:00-11:00) 운동 프로그램 (11:00-12:00)
22 영양·식생활 관리 프로그램 (13:30-14:30)	23 이완훈련 프로그램 근육이완법 (15:00-16:00)	24	25	26 수면위생 교육 프로그램 (10:00-11:00) 운동 프로그램 (11:00-12:00)

※ 프로그램 신청 및 문의 (암생존자통합지지실 ☎ 031-920-2617)

- 월요일 프로그램의 경우 대면프로그램으로 코로나19 사회적거리두기 상황에 따라 휴강될 수 있습니다
- 프로그램에 따라 참석인원의 제한이 있을 수 있으므로 사전예약이 꼭 필요합니다.
- 월별 프로그램 일정은 국가암정보센터 홈페이지에서 확인 가능하며, 코로나바이러스-19 사회적거리두기 상황에 따라 변경될 수 있습니다