

2021년 12월 프로그램 운영 일정표 전북권역암생존자통합지지센터



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2 운동 교육 10:00~11:00	3 새로운 여정을 시작하기 10:00~11:00	4
5	6	7 만성질환관리 (비만, 고혈압, 당뇨병, 고지혈증) 14:00~15:00	8	9 변화된 삶에 적응하기 10:00~11:00 이완훈련 11:00~12:00	10 개별심리상담 9:00~12:00	11
12	13	14 운동 교육 10:00~11:00	15	16 운동 교육 10:00~11:00	17 개별심리상담 9:00~12:00 직업복귀 지원 교육 14:00~15:00	18
19	20	21 수면위생교육과 이완훈련 10:00~11:00 걷기 운동 11:00~12:00	22	23 내 안의 불안 다스리기 10:00~11:00 영양·식생활 교육 11:00~12:00	24	25 크리스마스
26	27	28	29	30	31	

- ♣ 통합지지 프로그램 참여 동의서 작성(센터 등록) 후 교육 참여하실 수 있습니다. 사전 문의 및 예약 후 방문 부탁드립니다.
- ♣ 코로나-19로 인하여 비대면 교육으로 교육을 실시합니다. 온라인 교육 참여 방법은 센터 담당자가 안내드립니다.
- ♣ 프로그램 일정은 사정에 의해 변동될 수 있습니다. 프로그램 문의 ☎ (063) 250-1947, 1948