

광주전남권역암생존자통합지지센터

2024년 10월 표준화 프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
	1	2	3	4
	임시공휴일		개천절	
7	8	9	10	11
심리지지 변화된 삶에 적응하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM		한글날		
14	15	16	17	18
심리지지 내 안의 불안 다스리기 [5명] 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM	영양식생활 10:00 ~ 11:00 대면		수면위생/이완훈련 14:00 ~ 15:00 대면	
21	22	23	24	25
심리지지 새로운 여정 시작하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM		다니엘 운동 14:00 ~ 15:00 하이브리드	바른걸기 11:00 ~ 12:00 하이브리드	
28	29	30	31	
	재발 두려움 나아가기 10:00 ~ 11:00 비대면 ZOOM	피로관리 14:00 ~ 15:00 대면		

- 프로그램은 **대면/비대면**으로 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