

2022년 8월 프로그램 운영 일정표 전북권역암생존자통합지지센터



일	월	화	수	목	금	토
	1	2 불면증관리 · 이완요법(10~11) 영양식생활교육(11~12)	3	4 만성질환관리(10~11) 운동교육(11~12)	5 개별심리상담(10:30~12)	6
7	8	9 변화된 삶에 적응·새로운 여정 시작하기(10~11) 피로관리(11~12)	10	11 바른 걷기(10~11)	12 직업복귀지원교육(10~11)	13
14	15 광복절	16 내 안의 불안 다스리기(10~11) 운동교육 (11~12)	17	18 피로관리(11~12) 영양식생활교육(11~12)	19 개별심리상담(10:30~12)	20
21	22	23 암재발 두려움 관리 프로그램(10~11) 운동교육(11~12)	24	25 림프부종 마사지(10~11) 림프부종 운동방법(11~12)	26 개별심리상담(10:30~12)	27
28	29	30 운동교육(10~11)	31	•		

- ♣ 통합지지 프로그램 참여 동의서 작성(센터 등록) 후 교육 참여하실 수 있습니다. 사전 문의 및 예약 후 방문 요청드립니다.
- ♣ 코로나-19 감염예방을 위하여 교육장 입실은 마스크를 착용해야 합니다. 교육 참여 방법은 센터 담당자가 안내드립니다.
- ♣ 프로그램 일정은 사정에 의해 변동될 수 있습니다. 프로그램 문의 ☎ (063) 250-1947, 1948