

2025년 11월 프로그램 운영 일정표 전북권역암생존자통합지지센터



일	월	화	수	목	금	토
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 • 영양·식생활 관리(10~11) • 피로관리(11~12)	12	13 • 근력강화 운동(11~12)	14	15
16	17	18 • 심리지지 프로그램 II 「내 안의 불안 다스리기」 (9:30~10:30) • 근력강화 운동(10:30~11:30)	19 • 림프부종 관리(10~11) • 림프부종 마사지(11~12)	20 • 수면위생교육·이완훈련(10~11) • 바른 걷기(11~12)	21	22
23/30	24	25 • 직업복귀 준비 I (14~15)	26	27 • 영양지수 기반의 영양·식생활 관리(10~11) • 피로관리(11~12)	28	

- ♣ 암생존자통합지지사업 참여 동의서 작성(센터 방문 등록) 후 프로그램을 이용할 수 있습니다. 사전 문의 및 예약 후 방문 요청드립니다.
- ♣ 프로그램 일정은 사정에 의해 변동될 수 있습니다. 프로그램 문의 ☎ (063) 250-1947, 1948
- ♣ 호흡기 감염 질환 유행 시 교육 및 상담은 마스크 착용 후 실시합니다.