



2024 인천광역시 암생존자 통합지지센터



5월 프로그램 일정표

월	화	수	목	금
		1	2	3
		근로자의 날		미술치료 5 11:00 - 13:00
6	7	8	9	10
어린이날 대체공휴일	특성화 운동 1(시작) <어서와, 하체운동은 처음이지> 10:00 - 11:00		음악치료(칼림바)1 (시작) 14:00 - 15:00	미술치료 6 11:00 - 13:00
13	14	15	16	17
	특성화 운동 2 10:00 - 11:00	부처님오신날	음악치료(칼림바)2 14:00 - 15:00	미술치료 7 11:00 - 13:00
20	21	22	23	24
	특성화 운동 3 10:00 - 11:00		건강증진운동(밴드) 10:00 - 11:00 음악치료(칼림바) 3 (종료) 14:00 - 15:00	미술치료 8 (종료) 11:00 - 13:00
27	28	29	30	31
	특성화 운동 4(종료) 10:00 - 11:00	건강한 식생활 14:00 - 15:00		

♥ 등록 및 참여 대상자

- 암 진단 후 수술, 항암, 방사선 등 **치료를 마친 자**

♥ 신청방법

- 센터 등록자만 참여 가능
- 매주 월요일 카카오톡 채널을 통해 참여자 모집
- 신청서 작성하기(구글폼 제출하기)

♥ 예약 및 기타 문의

1. 전화 : 032) 460 - 8487
2. 카카오톡 1:1 채팅 문의



♥ 집단프로그램

- 프로그램 이름 옆의 숫자는 회기성 프로그램입니다.
- 신청 후 확정문자 받은 분만 참여 가능합니다.

** 센터 사정에 따라 프로그램 일정이 변동 될 수 있으며
최소 예약 인원 미달 시 프로그램이 진행 되지 않을 수 있습니다.

♥ 상시 프로그램 안내 (필요시 개별 신청 가능)

- 바른 걷기
- 림프부종의 이해 및 예방
- 재발두려움
- 수면위생·이완훈련
- 피로관리
- 직업복귀 모듈1, 모듈2
- 심리지지 1, 2, 3