



대구경북권역암생존자통합지지센터 프로그램 일정

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
5 10:00~11:00 다니엘 운동(A반) 11:10~12:10 다니엘 운동(B반)	6 10:00~11:00 다니엘 운동(C반) 10:00~10:50 그림책 독서치료 11:00~12:00 피로예방/바른걷기	7 활아가는 암생존자통합지지센터 경북 경주시 편 14:00~15:30 심리지지	8 14:00~15:00 비노기암영양집중관리	9 추석
12 <대체공휴일> 보름달을 따라 낙각화 한가위 보내세요	13 10:00~11:00 영양과 식생활	14	15 활아가는 암생존자통합지지센터 경북 청송군 편	16 13:30~14:20 바른 걷기 13:40~14:30 수면위생/이완훈련 14:40~15:40 소도구 근력운동
19 10:00~11:00 다니엘 운동(A반) 11:10~12:10 다니엘 운동(B반) 14:00~15:00 직업복귀 준비	20 10:00~11:00 영양과 식생활 10:00~11:00 다니엘 운동(C반)	21 14:00~15:30 심리지지/재발불안	22 14:00~16:00 남성 집단프로그램	23 10:00~11:00 수면위생/이완훈련 여성암 건강관리 프로그램 C반 힐링프로그램
26 10:00~11:00 다니엘 운동(A반) 11:10~12:10 다니엘 운동(B반) 14:00~15:00 직업복귀 준비 15:00~16:00 다니엘운동	27 10:00~11:00 영양과 식생활	28 14:00~15:30 심리지지	29 10:00~11:00 다니엘 운동(C반) 14:00~16:00 남성 집단프로그램	30 10:00~11:00 수면위생/이완훈련 여성암 건강관리 프로그램 A,B반 힐링프로그램

