

광주전남암생존자통합지지센터 2023년 12월 통합프로그램 운영 일정표



월	화	수	목	금
				1
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> ■ 표준화 ■ 자율 </div>				
4	5	6	7	8
	피로관리 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	복식호흡 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM		바른걷기 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM
11	12	13	14	15
	이차암 예방 및 검진 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	재발두려움 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	건강한 식생활 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	
18	19	20	21	22
	상지기능개선운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	이완훈련 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	심리지지 변화된 삶 적응하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	
25	26	27	28	29
성탄절	수면위생 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	다니엘운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	심리지지 새로운 여정 시작하기 [5명] 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	

- 코로나19 확산으로 인해 프로그램은 비대면으로 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