

2021년 8월 경기 암생존자통합지지센터 프로그램 일정표



월	화	수	목	금
2	3	4	5	6
		이완명상훈련교실(1) 10:00~11:00/ 온라인 암 치료 후 직장복귀 14:00~15:00/ 온라인		회복관리를 위한 원예치료(1) 10:00~11:30/ 온라인
9	10	11	12	13
심리지지 '변화된 삶에 적응하기' 14:00~15:00/ 온라인	암생존자의 건강한 식생활 14:00~15:00/ 온라인	이완명상훈련교실(2) 10:00~11:00/ 온라인 영양사와 함께 하는 Q&A교실 15:00~16:00/ 온라인	심리지지 '내 안의 불안 다스리기' 14:00~15:00/ 온라인	회복관리를 위한 원예치료(2) 10:00~11:30/ 온라인
16	17	18	19	20
	수면위생과 이완교육 10:00~11:00/ 온라인 심리지지 '새로운 여정을 시작하기' 14:00~15:00/ 온라인	이완명상훈련교실(3) 10:00~11:00/ 온라인		암생존자의 건강한 식생활 10:00~11:00/ 온라인
23	24	25	26	27
이차암검진과 건강관리 14:00~15:00/ 온라인		이완명상훈련교실(4) 10:00~11:00/ 온라인		
30	31			
수면위생과 이완교육 14:00~15:00/ 온라인				

- 모든 프로그램은 **사전 예약 후** 참여 가능합니다.
- 프로그램 참여 신청 후 **불참 시, 당일 오전까지 연락** 부탁드립니다.

* 프로그램 문의: 031-219-4130