

7월 프로그램 일정표

비대면 프로그램에 어려움이 있으시다면 **1:1 프로그램예약** (센터로 방문) 가능합니다.

☎ 문의 및 예약
033)258-9038
9201, 9273

화상강의 참여방법

카카오톡에 '강원암생존자 통합지지센터' 검색 → 카카오톡 채널 친구 추가 → 화상강의 링크 발송 → 프로그램 참여!

월	화	수	목	금
				1
4	5 운동프로그램 10:00~11:00	6 심리지지 14:00~15:00	7 수면위생, 이완훈련 14:00~15:00	8
11	12 운동프로그램 10:00~11:00	13 심리지지 14:00~15:00	14 직업복귀 14:00~15:30	15
18	19 운동프로그램 10:00~11:00	20 심리지지 14:00~15:00	21 피로관리 프로그램 10:00~11:00	22
25 ★영양 및 식생활 14:00~15:00	26 운동,건기프로그램 10:00~11:00	27	28	29

★ : 사전 신청 후 대면으로 진행되는 프로그램 입니다.