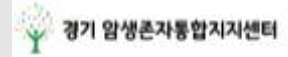


2021년 2월 경기암생존자통합지지센터 프로그램 일정표



| 월 1 | 화 2 | 수 3 | 목 4 | 금 5 |
|---|--|---|---|--|
| 심리지지 1 '변화된 삶에 적응하기' 14:00~15:00/ 온라인 | | 이완명상 훈련교실(3) 10:00~11:00/ 온라인 | 아주근력 운동교실 10:00~12:00 웰빙센터 6층 교육실 | 심리지지 2 '내 안의 불안 다스리기' 10:00~11:00/ 온라인 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | 암생존자의 건강한 식생활 15:00~16:00/ 온라인 | 이완명상 훈련교실(4) 10:00~11:00/ 온라인 영양관리 Q&A교실 15:00~16:00/ 온라인 | 설날연휴 | 설날 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 이차암검진과 건강관리 15:00~16:00/ 온라인 | 수면위생과 이완교육 10:00~11:00/ 온라인 심리지지 3 '새로운 여정을 시작하기' 10:00~11:00/ 온라인 | 이완명상 훈련교실(5) 10:00~11:00/ 온라인 자녀양육교실 10:00~11:30 본관 2층 센터 내 | 아주근력 운동교실 10:00~12:00 웰빙센터 6층 교육실 | 원예치료 1 10:00~11:30/ 온라인 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| | | 이완명상 훈련교실(6) 10:00~11:00/ 온라인 | | 원예치료 2 10:00~11:30/ 온라인 |

○ 모든 프로그램은 사전 예약 후 참여 가능합니다.

○ 프로그램 참여 신청 후 불참 시, 당일 오전까지 연락 부탁드립니다.

* 프로그램 문의: 031-219-4130