

# 광주전남암생존자통합지지센터

# 2022년 8월 통합프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
1	2	3	4	5
■ 표준화 / ■ 자율	암 치료 후 생활관리 (폐암) 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM		복식호흡/근육이완 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	수면위생교육 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM
8	9	10	11	12
'아로마 프로그램 - 수분크림 만들기 [대면/10명] 14:00-15:00		바른걷기운동 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	심리지지 내 안의 불안 다스리기 [5명] 14:00 ~ 15:00 온라인 ZOOM	
15	16	17	18	19
광복절		심리지지 변화된 삶 적응하기 [5명] 14:00 ~ 15:00 온라인 ZOOM	'월에 프로그램 - 식물심기(넉줄고사리,후마타) [대면10명/비대면20명] 14:00-15:00	'공예 프로그램 - 선캐처 만들기' [대면10명/비대면20명] 14:00-15:00
22	23	24	25	26
		피로관리 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM	다니엘 운동 14:00 ~ 15:00 온라인 ZOOM	
29	30	31		
암생존자 영양교육 건강한 식생활 10:00 ~ 11:00 온라인 ZOOM		심리지지 새로운 여정 시작하기 [5명] 14:00 ~ 15:00 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 : 061-379-7890