



2024년 8월 프로그램 운영 일정표 제주암생존자통합지지센터

교육 문의 및 신청 064-717-2332, 2353

월		화		수		목		금	
						1		2	
									1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)
5		6		7		8		9	
10:00	근력운동				1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)	14:30	심리지지 I, II		
장 소	1층 암센터내 교육실					장 소	1층 암센터내 교육실		
12		13		14		15 광복절		16	
		14:30	상지기능개선 운동	14:30	재발 두려움에 대처하기				1:1 심층상담 (간호사/사회복지사)
		장 소	1층 암센터내 교육실	장 소	1층 암센터내 교육실				
19		20		21		22		23	
14:30	하복부기능개선 운동	10:30	림프부종 이해와예방 / 상지림프부종 자가관리			10:30	나를 위한 치유 요가		
장 소	1층 암센터내 교육실	장 소	1층 암센터내 교육실			장 소	대강당		
26		27		28		29		30	
		14:30	수면위생& 이완훈련	14:00	건강한 식생활			14:00	심리지지 III
				14:30	건강관리				
		장 소	1층 암센터내 교육실	장 소	1층 암센터내 교육실			장 소	2층 국제회의실

* 참여자 제한이 있는 프로그램이 있으므로 꼭 사전에 신청 부탁드립니다.

*** 교육 일정은 사정에 의해 변경, 취소 될 수 있습니다.

***** 불참시 꼭 취소 연락 바랍니다. 연락없이 미참석 시 다음 교육 참여시 제한이 있을 수 있습니다.

※ <유방암생존자를 위한 림프부종 예방 교육>
프로그램은 1:1 개별 상시운영 됩니다. 프로그램을
원하시는 분은 사전 신청 바랍니다. ^^