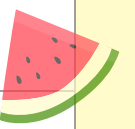
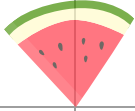




# 2024년 8월 프로그램 일정표



월(月)	화(火)	수(水)	목(木)	금(金)
			1	2
5	6 <b>[비대면]</b> 이완훈련_복식호흡 (14:00-15:00) <b>[비대면]</b> 상지기능개선운동 (15:00-16:00)	7 <b>[비대면]</b> 직업복귀 준비하기 I (10:00-11:00)	8	9 <b>[대면]</b> 수면위생교육 (10:00-11:00) <b>[대면]</b> 림프부종 이해 및 예방 (11:00-12:00)
12 <b>[비대면]</b> 암생존자의 건강관리 (14:30-15:30) <b>[비대면]</b> 영양·식생활 (15:30-16:30)	13	14	15 <b>광복절</b> 	16 <b>[대면]</b> 재발두려움 (10:00-11:00) <b>[대면]</b> 근력강화운동 (11:00-12:00)
19	20 <b>[비대면]</b> 이완훈련_점진적근육이완법 (14:00-15:00) <b>[비대면]</b> 하복부기능개선운동 (15:00-16:00)	21	22 <b>[비대면]</b> 피로관리 (10:00-11:00) <b>[비대면]</b> 바른걸기 (11:00-12:00)	23
26	27	28	29	30



※ 프로그램 신청 및 문의 ( 암생존자통합지지실 ☎031-920-2617)  
 - 프로그램 일정은 카카오톡 채널에서 확인 가능하며, 원내 상황에 따라 변경될 수 있습니다.  
 - 프로그램의 참여인원의 제한이 있으므로 **사전예약이 반드시** 필요합니다.

