



# 9 프로그램 일정

월	화	수	목	금
 <ul style="list-style-type: none"> <li>9월은 대장암의 달</li> <li>A/B반 여성암생존자 - 프로그램 참가자 사전 모집완료 (추가 모집 불가)</li> <li>여성암생존자 건강관리 힐링 프로그램 - 여성암 생존자 건강관리 프로그램 참여자 대상</li> <li>영양식생활 &amp; 영양관리 - 이론 + 실습 연강</li> <li>심리지지 모듈 I, II, III &amp; 재발 두려움 - 그룹형 3주 프로그램</li> </ul>	3	4	5	6
	B반 여성암생존자 <b>대면</b> 근력강화운동 10:00~10:50  <b>하복부기능개선운동</b> 11:10~12:00	A반 여성암생존자 비대면 하복부기능개선운동 10:00~10:50	B반 여성암생존자 비대면 상지기능개선운동 10:00~10:50	A반 여성암생존자 <b>대면</b> 소도구근력운동 10:00~10:50  <b>심리지지 모듈I</b> 10:00~11:30
	10	11	12	13
	B반 여성암생존자 비대면 하복부기능개선운동 10:00~10:50	A반 여성암생존자 비대면 바른걷기 10:00~10:50  <b>영양식생활</b> 14:00~14:50  <b>영양관리</b> 14:50~15:40	B반 여성암생존자 비대면 바른걷기운동 10:00~10:50	A반 여성암생존자 <b>대면</b> 근력강화운동 10:00~10:50  <b>심리지지 모듈II</b> 10:00~10:50  <b>재발두려움</b> 10:50~11:40
16	17	18	19	20
			B반 여성암생존자 비대면 상지기능개선운동 10:00~10:50	<b>심리지지 모듈III</b> 10:00~11:30  <b>소도구근력운동</b> 14:00~14:50
23	24	25	26	27 센터 휴무
<b>근력강화운동</b> 14:00~14:50	B반 여성암생존자 비대면 하복부기능개선운동 10:00~10:50	<b>바른걷기</b> 11:00~11:50	B반 여성암생존자 <b>대면</b> 근력강화운동 10:00~10:50  <b>상지기능개선운동</b> 11:10~12:00	<b>여성암생존자 건강관리 힐링프로그램</b> 10:00~15:00

## 📢 신청안내

- 이용 대상 : 권역센터 등록된 암생존자 및 가족 (당일 신규등록 후 교육 참여 가능)
- 장소 : 칠곡경북대학교병원 1동 2층 대구경북권역암생존자통합지지센터
- 참가비 및 재료비 : 무료
- 참가 방법 : 카카오톡 채널 1:1 채팅 / 유선전화 / 방문 신청

사전예약 및 문의  
☎ 053)200-3561  
칠곡경북대학교병원 1동 2층

## 📢 중요알림

- 모든 프로그램은 선착순으로, 조기마감 될 수 있습니다.  
(단, 영양식생활 & 영양관리 프로그램은 신규 신청자 우선 순위, 재신청자는 차순위입니다.)
- 상담 당일 '연락 없이' 불참하는 경우, 다음 프로그램 신청이 제한 될 수 있습니다.
- 상담 및 교육 시작 10분 전까지 센터 도착바라며, 도착이 늦어질 경우 미리 연락바랍니다.
- 무료주차 : 1인당 2시간권 제공 됩니다(대중교통 이용 권장).

