

2025년 7월 경기권역암생존자통합지지센터 프로그램 일정표



월	화	수	목	금
	1	2	3	4
	다니엘 근력강화운동 김고은물리치료사 10:00~11:00/ 온라인	(8주과정) 이완명상훈련교실 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인 암 치료 후 건강한 식생활 한희정간호사 14:00~15:00/ 온라인		
7	8	9	10	11
	상지 기능개선운동 김고은물리치료사 10:00~11:00/ 온라인 심리지지 「두려움과 함께 나아가기」 전은애간호사 14:00~15:00/ 온라인	(8주과정) 이완명상훈련교실 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인	(3주과정) 바른걷기교실 「바른걷기 포인트 이론과 보행평가」 최영진물리치료사 10:00~11:00/ 웰빙센터 6층	자녀양육 고민상담소 조선미교수 10:00~11:00/ 온라인
14	15	16	17	18
	하복부 기능개선운동 김고은물리치료사 10:00~11:00/ 온라인	(8주과정) 이완명상훈련교실 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인	(3주과정) 바른걷기교실 「걷기 전후 스트레칭과 기본 근력운동」 최영진물리치료사 10:00~11:30/ 웰빙센터 6층	
21	22	23	24	25
회복관리를 위한 원예치료 「나를 위한 균형-자연물 모빌」 장수경원예치료사 14:00~15:30/ 온라인		(8주과정) 이완명상훈련교실 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인	(3주과정) 바른걷기교실 「잘못된 걸음걸이 개선운동」 최영진물리치료사 10:00~11:30/ 웰빙센터 6층	
28	29	30	31	
		(8주과정) 이완명상훈련교실 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인		