

2026년 1월 성인 암생존자통합지지 프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
			1	2
			신청	수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00
5	6	7	8	9
	림프부종 관리 11:00~12:00	근력강화 운동 16:00~17:00		수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00
12	13	14	15	16
1:1 심리지지 (재발 두려움 관리) 11:00~12:00		근력강화 운동 16:00~17:00		수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00
19	20	21	22	23
	피로관리 15:30~16:20	근력강화 운동 16:00~17:00		수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00
26	27	28	29	30
1:1 심리지지 (재발 두려움 관리) 11:00~12:00		근력강화 운동 16:00~17:00		수면위생교육 및 이완훈련 10:00~11:00

○ 프로그램 일정 및 장소는 사정에 의해 변경될 수 있으며 사전 예약 및 문의 후 방문 부탁드립니다. * 문의 연락처: 043) 269-7691