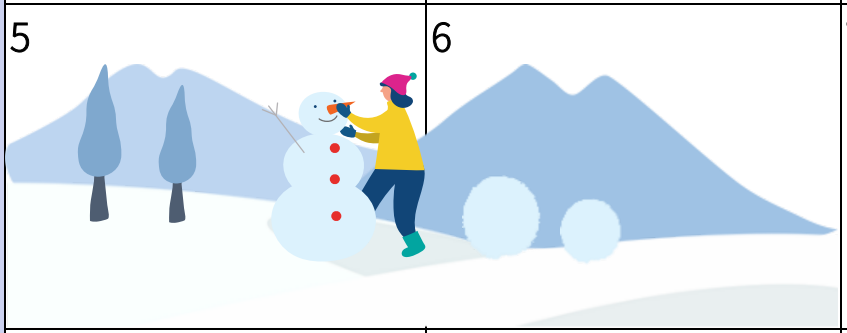
2026년 1월 프로그램 일정표

국립암센터 암생존자통합지지실

월(MON)	화(TUE)	수(WED)	목(THU)	금(FRI)
			1 새해 첫날	2
5 	6	7 [비대면] 암생존자 건강관리 (10:00~11:00) [비대면] 상지기능개선운동 (11:00~12:00) [대면] 토닥토닥 내마음 (13:30~15:00)	8 [비대면] 직업복귀 준비 II (09:30~11:00)	9
12	13 [대면] 이완훈련 (10:00~11:00) [대면] 바른 걷기 (11:00~12:00)	14 [대면] 마음 봄 I (10:00~11:30)	15	16 [대면] 마음 봄 II (10:00~11:30)
19 [대면] 수면위생교육 (14:30~15:30) [대면] 영양·식생활 관리 I (15:30~16:30)	20	21 [대면] 마음 봄 III (10:00~11:30) [대면] 토닥토닥 내마음 (13:30~15:00)	22	23
26	27 [비대면] 이완훈련 (14:00~15:00)	28	29 [비대면] 피로관리 (10:00~11:00)	30

암생존자통합지지실 카카오톡 채널

※ 프로그램 신청 : 전날 오전까지 전화 예약(☎ 031-920-2617) 바랍니다.
※ 프로그램 일정은 카카오톡 채널에서 확인 가능하며, 원내 상황에 따라 변경될 수 있습니다.
- [비대면]프로그램의 경우 병원에 방문하시지 않고, 줌(ZOOM)을 활용하여 비대면 방식으로 참여하시는 프로그램입니다.