

2026년 4월 경기권역암생존자통합지지센터 프로그램 일정표



일	화	수	목	금
		1	2	3
		(6주과정)이완명상훈련교실④ 전미선교수 09:00~10:00/ 온라인		
6	7	8	9	10
	다니엘 근력강화운동 문경주물리치료사 10:00~11:00/ 온라인 수면위생교육과 피로관리 전은애간호사 14:00~15:00/ 온라인	(6주과정)이완명상훈련교실⑤ 전미선교수 09:00~10:00/ 온라인 (8주과정)캘리테라피교실① 장영주캘리그래피 지도사 14:00~16:00/ 웰빙센터 6층	(3주과정) 바른걷기교실 「바른걷기 포인트 이론과 보행평가」 최영진 물리치료사 10:00~11:00/ 웰빙센터 6층	자녀양육 고민상담소 조선미교수 10:00~11:00/ 온라인 심리지지 「변화된 삶에 적응하기」 한희정간호사 14:00~15:00/ 온라인
13	14	15	16	17
암 치료 후 건강한 식생활 한희정간호사 14:00~15:00/ 온라인	상지 기능개선운동 문경주물리치료사 10:00~11:00/ 온라인	(6주과정)이완명상훈련교실④ 전미선교수 09:00~10:00/ 온라인 (8주과정)캘리테라피교실② 장영주캘리그래피 지도사 14:00~16:00/ 웰빙센터 6층	(3주과정) 바른걷기교실 「걷기 전후 스트레칭과 기본 근력운동」 최영진 물리치료사 10:00~11:30/ 웰빙센터 6층	심리지지 「내 안의 불안 다스리기」 박진주사회복지사 14:00~15:00/ 온라인
20	21	22	23	24
	하복부 기능개선운동 문경주물리치료사 10:00~11:00/ 온라인	(6주과정)이완명상훈련교실① 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인 (8주과정)캘리테라피교실③ 장영주캘리그래피 지도사 14:00~16:00/ 웰빙센터 6층	(3주과정) 바른걷기교실 「잘못된 걸음걸이 개선운동」 최영진 물리치료사 10:00~11:30/ 웰빙센터 6층 회복관리를 위한 원예치료 「나의 씨앗 깨우기-새싹채소」 장수경 원예치료사 14:00~15:30/ 온라인	심리지지 「새로운 여정을 시작하기」 박진주사회복지사 14:00~15:00/ 온라인

27	28	29	30	
	<p>암생존자 스트레칭교실 임재준물리치료사 10:00~11:00/ 온라인</p>	<p>(6주과정)이완명상훈련교실② 전미선교수 06:30~07:30/ 온라인</p> <p>(8주과정)캘리테라피교실④ 장영주캘리그래피 지도사 14:00~16:00/ 웰빙센터 6층</p>		