



2023년 6월 프로그램 운영 일정표 제주암생존자통합지지센터

(교육 문의 및 신청) 064-717-2332, 2353

월		화		수		목		금	
						1		2	
						<암생존자 주간 행사> 1부. 포토부스(10:00) 2부. 건강강좌(14시:00) - 2층 국제회의실			
5		6 현충일		7		8		9	
				10:00	영양실습				
				장 소	한살림제주				
12		13		14		15		16	
		14:00	피로 교육	10:00	하복부 및 하체 기능개선 운동 (대장암, 부인암)				
		14:30	건강한 식생활						
		장 소	1세미나실	장 소	1층 암센터내 교육실				
19		20		22		23			
		14:00	재발 두려움	10:00	유연성&저강도 근력운동 (60대~70대)	10:30	요가		
		장 소	1층 암센터내 교육실	장 소	1층 암센터내 교육실	장 소	대강당		
26		27		28		29		30	
		10:30	하복부 기능 개선 운동	10:00	몸통 안정화& 씨킷운동 (30대~50대)				
			대강당	장 소	1층 암센터내 교육실				

* 참여자 제한이 있는 프로그램이 있으므로 꼭 사전에 신청 부탁드립니다.

*** 교육 일정은 사정에 의해 변경, 취소 될 수 있습니다.

***** 불참시 꼭 취소 연락 바랍니다. 연락없이 미참석 시 다음 교육 참여시 제한이 있을 수 있습니다.

※ <유방암생존자를 위한 상지림프부종 자가관리>
프로그램은 1:1 개별 상시운영 됩니다. 프로그램을 원하시는 분은 사전 신청 바랍니다. ^^