



충북권역암생존자통합지지센터 2025년 4월 프로그램 운영 일정표



일	화	수	목	금
	1	2	3	4
		상지, 하복부 기능 개선운동 16:00~17:00		소그룹 심리지지 (변화된 삶에 적응하기)① 10:00~11:00 근력강화 운동 16:00~17:00
7	8	9	10	11
	글쓰기① 10:00~11:00	상지, 하복부 기능 개선운동 16:00~17:00		근력강화 운동 16:00~17:00
14	15	16	17	18
	글쓰기② 10:00~11:00	상지, 하복부 기능 개선운동 16:00~17:00		소그룹 심리지지 (내안의 불안 다스리기)② 10:00~11:00 근력강화 운동 16:00~17:00
21	22	23	24	25
림프부종 관리 11:00~12:00	글쓰기③ 10:00~11:00	상지, 하복부 기능 개선운동 16:00~17:00	영양·식생활 15:00~16:00	소그룹 심리지지 (새로운 여정 시작하기)③ 09:30~10:30
	직업복귀 준비 I, II 14:00~16:00			1:1 심리지지 (재발 두려움) 11:00~12:00 근력강화 운동 16:00~17:00
28	29	30		
	글쓰기④ 10:00~11:00	상지, 하복부 기능 개선운동 16:00~17:00		

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