

# 프로그램 운영일정

2026년 07월 / 기본형

가온데이케어센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

| 일요일       | 월요일                                                                                                                 | 화요일                                                                                                           | 수요일                                                                                                                     | 목요일                                                                                                                           | 금요일                                                                                                                     | 토요일       |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
|           |                                                                                                                     |                                                                                                               | <b>1</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 달력만들기<br>15:00~16:00(60분)                         | <b>2</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 가요 노래부르며 건<br>강체조하기<br>15:00~16:00(60분)                 | <b>3</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>교구놀이)<br>15:00~16:00(60분)(외)        | <b>4</b>  |
| <b>5</b>  | <b>6</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버레크레이션)<br>15:00~16:00(60분)(외)  | <b>7</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (민요<br>)<br>15:00~16:00(60분)(외)  | <b>8</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>인지놀이-체조,음악)<br>15:00~16:00(60분)(외)  | <b>9</b><br><b>사회(전체)</b> 신문으로세상읽보<br>기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버인지-레크리에이션)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>10</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>교구놀이)<br>15:00~16:00(60분)(외)       | <b>11</b> |
| <b>12</b> | <b>13</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버레크레이션)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>14</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (민요<br>)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>15</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>인지놀이-체조,음악)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>16</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버인지-레크리에이션)<br>15:00~16:00(60분)(외)       | <b>17 제헌절 .</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>교구놀이)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>18</b> |
| <b>19</b> | <b>20</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버레크레이션)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>21</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (민요<br>)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>22</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>인지놀이-체조,음악)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>23</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버인지-레크리에이션)<br>15:00~16:00(60분)(외)       | <b>24</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>교구놀이)<br>15:00~16:00(60분)(외)       | <b>25</b> |
| <b>26</b> | <b>27</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버레크레이션)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>28</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (민요<br>)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>29</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부프로그램 (실버<br>인지놀이-체조,음악)<br>15:00~16:00(60분)(외) | <b>30</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 외부인지프로그램(<br>실버인지-레크리에이션)<br>15:00~16:00(60분)(외)       | <b>31</b><br><b>신체(전체)</b> 실버체조체조<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 미로찾기<br>15:00~16:00(60분)                         |           |