프로그램 운영일정

2026년 08월 / 기본형

화명은혜공동생활가정

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 조경순외부강사 : 치매예방(노인두뇌훈련) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 14:00~15:00(60분)
2 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체활동 (전체)** 족욕 **[여가]** 14:00~15:00(60분)	3 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 달력 만들기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체기능 (전체)** 소근육활동 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 15:00~16:00(60분)	4 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 인지회상&쌓기(오성희) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	5 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **신체기능 (전체)** 실버건강체조(강진희) **[신체]** 10:00~11:00(60분)(외) **인지기능 (전체)** 속담알아보기 **[인지]** 14:00~15:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 콩주머니 던지기 **[여가]** 15:00~16:00(60분)	6 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 서영주(인지음악) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **신체기능 (전체)** 맨손 체조 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 15:00~16:00(60분)	7 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 칠교 조각놀이 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	8 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 조경순외부강사 : 치매예방(노인두뇌훈련) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **신체기능 (전체)** 놀이운동 **[신체]** 14:00~15:00(60분)
9 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체활동 (전체)** 족욕 **[여가]** 14:00~15:00(60분)	10 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 감염예방 및 관리교육 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체기능 (전체)** 소근육활동(젓가락 사용하기) **[신체]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 15:00~16:00(60분)	11 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 인지회상&쌓기(오성희) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	12 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **신체기능 (전체)** 실버건강체조(강진희) **[신체]** 10:00~11:00(60분)(외) **인지기능 (전체)** 인지)종이접기 **[인지]** 14:00~15:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 콩주머니 던지기 **[여가]** 15:00~16:00(60분)	13 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 서영주(인지음악) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **신체기능 (전체)** 맨손 체조 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 미술 : 색칠하기 **[여가]** 15:00~16:00(60분)	14 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 두뇌튼튼 퍼즐놀이 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	15 광복절 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 조경순외부강사 : 치매예방(노인두뇌훈련) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **여가정서프로그램 (전체)** 통통공 튕겨 받기 **[여가]** 14:00~15:00(60분)

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.

16 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체활동 (전체)** 족욕 **[여가]** 14:00~15:00(60분)	17 대체공휴일(8.15) **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 속담알아보기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체기능 (전체)** 소근육활동 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 15:00~16:00(60분)	18 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 인지회상&쌓기(오성희) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	19 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **신체기능 (전체)** 실버건강체조(강진희) **[신체]** 10:00~11:00(60분)(외) **인지기능 (전체)** 두뇌튼튼 퍼즐놀이 **[인지]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 15:00~16:00(60분)	20 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 서영주(인지음악) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **신체기능 (전체)** 공놀이 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 단정하게, 기분좋게 (몸단장하기) **[신체]** 15:00~16:00(60분)	21 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 여가정서)회상활동 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	22 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 조경순외부강사 : 치매예방(노인두뇌훈련) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 14:00~15:00(60분)
23 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체활동 (전체)** 족욕 **[여가]** 14:00~15:00(60분)	24 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 칠교 조각놀이 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체기능 (전체)** 소근육활동 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 15:00~16:00(60분)	25 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 인지회상&쌓기(오성희) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	26 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **신체기능 (전체)** 실버건강체조(강진희) **[신체]** 10:00~11:00(60분)(외) **인지기능 (전체)** 속담알아보기 **[인지]** 14:00~15:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 콩주머니 던지기 **[여가]** 15:00~16:00(60분)	27 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 서영주(인지음악) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **신체기능 (전체)** 맨손 체조 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 콩주머니 던지기 **[여가]** 15:00~16:00(60분)	28 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 노인학대예방 및 노인인권보호교육 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **여가정서프로그램 (전체)** 사회적응(tv시청) **[여가]** 13:30~15:50(140분) **신체기능 (전체)** "스스로 척척! 일상생활동작훈련" **[신체]** 15:50~16:20(30분)	29 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 조경순외부강사 : 치매예방(노인두뇌훈련) **[인지]** 10:00~11:00(60분)(외) **신체기능 (전체)** 단정하게, 기분좋게 (몸단장하기) **[신체]** 14:00~15:00(60분)
30 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 색칠하기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체활동 (전체)** 족욕 **[여가]** 14:00~15:00(60분)	31 **신체기능 (전체)** 노인건강체조(기능회복훈련) **[신체]** 09:20~09:50(30분) **인지기능 (전체)** 속담알아보기 **[인지]** 10:00~11:00(60분) **신체기능 (전체)** 소근육활동 **[신체]** 14:00~15:00(60분) **신체기능 (전체)** 걷기 **[신체]** 15:00~16:00(60분)					

본 문서를 무단으로 복사/변조/재배포를 금하고 개인정보 불법 유출시 법적으로 처벌 받을 수 있습니다.