

♣ 2026년 9월 프로그램 계획표 - 다사랑실버타운 ♣

일 2:30~3:30	월 1:30~2:30	화 1:30~2:30	수 1:30~2:30	목 1:30~2:30	금 1:30~2:30	토 2:30~3:30	
		1	2	3	4	5	
		힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	
		인지P/G 블럭	인지P/G 민요(자체)	여가P/G 마사지	여가P/G 실버체조	시장모의 놀이	
6	7	8	9	10	11	12	
힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	
휴식 및 TV시청	인지P/G 미술	인지P/G 블럭	 생신잔치	여가P/G 마사지	여가P/G 실버체조	세상 뉴스 전하기	
			인지P/G민요				
13	14	15	16	17	18	19	
힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	
휴식 및 TV시청	 이.미용	인지P/G 블럭	인지P/G 민요	여가P/G 마사지	여가P/G 실버체조	가족 편지 쓰기	
	인지P/G미술						
20	21	22	23	24	25	26	
힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	
휴식 및 TV시청	인지P/G 미술	인지P/G 블럭	인지P/G 민요	여가P/G 마사지	여가P/G 체조(자체)	가족 상담	
27	28	29	30				
힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조	힘뇌체조				
휴식 및 TV시청	인지P/G 미술	인지P/G 민요	여가P/G 실버체조				

- 치매프로그램 - 주3회 (매주 월요일 . 화요일 . 수요일)
사정에 따라 시간이 변경될 수 있음.
 - 여가프로그램 - 주2회 (목요일. 금요일)
 - 힘뇌체조- 매일 아침 실시함.
- ※ 다섯째주가 있는 월은 자체적으로 프로그램 진행함.