

프로그램 운영일정

2026년 10월

효다함요양원

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 신체 (신체,기능A) A힘뇌체조- 앉아서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지B) 인지B-한자따라 쓰기 15:00~16:00(60분)	2 인지 (인지A) 인지A-미술 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	3 개천절
4	5 대체공휴일(10.3) 여가 (여가A) 여가A-민요가 좋 아 15:00~16:00(60분)	6 신체 (신체,기능B) B힘뇌체조- 누워서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지C) 인지C-선 따라 쓰기 15:00~16:00(60분)	7 여가 (여가B) 여가B-신체 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	8 신체 (신체,기능A) A힘뇌체조- 앉아서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지B) 인지B-회상훈련 15:00~16:00(60분)	9 한글날 인지 (인지A) 색칠하기-한글날 세종대왕 (인지A) 15:00~16:00(60분)	10
11	12 여가 (여가A) 여가A-음악 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	13 신체 (신체,기능B) B힘뇌체조- 누워서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지C) 인지C-만다라 색 칠 15:00~16:00(60분)	14 여가 (여가B) 여가B-신체 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	15 신체 (신체,기능A) A힘뇌체조- 앉아서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지B) 인지B-단어 따라 쓰기 15:00~16:00(60분)	16 인지 (인지A) 인지A-미술 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	17
18	19 여가 (여가A) 여가A-음악 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	20 신체 (신체,기능B) B힘뇌체조- 누워서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지C) 인지C-수세기 15:00~16:00(60분)	21 여가 (여가B) 여가B-신체 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	22 신체 (신체,기능A) A힘뇌체조- 앉아서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지B) 인지B-회상훈련 15:00~16:00(60분)	23 인지 (인지A) 인지A-미술 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	24
25	26 여가 (여가A) 여가A-음악 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	27 신체 (신체,기능B) B힘뇌체조- 누워서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지C) 인지C-선긋기 15:00~16:00(60분)	28 여가 (여가B) 여가B-신체 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	29 신체 (신체,기능A) A힘뇌체조- 앉아서 따라하기 10:30~11:00(30분) 인지 (인지B) 인지B-알파벳 따 라 쓰기 15:00~16:00(60분)	30 인지 (인지A) 인지A-미술 프로 그램 15:00~16:00(60분)(외)	31