

프로그램 운영일정

2026년 08월 / 기본형

청주우리집요양원

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1
2	3 신체기능 (준와상) 좌식건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 여가활동 (여가-활동) 신명나게 불러보자 즐거운노래 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 노래감상 [여가] 14:40~15:10(30분)	4 신체기능 (와상(침대)) 누워서 운동하기 [신체] 10:40~10:50(10분) 인지기능 (인지-의심) 전래동화이야기 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 촉감놀이 [인지] 14:40~15:10(30분)	5 신체기능 (자립) 실버체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	6 인지기능 (인지-의심) 미술활동 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 미술활동 [인지] 14:40~15:10(30분)	7 여가활동 (여가-활동) 공감하는 어르신 이야기 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 국악이 좋아 [여가] 14:40~15:10(30분)	8 인지기능 (인지-의심) 한글 글자 쓰기 [인지] 14:10~14:40(30분)
9	10 신체기능 (자립) 좌식건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 여가활동 (여가-활동) 국악이 좋아 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 공감하는 어르신 이야기 [여가] 14:40~15:10(30분)	11 신체기능 (준와상) 손, 팔 체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (인지-의심) 수 활동 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 도형 맞추기, 퍼즐맞추기 [인지] 14:40~15:10(30분)	12 신체기능 (와상(침대)) 누워서 운동하기 [신체] 10:40~10:50(10분) 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	13 인지기능 (인지-의심) 미술활동 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 미술활동 [인지] 14:40~15:10(30분)	14 여가활동 (여가-활동) 신명나게 불러보자 즐거운노래 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 노래감상 [여가] 14:40~15:10(30분)	15 광복절
16	17 대체공휴일(8.15) 인지기능 (인지-의심) 한글 글자 쓰기 [인지] 14:10~14:40(30분)	18 신체기능 (와상(침대)) 손, 팔 체조 [신체] 10:40~10:50(10분) 여가활동 (전체) 노래감상 [여가] 15:00~15:40(40분)	19 신체기능 (준와상) 좌식건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	20 신체기능 (자립) 노인건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (인지-의심) 미술활동 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 미술활동 [인지] 14:40~15:10(30분)	21 여가활동 (여가-활동) 함께하는 여행 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 옛날 TV [여가] 14:40~15:10(30분)	22

23 인지기능 (인지-의심) 미술활동 [인지] 15:00~15:30(30분)	24 신체기능 (준와상) 손, 팔 체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 여가활동 (여가-활동) 신명나게 불러보자 즐거운노래 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (인지-치매) 노래감상 [여가] 14:40~15:10(30분)	25 신체기능 (자립) 좌식건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (인지-의심) 도형 맞추기, 퍼즐맞추기 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 촉감놀이 [인지] 14:40~15:10(30분)	26 신체기능 (와상(침대)) 누워서 운동하기 [신체] 10:40~10:50(10분) 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	27 인지기능 (인지-의심) 달력 만들기 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 미술활동 [인지] 14:40~15:10(30분)	28 여가활동 (여가-활동) 공감하는 어르신 이야기 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 국악이 좋아 [여가] 14:40~15:10(30분)	29
30	31 신체기능 (와상(침대)) 손, 팔 체조 [신체] 10:40~10:50(10분) 여가활동 (여가-활동) 옛날 TV [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 공감하는 어르신 이야기 [여가] 14:40~15:10(30분)					