

프로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

청주우리집요양원

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 신체기능 (준와상) 좌식건강체조 [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)	2 신체기능 (자립) 실버체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	3 인지기능 (인지-의심) 도형 맞추기, 퍼즐맞추기 [인지] 11:00~11:30(30분) 여가활동 (전체) 실버 음악 [여가] 14:00~15:00(60분)	4 인지기능 (전체) 꽃 향기 체험 [인지] 14:20~15:00(40분)	5
6	7 신체기능 (자립) 좌식건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (전체) 급식관리지원센터교육 [인지] 14:00~14:30(30분) 인지기능 (인지-의심) 한글 글자 쓰기 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 선긋기 [인지] 14:40~15:10(30분)	8 신체기능 (와상(침대)) 누워서 운동하기 [신체] 10:40~10:50(10분) 인지기능 (인지-의심) 미술활동 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 미술활동 [인지] 14:40~15:10(30분)	9 신체기능 (준와상) 손, 팔 체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 여가활동 (전체) 실버 음악 [여가] 14:00~15:00(60분)	10 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	11 여가활동 (여가-활동) 공감하는 어르신 이야기 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 옛날 TV [여가] 14:40~15:10(30분)	12 인지기능 (인지-의심) 수 활동 [인지] 14:10~14:40(30분)
13	14 신체기능 (준와상) 좌식건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (인지-의심) 전래동화이야기 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 도형 맞추기, 퍼즐맞추기 [인지] 14:40~15:10(30분)	15 인지기능 (인지-의심) 미술활동 [인지] 11:00~11:30(30분) 신체기능 (자립) 노인건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분)	16 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	17 신체기능 (와상(침대)) 손, 팔 체조 [신체] 10:40~10:50(10분) 인지기능 (인지-치매) 촉감놀이 [인지] 11:00~11:30(30분) 여가활동 (전체) 실버 음악 [여가] 14:00~15:00(60분)	18 여가활동 (여가-활동) 신명나게 불러보자 즐거운노래 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (여가-미활동) 노래감상 [여가] 14:40~15:10(30분)	19
20 인지기능 (인지-의심) 한글 글자 쓰기 [인지] 10:40~11:10(30분)	21 신체기능 (와상(침대)) 누워서 운동하기 [신체] 10:40~10:50(10분) 인지기능 (인지-의심) 미술활동 [인지] 14:10~14:40(30분) 인지기능 (인지-치매) 미술활동 [인지] 14:40~15:10(30분)	22 인지기능 (인지-의심) 송편만들기 [인지] 11:10~11:40(30분) 신체기능 (준와상) 손, 팔 체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 여가활동 (전체) 실버 음악 [여가] 14:00~15:00(60분)	23 신체기능 (자립) 좌식건강체조 [신체] 11:40~11:50(10분) 인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지] 14:20~15:00(40분)	24 추석	25 추석	26 추석 여가활동 (여가-활동) 국악이 좋아 [여가] 14:10~14:40(30분) 여가활동 (인지-치매) 공감하는 어르신 이야기 [여가] 14:40~15:10(30분)

	<div>28</div> <div>신체기능 (자립) 실버체조 [신체]</div> <div>11:40~11:50(10분)</div> <div>인지기능 (인지-의심) 수 활동 [인지]</div> <div>14:10~14:40(30분)</div> <div>인지기능 (인지-치매) 전래동화이야기 [인지]</div> <div>14:40~15:10(30분)</div>	<div>29</div> <div>신체기능 (와상(침대)) 손, 팔 체조 [신체]</div> <div>10:40~10:50(10분)</div> <div>인지기능 (인지-의심) 달력 만들기 [인지]</div> <div>14:10~14:40(30분)</div> <div>인지기능 (인지-치매) 미술활동 [인지]</div> <div>14:40~15:10(30분)</div>	<div>30</div> <div>신체기능 (준와상) 좌식건강체조 [신체]</div> <div>11:40~11:50(10분)</div> <div>인지기능 (전체) 풍선공놀이 [인지]</div> <div>14:20~15:00(40분)</div>			
--	---	---	---	--	--	--