

프로그램 운영일정

2026년 10월 / 기본형

섬김시니어홈

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 인지 (전체) 종이접기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 노인건강체조-서 천군체육회 10:30~11:30(60분)	2 여가 (전체) 소리한마당: 추억 을 부르는 멜로디 15:30~16:30(60분)	3 개천절
4	5 대체공휴일(10.3) 여가 (전체) 윗놀이 15:30~16:30(60분)	6 인지 (전체) 미술활동, 색칠하 기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 힘찬 함성, 활력 UP! 10:30~11:30(60분)	7 인지 (전체) 다양한 주제를 만 들고 체험하기 09:29~10:29(60분)	8 인지 (전체) 종이접기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 노인건강체조-서 천군체육회 10:30~11:30(60분)	9 한글날 여가 (전체) 소리한마당: 추억 을 부르는 멜로디 15:30~16:30(60분)	10
11	12 여가 (전체) 윗놀이 15:30~16:30(60분)	13 인지 (전체) 미술활동, 색칠하 기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 힘찬 함성, 활력 UP! 10:30~11:30(60분)	14 인지 (전체) 다양한 주제를 만 들고 체험하기 09:29~10:29(60분)	15 인지 (전체) 종이접기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 노인건강체조-서 천군체육회 10:30~11:30(60분)	16 여가 (전체) 소리한마당: 추억 을 부르는 멜로디 15:30~16:30(60분)	17
18	19 여가 (전체) 윗놀이 15:30~16:30(60분)	20 인지 (전체) 미술활동, 색칠하 기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 힘찬 함성, 활력 UP! 10:30~11:30(60분)	21 인지 (전체) 다양한 주제를 만 들고 체험하기 09:29~10:29(60분)	22 인지 (전체) 종이접기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 노인건강체조-서 천군체육회 10:30~11:30(60분)	23 여가 (전체) 소리한마당: 추억 을 부르는 멜로디 15:30~16:30(60분)	24
25	26 여가 (전체) 윗놀이 15:30~16:30(60분)	27 인지 (전체) 미술활동, 색칠하 기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 힘찬 함성, 활력 UP! 10:30~11:30(60분)	28 인지 (전체) 다양한 주제를 만 들고 체험하기 09:29~10:29(60분)	29 인지 (전체) 종이접기 09:29~10:29(60분) 신체 (전체) 노인건강체조-서 천군체육회 10:30~11:30(60분)	30 여가 (전체) 소리한마당: 추억 을 부르는 멜로디 15:30~16:30(60분)	31