



예나데이케어센터 2026년 2월 프로그램

요일 시간	월 2	화 3	수 4	목 5	금 6	토 7
10:00~10:30	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수
10:30~11:30	(인지향상) 달력꾸미기	(인지향상) 도형색칠하기	(인지향상) 꽃 만들기	(인지향상) 선따라 그리기	(인지향상) 숨은그림찾기	(인지향상) 글 따라쓰기
13:30~14:30	미술 (외부강사)	웃음치료 (외부강사)	브레인 교구 (외부강사)	민요부르기 (외부강사)	실버레크리에이션 (외부강사)	(신체기능회복) 족욕
15:00~16:00	(실버건강체조) 스모비운동 지압매트밟기	(치매예방체조) 건강박수 걷기운동	(신체기능) 밴드체조 하체운동	(신체기능) 놀이활동-게임	(실버건강체조) 스모비운동 지압매트밟기	(여가,정서발달) 동영상 시청
날짜	9	10	11	12	13	14
10:00~10:30	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수
10:30~11:30	(인지향상) 퍼즐조각맞추기	(인지향상) 도형색칠하기	(인지향상) 복주머니 만들기	(인지향상) 선따라 그리기	(가족지지) 생신잔치	(인지향상) 글 따라쓰기
13:30~14:30	미술 (외부강사)	웃음치료 (외부강사)	브레인 교구 (외부강사)	민요부르기 (외부강사)	실버레크리에이션 (외부강사)	(신체기능회복) 족욕
15:00~16:00	(실버건강체조) 스모비운동 지압매트밟기	(치매예방체조) 건강박수 걷기운동	(신체기능) 밴드체조 하체운동	(신체기능) 놀이활동-게임	(실버건강체조) 스모비운동 지압매트밟기	(여가,정서발달) 동영상 시청
날짜			18	19	20	21
10:00~10:30			(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수
10:30~11:30			(인지향상) 계산하고 만들기	(인지향상) 선따라 그리기	(인지향상) 모빌 만들기	(인지향상) 글 따라쓰기
13:30~14:30			브레인 교구 (외부강사)	민요부르기 (외부강사)	실버레크리에이션 (외부강사)	(신체기능회복) 족욕
15:00~16:00			(치매예방체조) 건강박수 걷기운동	(신체기능) 놀이활동-게임	(실버건강체조) 스모비운동 지압매트밟기	(여가,정서발달) 동영상 시청
날짜	23	24	25	26	27	28
10:00~10:30	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수	(신체기능증진) 국민체조 건강박수
10:30~11:30	(인지향상) 숫자 더하고, 빼기	(인지향상) 도형색칠하기	(인지향상) 계산하고 만들기	(인지향상) 선따라 그리기	(사회적응) 요리실습	(인지향상) 글 따라쓰기
13:30~14:30	미술 (외부강사)	웃음치료 (외부강사)	브레인 교구 (외부강사)	민요부르기 (외부강사)	실버레크리에이션 (외부강사)	(신체기능회복) 족욕
15:00~16:00	(실버건강체조) 스모비운동 지압매트밟기	(치매예방체조) 건강박수 걷기운동	(신체기능) 밴드체조 하체운동	(신체기능) 놀이활동-게임	(인지향상) 모빌 만들기	(여가,정서발달) 동영상 시청

* 위의 프로그램은 센터의 사정으로 인하여 변경될 수 있습니다.

