

- 2023년 11월 구로바른데이케어센터 시간표 -

요일 시간	월	화	수	목	금
08:00~09:30	차량이용 및 출석	차량이용 및 출석	차량이용 및 출석	차량이용 및 출석	차량이용 및 출석
09:30~10:00	건강체크(혈당혈압) 및 아침인사	치매예방체조 및 아침인사	치매예방체조 및 아침인사	치매예방체조 및 아침인사	치매예방체조 및 아침인사
10:00~10:30	인지활동형 프로그램				
10:30~11:30	실버체조	건강체조	이미용커트(2주) 건강체조	인지치료	웃음치료
11:30~12:20	점심식사				
12:00~12:20	투약지도				
12:20~12:30	위생·청결지도 (양치 및 세안)	위생·청결지도 (양치 및 세안)	위생·청결지도 (양치 및 세안)	위생·청결지도 (양치 및 세안)	위생·청결지도 (양치 및 세안)
12:30~13:30	인지기능향상프로그램(주간) (일상생활활동/규칙게임/작업활동/회상활동/지필활동·수공예 등)				
13:30~14:00	신체기능증진 (산책/스트레칭 /근력강화운동)	신체기능증진 (산책/스트레칭 /근력강화운동)	신체기능증진 (산책/스트레칭 /근력강화운동)	신체기능증진 (산책/스트레칭 /근력강화운동)	신체기능증진 (산책/스트레칭 /근력강화운동)
14:00~15:00	노래교실 (자원봉사자)	실버취미트니스 (구로구체육회)	실버미술	민요교실 (자원봉사자)	실버취미트니스 (구로구체육회)
15:00~15:30	간식시간				
15:30~16:30	인지활동형 프로그램(주간)	인지활동형 프로그램(주간)	인지활동형 프로그램(주간)	사회적응프로그램	인지활동형 프로그램(주간)
16:30~17:00	1차 송영준비 (위생지도)	1차 송영준비 (위생지도)	1차 송영준비 (위생지도)	1차 송영준비 (위생지도)	1차 송영준비 (위생지도)
16:30~17:30	물리치료/온열찜질/ 공기압 마사지 /안마치료	물리치료/온열찜질/ 공기압 마사지 /안마치료	물리치료/온열찜질/ 공기압 마사지 /안마치료	물리치료/온열찜질/ 공기압 마사지 /안마치료	물리치료/온열찜질/ 공기압 마사지 /안마치료
	2차 송영준비	2차 송영준비	2차 송영준비	2차 송영준비	2차 송영준비
17:30~18:30	저녁식사				
18:30~19:00	위생지도 (양치 및 투약)	위생지도 (양치 및 투약)	위생지도 (양치 및 투약)	위생지도 (양치 및 투약)	위생지도 (양치 및 투약)
19:00~19:30	인지기능향상프로그램(야간) (지필활동·수공예/회상활동/규칙게임/감각활동/일상생활활동 등)				
19:30~20:00	귀가준비 (청결·위생체크)	귀가준비 (청결·위생체크)	귀가준비 (청결·위생체크)	귀가준비 (청결·위생체크)	귀가준비 (청결·위생체크)
20:00~22:00	야간 송영서비스				
*기 타	*11월 13일 (월) 직원 및 이용자 어르신 코로나 백신 추가접종 / [12:00-13:00] *11월 15일 (수) 이미용 서비스 (10:00-10:30) *11월 23일 (목) 하반기 보호자 간담회 (15:00 ~ 16:00) *11월 28일 (화) 제4차 특강 프로그램 [푸드 테라피 15:00-16:00]				

* 코로나19의 확산으로 인하여 일정이 조정될 수 있습니다.