

프로그램 운영일정

2026년 07월 / 간략형

(주)가족사랑실버복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			1 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 회상심리미술치료 (박민)	2 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 레크레이션(장금예) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	3 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	4 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동
5	6 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 노인스포츠 (양미정) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	7 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지미술(이울선) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	8 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 회상심리미술치료 (박민)	9 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 레크레이션(장금예) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	10 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	11 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동
12	13 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 노인스포츠 (양미정) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	14 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지미술(이울선) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	15 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 회상심리미술치료 (박민)	16 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 레크레이션(장금예) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	17 제헌절 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	18 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동
19	20 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 노인스포츠 (양미정) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	21 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지미술(이울선) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	22 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 회상심리미술치료 (박민)	23 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 레크레이션(장금예) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	24 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	25 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동
26	27 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 노인스포츠 (양미정) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	28 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지미술(이울선) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	29 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 회상심리미술치료 (박민)	30 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 레크레이션(장금예) 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	31 09:30~10:00 국민체조, 건강 박수 10:00~10:30 족욕, 발 핸드마 사지 10:30~11:30 인지 - 지필활동 14:00~14:30 재활운동 14:30~15:30 엘라핏 재활운동	