7월 프로그램 일정표

요일	월	화	수	목	금	토
1주			1	2	3	4
오전			건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(7월 달력 만들기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-도미노**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(꽃과 꽃말)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-기억회상** **(어제 있었던 일)**
			자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후			**웃음치료** **치매예방체조**	신체놀이교실-고리던지기 미술치료-협동화	**웃음치료** 실버척추스트레칭	**건강체조** **인지작업치료-손글씨쓰기**
2주	6	7	8	9	10	11
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-기초계산활동** **(사회적응프로그램-장보기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(몬드리안)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(도형따라그리기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(캐릭터색칠하기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(단어찾기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(애국가쓰기)**
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	신체놀이교실-투호 이슈듣기-그날의화제이야기	신체놀이교실-탁구공컬링 **인지작업치료-빨대목걸이만들기**	신체놀이교실-팔씨름줄다리기 미술치료-물감놀이	신체놀이교실-다트놀이 **인지작업치료-콩고르기**	신체놀이교실-비석치기 영화감상	**힘뇌체조/건강박수** 이야기책교실
3주	13	14	15	16	17	18
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(속담적기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-퍼즐/가베**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(팥빙수 꾸미기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(다함께 빙고게임)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(헌법 따라적기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-기억회상** **(가족, 친구, 이웃)**
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	어르신 교육 P/G - 탈수예방 및 배변도움 실버척추스트레칭	신체놀이교실-신문지 달리기 미술치료-색칠놀이	신체놀이교실-콩주머니던지기 **인지작업치료-계란판 퍼즐**	신체놀이교실-실버게이트볼 **인지작업치료-붓글씨쓰기**	**건강체조** 동요교실	**치매예방체조** 영화감상
4주	20	21	22	23	24	25
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북(시계)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(숫자별색칠하기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-철교놀이**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(위인색칠하기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(숫자찾기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(복날 색칠하기)**
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	신체놀이교실-청기백기 미술치료-종이접기	신체놀이교실-윷놀이 **인지작업치료-컵쌓기**	신체놀이교실-짐볼 치매예방 두뇌훈련 교실	신체놀이교실-오색농구 이슈듣기-그날의화제이야기	신체놀이교실-볼링 **인지작업치료-격자무늬끼우기**	실버척추스트레칭 이야기책교실
5주	27	28	29	30	31	
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(노래가사채우기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **오카리나교실**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(동식물색칠하기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-워크북** **(빈칸숫자채우기)**	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 **인지향상활동-실버그림교실** **(만다라 색칠하기)**	
	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	
오후	신체작업치료-세라밴드 **인지작업치료-콩고르기**	**인지향상활동-워크북** **(지남력훈련)** **생신잔치**	신체놀이교실-신발 던지기 **인지작업치료-손글씨쓰기**	신체놀이교실-제기넣기 미술치료-색칠놀이	신체놀이교실-낚시놀이 서예교실	

※ 위 일정은 당일 사정에 따라 조정 될 수도 있습니다.

※ 화, 목 오전 국민건강보험공단과 함께하는 온라인 체력증진교실 '더 건강해짐' 프로그램 진행

※ [재활운동 프로그램 : 주 5회(평일) 수시 진행 하지운동기, 상하지연동기, 걷기운동(보행훈련), 종합운동기, 허리운동기, 싸이클][인지재활 바둑, 장기, 퍼즐, 젠가, 도미노, 가베교구]

※ 물리치료 : 10:30-11:30 / 14:00-16:00 수시로 진행 전기핫팩, 온습포 핫팩, 텐스(ICT), 적외선, 공기압, 안마의자, 샌드배드, 투타배드, 발마사지, 뜸족욕기, 파라핀]

※ [치매예방 디지털 인지훈련활동 프로그램 : 매일 10:30 - 16:00 중 한 그룹씩 수시로 진행]