

8월 프로그램 일정표

요일	월	화	수	목	금	토
1주	31					1
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (어제 있었던 일)					건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (8월 달력 만들기)
	자유시간(재활운동 및 휴식)					자유시간(재활운동 및 휴식)
오후	신체놀이교실-고리던지기 한자교실					건강체조 영화감상
2주	3	4	5	6	7	8
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-퍼즐/가베	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (문드리안)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (노래가사채우기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기초계산활동	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-도미노 (사회적응프로그램-장보기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (단어찾기)
	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-재기널기 인지작업치료-공예활동	신체놀이교실-웃놀이 서예교실	신체놀이교실-청기백기 미술치료-종이접기	신체작업치료-세라밴드 인지작업치료-콩고르기	신체놀이교실-투호 한자교실	실버척추스트레칭 이야기책교실
3주	10	11	12	13	14	15
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-칠교놀이	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (틀린그림찾기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (가족, 친구, 이웃)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (숫자별색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (무궁화팝업만들기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (광복절 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-비석치기 미술치료-색칠놀이	신체놀이교실-짐볼 치매예방 두뇌훈련 교실	신체놀이교실-볼링 인지작업치료-격자무늬까우기	신체놀이교실-탁구공유키기 서예교실	신체놀이교실-실버게이트볼 인지작업치료-붓글씨쓰기	치매예방체조 영화감상
4주	17	18	19	20	21	22
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (지남력훈련)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (꽃과 꽃말)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (동식물색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (애국가쓰기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (속담적기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (숫자찾기)
	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	건강체조 동요교실	신체놀이교실-오색농구 이슈듣기-그날의화제이야기	신체놀이교실-콩주머니던지기 인지작업치료-컵쌓기	신체놀이교실-팔씨름줄다리기 미술치료-물감놀이	신체놀이교실-신발 던지기 인지작업치료-손글씨쓰기	힘뇌체조/건강박수 이슈듣기-그날의화제이야기
5주	24	25	26	27	28	29
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (다함께 빙고게임)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북(시계)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (지남력훈련)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (도형따라그리기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (캐릭터색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-위크북 (빈칸숫자채우기)
	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 - 치매예방교육 실버척추스트레칭	생신잔치 노래교실	신체놀이교실-신문지달리기 미술치료-색칠놀이	신체놀이교실-다트놀이 인지작업치료-게판판 퍼즐	신체놀이교실-탁구공유키링 인지작업치료-빨대목걸이만들기	실버척추스트레칭 이야기책교실

※ 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 전기한팩, 온습포 한팩, 텐스(ICT), 적외선, 공기압, 안마의자, 샌드밴드, 투타밴드, 발마사지, 땀족욕기, 파라핀]

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