

10월 프로그램 일정표

요일	월	화	수	목	금	토
1주				1	2	3
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (10월 달력 만들기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (다함께 빙고게임)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (개천절 단군신화 색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (10월 달력 만들기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (다함께 빙고게임)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (개천절 단군신화 색칠하기)
오후	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	신체놀이교실-실버게이트볼 미술치료-색칠놀이	신체놀이교실-다트놀이 인지작업치료-공예활동	치매예방체조 영화감상
2주	5	6	7	8	9	10
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (애국가쓰기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (만다라 색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (가족, 친구, 이웃)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (꽃과 꽃말)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (한글날 세종대왕 색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북(시계)
오후	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오전	힘뇌체조/건강박수 이야기책교실	치매예방 두뇌훈련 교실 건강자킴이프로그램	신체놀이교실-풍선새총 미술치료-물감놀이	신체놀이교실-공주머니던지기 인지작업치료-격자무늬까우기	치매예방체조 서예교실	실버척추스트레칭 동요교실
3주	12	13	14	15	16	17
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (틀린그림찾기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (만다라 색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (가족, 친구, 이웃)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (심자팔퍼즐)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (찰흙아트)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (숫자찾기)
오후	신체놀이교실-짐볼 특화P/G-다:은시간	인지향상활동-워크북 (노래가사채우기) 건강자킴이프로그램	신체작업치료-세라밴드 미술치료-협동화	신체놀이교실-팔씨름 줄다리기 인지작업치료-격자무늬까우기	신체놀이교실-청기백기 인지작업치료-컵쌓기	건강체조 영화감상
4주	19	20	21	22	23	24
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기초계산활동	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (동식물색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-퍼즐/가베	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-칠교놀이 (사회적응프로그램-장보기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-기억회상 (어제 있었던 일)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (도형따라그리기)
오후	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오전	어르신 교육 P/G - 관절구축예방교육 치매예방체조	이슈듣기-그날의화제이야기 건강자킴이프로그램	신체놀이교실-제기날기 미술치료-종이접기	생신잔치 노래교실	신체놀이교실-고리던지기 인지작업치료-계란판 퍼즐	실버척추스트레칭 이야기책교실
5주	26	27	28	29	30	31
오전	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (캐릭터색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-도미노	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (조성맞추기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (숫자별색칠하기)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-실버그림교실 (몬드리안)	건강체크 및 TV시청 뇌스트레칭 및 생활체조 인지향상활동-워크북 (속담적기)
오후	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)	자유시간(재활운동 및 휴식)
오전	신체놀이교실-탁구공결링 인지작업치료-손글씨쓰기	동요교실 건강자킴이프로그램	신체놀이교실-볼링 미술치료-색칠놀이	신체놀이교실-투호 인지작업치료-콩고르기	신체놀이교실-비석치기 한자교실	힘뇌체조/건강박수 이슈듣기-그날의화제이야기

※ 위 일정은 당일 사정에 따라 조정 될 수도 있습니다.

※ [재활운동 프로그램 : 주 5회(평일) 수시 진행 하지운동기, 상하지운동기, 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 핫팩, 텐스(ICT), 적외선, 공기압, 안마의자, 샌드패드, 투타패드, 발마사지, 뜸족욕기, 파라핀]

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