

프로그램 운영일정

2026년 08월 / 간략형

제물포구구립치매전담형주간보호센터(건강마실터)

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1
2	3 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 인지뇌튼튼블럭 14:00~15:00 오감활동 15:10~15:40 인지신체활동	4 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 미술치료 14:00~15:00 신바람체조 15:10~15:40 인지신체활동	5 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 음악활동 14:00~15:00 실버핏(신체재활) 15:10~15:40 인지신체활동	6 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 레크리에이션 14:00~15:00 인지강화활동 15:10~15:40 인지신체활동	7 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 실버체육 14:00~15:00 노래교실 15:10~15:40 건강마사지	8
9	10 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 인지뇌튼튼블럭 14:00~15:00 오감활동 15:10~15:40 인지신체활동	11 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 미술치료 14:00~15:00 신바람체조 15:10~15:40 인지신체활동	12 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 음악활동 14:00~15:00 실버핏(신체재활) 15:10~15:40 인지신체활동	13 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 레크리에이션 14:00~15:00 인지강화활동 15:10~15:50 낙상예방체조	14 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 실버체육 14:00~15:00 노래교실 15:10~15:40 건강마사지	15 광복절
16	17 대체공휴일(8.15)	18 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 미술치료 14:00~15:00 신바람체조 15:10~15:40 인지신체활동	19 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 음악활동 14:00~15:00 실버핏(신체재활) 15:10~15:40 인지신체활동	20 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 레크리에이션 14:00~15:00 원예교실 15:10~15:50 낙상예방체조	21 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 실버체육 14:00~15:00 노래교실 15:10~15:40 건강마사지	22
23	24 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 인지뇌튼튼블럭 14:00~15:00 오감활동 15:10~15:40 인지신체활동	25 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 미술치료 14:00~15:00 신바람체조 15:10~15:40 인지신체활동	26 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 음악활동 14:00~15:00 실버핏(신체재활) 15:10~15:40 인지신체활동	27 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 레크리에이션 14:00~15:00 인지강화활동 15:10~15:50 낙상예방체조	28 10:20~10:40 현실인식 10:40~11:00 관절구축예방운 동 11:00~12:00 실버체육 14:00~15:00 노래교실 15:10~15:40 건강마사지	29

10:20~10:40 현실인식
10:40~11:00 관절구축예방운
동
11:00~12:00 인지뇌튼튼블럭
14:00~15:00 오감활동
15:10~15:40 인지신체활동