

11월 프로그램 일정표

프로그램관리자

최종문

구분		월	화	수	목	금	토																																																																																					
1주	일정	<table><tr><th>시간</th><th>월</th><th>화</th><th>수</th><th>목</th><th>금</th><th>토</th></tr><tr><td>08:10~09:00</td><td colspan="6">오전 송영</td></tr><tr><td>09:00~10:30</td><td colspan="6">건강 체크 및 물리치료</td></tr><tr><td>10:30~11:30</td><td colspan="6">오전 프로그램</td></tr><tr><td>11:30~12:00</td><td colspan="6">어르신 점심시간</td></tr><tr><td>12:00~13:00</td><td colspan="6">직원 점심시간 및 휴식</td></tr><tr><td>13:00~14:00</td><td colspan="6">어르신 개별 운동 및 자유시간</td></tr><tr><td>14:00~15:00</td><td colspan="6">오후 프로그램</td></tr><tr><td>15:00~15:30</td><td colspan="6">자유시간</td></tr><tr><td>15:30~16:00</td><td colspan="6">간식</td></tr><tr><td>16:00~16:20</td><td colspan="6">청소</td></tr><tr><td>16:20~17:00</td><td colspan="6">오후 송영</td></tr></table>						시간	월	화	수	목	금	토	08:10~09:00	오전 송영						09:00~10:30	건강 체크 및 물리치료						10:30~11:30	오전 프로그램						11:30~12:00	어르신 점심시간						12:00~13:00	직원 점심시간 및 휴식						13:00~14:00	어르신 개별 운동 및 자유시간						14:00~15:00	오후 프로그램						15:00~15:30	자유시간						15:30~16:00	간식						16:00~16:20	청소						16:20~17:00	오후 송영						1일
	시간	월	화	수	목	금	토																																																																																					
	08:10~09:00	오전 송영																																																																																										
	09:00~10:30	건강 체크 및 물리치료																																																																																										
	10:30~11:30	오전 프로그램																																																																																										
	11:30~12:00	어르신 점심시간																																																																																										
	12:00~13:00	직원 점심시간 및 휴식																																																																																										
	13:00~14:00	어르신 개별 운동 및 자유시간																																																																																										
	14:00~15:00	오후 프로그램																																																																																										
	15:00~15:30	자유시간																																																																																										
	15:30~16:00	간식																																																																																										
16:00~16:20	청소																																																																																											
16:20~17:00	오후 송영																																																																																											
오전							인지																																																																																					
							한글교실 (언어 훈련)																																																																																					
							신체																																																																																					
							신체 활동 프로그램 (율동 & 체조)																																																																																					
오후																																																																																												

2주	일정	3일	4일	5일	6일	7일	8일
	오전	인지	신체	신체	인지	인지	인지
		인지 프로그램 (11월 달력 만들기)	신바람 건강체조 (강사 : 최인애)	행복한 노년 (강사 : 김유숙)	인지 프로그램 (주의집중력 훈련)	인지 활동 프로그램 (생각열기)	미술교실 (채색하기)
	오후	신체	인지	인지	신체	신체	신체
		민요 교실 (강사 : 김공엽)	미술교실 (코스모스 채색)	한글교실 (언어능력 훈련)	잘 노는 시니어는 건강하다 (강사 : 차은희)	신체 활동 프로그램 (율동 & 체조)	신체 활동 프로그램 (신체운동)

3주	일정	10일	11일	12일	13일	14일	15일
	오전	인지	신체	신체	인지	사회적응	인지
		한글교실 (언어능력 훈련)	신바람 건강체조 (강사 : 최인애)	행복한 노년 (강사 : 김유숙)	인지 프로그램 (시지각 훈련)	사회적응훈련 (세상소식전하기)	수학교실 (수리능력 훈련)
	오후	신체	인지	인지	신체	인지	신체
		민요 교실 (강사 : 김공엽)	미술교실 (가을이 왔어요)	수학교실 (수리능력 훈련)	잘 노는 시니어는 건강하다 (강사 : 차은희)	인지 활동 프로그램 (인지훈련 - 언어)	신체 활동 프로그램 (손 운동)

4주	일정	17일	18일	19일	20일	21일	22일
	오전	인지	신체	신체	인지	인지	인지
		한글교실 (언어능력 훈련)	신바람 건강체조 (강사 : 최인애)	행복한 노년 (강사 : 김유숙)	만들기 교실 (고슴도치 꾸미기)	인지 활동 프로그램 (인지훈련 - 수리)	인지 프로그램 (숨은그림찾기)
	오후	신체	인지	인지	신체	정서	신체
		민요 교실 (강사 : 김공엽)	미술교실 (가을 만다라)	인지 프로그램 (언어능력 훈련)	잘 노는 시니어는 건강하다 (강사 : 차은희)	얼굴 마사지	신체 활동 프로그램 (율동 & 체조)

5주	일정	24일	25일	26일	27일	28일	29일
	오전	인지	신체	신체	인지	인지	인지
		한글교실 (언어능력 훈련)	신바람 건강체조 (강사 : 최인애)	행복한 노년 (강사 : 김유숙)	인지 프로그램 (사고능력 훈련)	인지 활동 프로그램 (인지훈련 - 일상)	인지 프로그램 (숨은그림찾기)
	오후	신체	인지	인지	신체	신체	신체
		민요 교실 (강사 : 김공엽)	미술교실 (낙엽에바알머슨)	수학교실 (수리능력 훈련)	잘 노는 시니어는 건강하다 (강사 : 차은희)	놀이 교실 (신체 놀이)	놀이 교실 (신체 놀이)

* 센터의 사정에 따라 일정이 변경될 수 있습니다.