

2025년 12월 프로그램 운영일정



위례행복한데이케어센터

외부강사	인지 프로그램	신체 프로그램	자체 프로그램			
일자	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1	2	3	4	5	6	
10:00~10:30	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련
10:30~11:30	신체/인지-외부강사 신바람 실버체육	신체/인지-외부강사 통합인지	사회적응-자체교육 재난대응교육&훈련	신체/인지-외부강사 실버인지놀이	신체/인지-외부강사 시니어 생활체조	인지-반짝반짝뇌운동 겨울풍경
14:00~15:00	인지-반짝반짝뇌운동 협동달력 만들기	인지-반짝반짝뇌운동 칠교놀이	인지-반짝반짝뇌운동 전래동화 채색하기	인지-반짝반짝뇌운동 인지워크북	인지-반짝반짝뇌운동 집중력 퍼즐	신체/여가 활동 (영화감상)
15:20~16:00	신체-밴드체조	신체-고무신던지기	신체-볼링	신체-컵쌓기	신체-타구공	
8	9	10	11	12	13	
10:00~10:30	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련
10:30~11:30	신체/인지-외부강사 신바람 실버체육	신체/인지-외부강사 통합인지	신체/인지 실버스파	신체/인지-외부강사 실버인지놀이	신체/인지-외부강사 시니어 생활체조	인지-반짝반짝뇌운동 만다라
14:00~15:00	인지-반짝반짝뇌운동 겨울시장(협동화)	인지-반짝반짝뇌운동 칠교놀이	인지-반짝반짝뇌운동 전래동화 채색하기	인지-반짝반짝뇌운동 크리스마스 카드	인지-반짝반짝뇌운동 집중력 퍼즐	신체/여가 활동 (영화감상)
15:20~16:00	신체-농구	신체-골프	신체-오재미	신체-투호	신체-다트	
15	16	17	18	19	20	
10:00~10:30	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련
10:30~11:30	신체/인지-외부강사 신바람 실버체육	신체/인지-외부강사 통합인지	외부공연-플롯&섹스폰	신체/인지-외부강사 실버인지놀이	신체/인지-외부강사 시니어 생활체조	인지-반짝반짝뇌운동 겨울놀이
14:00~15:00	인지-반짝반짝뇌운동 인지 워크북	인지-반짝반짝뇌운동 칠교놀이	인지-반짝반짝뇌운동 전래동화 채색하기	인지-반짝반짝뇌운동 입체-산타할아버지	인지-반짝반짝뇌운동 집중력 퍼즐	신체/여가 활동 (영화감상)
15:20~16:00	신체-백업봉체조	신체-고무신던지기	신체-볼링	신체-컵쌓기	신체-타구공	
22	23	24	25	26	27	
10:00~10:30	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련
10:30~11:30	신체/인지-외부강사 신바람 실버체육	신체/인지-외부강사 통합인지	신체/인지 실버스파	신체기능 노인건강체조	신체/인지-외부강사 시니어 생활체조	인지-반짝반짝뇌운동 겨울꽃
14:00~15:00	인지-반짝반짝뇌운동 인지 워크북	인지-반짝반짝뇌운동 칠교놀이	인지-반짝반짝뇌운동 전래동화 채색하기	인지-반짝반짝뇌운동 입체-홍시꾸미기	인지-반짝반짝뇌운동 집중력 퍼즐	신체/여가 활동 (영화감상)
15:20~16:00	신체-농구	신체-골프	신체-오재미	신체-투호	신체-다트	
29	30	31				
10:00~10:30	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련	일상생활 기본동작훈련			
10:30~11:30	신체/인지-외부강사 실버인지놀이	신체/인지 태권도	신체/인지 실버스파			
14:00~15:00	인지-반짝반짝뇌운동 인지 워크북	인지-반짝반짝뇌운동 칠교놀이	인지-반짝반짝뇌운동 전래동화 채색하기			
15:20~16:00	신체-밴드체조	신체-고무신던지기	신체-볼링			

상기 일정은 사정에 따라 변동될 수 있습니다.