

프로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

만안주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~11:00(60분) 재활활동 (전체) 재활활동 [기타] 10:40~11:40(60분) 인지기능 (전체) 함께 노래방 [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 두뇌회상작업 향상훈련 [인지] 15:20~16:20(60분)	2 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 북아트교실 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체기능 훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 워크 북 활동 [인지] 15:20~16:20(60분)	3 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 이야기마을 [인지] 10:40~11:40(60분) 인지기능 (전체) 놀이운동(시니어스포츠) [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 통기타음악교실 [인지] 15:20~16:20(60분)(외)	4 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 가리사니 뇌 인지훈련 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 놀이운동(시니어스포츠) [인지] 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 건강한 발걸음 걷기 프로그램 [신체] 15:20~16:20(60분)	5 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 색칠공부 [인지] 10:40~11:40(60분) 사회적응 (전체) 사회적응 특화 프로그램 [사회] 14:00~16:20(140분)
6	7 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 웃음치료 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체기능 훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 꼭꼭놀러(색종이 놀이, 종이접기) [인지] 15:20~16:20(60분)	8 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 재활활동 (전체) 재활활동 [기타] 10:40~11:40(60분) 인지기능 (전체) 함께 노래방 [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 두뇌회상작업 향상훈련 [인지] 15:20~16:20(60분)	9 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 북아트교실 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체기능 훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 워크 북 활동 [인지] 15:20~16:20(60분)	10 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 이야기마을 [인지] 10:40~11:40(60분) 인지기능 (전체) 놀이운동(시니어스포츠) [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 통기타음악교실 [인지] 15:20~16:20(60분)(외)	11 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 가리사니 뇌 인지훈련 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 놀이운동(시니어스포츠) [인지] 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 건강한 발걸음 걷기 프로그램 [신체] 15:20~16:20(60분)	12 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 색칠공부 [인지] 10:40~11:40(60분) 신체기능 (전체) 신체기능 훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 사회적응 (전체) 사회적응 특화 프로그램 [사회] 15:20~16:20(60분)

13	14 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 웃음치료 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체기능훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 꼭꼭놀러(색종이 놀이, 종이접기) [인지] 15:20~16:20(60분)	15 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 재활활동 (전체) 재활활동 [기타] 10:40~11:40(60분) 인지기능 (전체) 함께 노래방 [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 두뇌회상작업 향상훈련 [인지] 15:20~16:20(60분)	16 인지기능 (전체) 쿠킹클래스 [인지] 09:40~10:40(60분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 북아트교실 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 13:00~14:00(60분) 사회적응 (전체) 야외 나들이 [사회] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 워크 북 활동 [인지] 15:20~16:20(60분)	17 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 이야기마을 [인지] 10:40~11:40(60분) 인지기능 (전체) 놀이운동(시니어스포츠) [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 통기타음악교실 [인지] 15:20~16:20(60분)(외)	18 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 가리사니 뇌 인지훈련 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 놀이운동(시니어스포츠) [인지] 14:00~15:00(60분) 신체기능 (전체) 건강한 발걸음 걷기 프로그램 [신체] 15:20~16:20(60분)	19 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 색칠공부 [인지] 10:40~11:40(60분) 신체기능 (전체) 신체기능훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 사회적응 (전체) 사회적응특화 프로그램 [사회] 15:20~16:20(60분)
20	21 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 웃음치료 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체기능훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 꼭꼭놀러(색종이 놀이, 종이접기) [인지] 15:20~16:20(60분)	22 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 가리사니 뇌 인지훈련 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 인지기능 (전체) 함께 노래방 [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 두뇌회상작업 향상훈련 [인지] 15:20~16:20(60분)	23 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 북아트교실 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체기능훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 워크 북 활동 [인지] 15:20~16:20(60분)	24 추석 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 이야기마을 [인지] 10:40~11:40(60분) 인지기능 (전체) 놀이운동(시니어스포츠) [인지] 14:00~15:00(60분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전체) 통기타음악교실 [인지] 15:20~16:20(60분)(외)	25 추석	26 추석 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 (전체) 색칠공부 [인지] 10:40~11:40(60분) 신체기능 (전체) 신체기능훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 사회적응 (전체) 사회적응특화 프로그램 [사회] 15:20~16:20(60분)

27	28 신체기능 (A) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (B) 개인별 맞춤 기능 회복훈련 [신체] 09:40~10:00(20분) 신체기능 (전체) 노인건강체조 [신체] 10:00~10:40(40분) 인지기능 맞춤형 프로그램 (전 체) 웃음치료 [인지] 10:40~11:40(60분)(외) 신체기능 (전체) 신체기능훈련 [신체] 14:00~15:00(60분) 인지기능 (전체) 꼭꼭놀러(색종 이 놀이, 종이접기) [인지] 15:20~16:20(60분)	29	30			
----	---	----	----	--	--	--