

2024년 2월 다사랑 프로그램 제공 계획표

요일		월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	
시간					2/1	2/2	2/3	
오전	09:20 ~ 10:00				차 마시기 & 건강체크 & 마사지			
	10:20 ~ 10:50				맞춤프로그램 신체	인지활동 - 2월 달력만들기	철교	
	11:00 ~ 11:50				실버건강체조			
오후	13:20 ~ 13:50				화투놀이 & 스트레칭 & 박수치기 & 실내자전거			
	14:00 ~ 15:00				인지활동 - 가리사니	맞춤프로그램 미술	인지활동 - 숫자 돈 계산	
	15:30 ~ 16:30				실버건강체조	실버건강체조	노래 & 율동	
시간		2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	
오전	09:20 ~ 10:00	차 마시기 & 건강체크 & 마사지					설날	
	10:20 ~ 10:50	레크레이션 놀이활동	맞춤프로그램 인지	맞춤프로그램 음악	맞춤프로그램 신체	퍼즐		
	11:00 ~ 11:50					실버건강체조		
오후	13:00 ~ 13:50	실내산책 & 스트레칭	실버건강체조	화투놀이 & 스트레칭 & 박수치기 & 실내자전거				
	14:00 ~ 15:00	인지활동 - 가리사니	노래교실	인지활동 - 떡국 색칠하기	인지활동 - 구정 행사	인지활동 - 복주머니 만들기		
	15:30 ~ 16:30	실버건강체조	회상활동 - 고무줄 놀이	실버건강체조	실버건강체조	놀이 활동 - 윷놀이		
시간		2/12	2/13	2/14	2/15	2/16	2/17	
오전	09:20 ~ 10:00	차 마시기 & 건강체크 & 마사지						
	10:20 ~ 10:50	레크레이션 놀이활동	맞춤프로그램 인지	맞춤프로그램 음악	맞춤프로그램 신체	인지활동 - 빙고 게임		
	11:00 ~ 11:50					만다라		
오후	13:00 ~ 13:50	실내산책 & 스트레칭	실버건강체조	화투놀이 & 스트레칭 & 박수치기 & 실내자전거				
	14:00 ~ 15:00	인지활동 - 겨울꽃 군자란	노래교실	인지활동 - 책 놀이	인지활동 - 가리사니	맞춤프로그램 미술		
	15:30 ~ 16:30	실버건강체조	회상활동 - 구두 닦이동	실버건강체조	실버건강체조	실버건강체조		
시간		2/19	2/20	2/21	2/22	2/23	2/24	
오전	09:20 ~ 10:00	차 마시기 & 건강체크 & 마사지						
	10:20 ~ 10:50	레크레이션 놀이활동	맞춤프로그램 인지	맞춤프로그램 음악	맞춤프로그램 신체	인지활동 - 계산 퍼즐		
	11:00 ~ 11:50					퍼즐		
오후	13:00 ~ 13:50	실내산책 & 스트레칭	실버건강체조	화투놀이 & 스트레칭 & 박수치기 & 실내자전거				
	14:00 ~ 15:00	인지활동 - 책 놀이	노래교실	인지활동 - 바비큐 꼬치	인지활동 - 가리사니	맞춤프로그램 미술		
	15:30 ~ 16:30	실버건강체조	회상활동 - 추억의 짜장면	실버건강체조	실버건강체조	실버건강체조		
시간		2/26	2/27	2/28	2/29			
오전	09:20 ~ 10:00	차 마시기 & 건강체크 & 마사지			만다라			
	10:20 ~ 10:50	레크레이션 놀이활동	맞춤프로그램 인지	맞춤프로그램 음악				
	11:00 ~ 11:50							실버건강체조
오후	13:00 ~ 13:50	실내산책 & 스트레칭	실버건강체조	화투놀이 & 스트레칭 & 박수치기 & 실내자전거				인지활동 - 가리사니
	14:00 ~ 15:00	사회적응훈련 - 요리교실	노래교실	생신 잔치	노래 & 율동			
	15:30 ~ 16:30	실버건강체조	회상활동 - 옛날물건 요즘물건	인지활동 - 숫자따라 색칠하기				

※ 인지활동(지남력 훈련, 수 계산, 속담 및 퀴즈 맞추기, 퍼즐 맞추기, 칠교놀이, 색칠하기, 종이접기, 만들기 활동 등)

※ 프로그램 일정은 기관의 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 어르신의 건강상태 및 컨디션을 고려하여 프로그램이 제공됨을 알려드립니다.

※ 프로그램 제공은 통해 인지기능, 신체기능이 향상되고 유지될 수 있도록 다사람 직원 모두 최선을 다하겠습니다.

※ 인지활동(지남력 훈련, 수 계산, 속담 및 퀴즈 맞추기, 퍼즐 맞추기, 철교놀이, 색칠하기, 종이접기, 만들기 활동 등)

※ 프로그램 일정은 기관의 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

※ 어르신의 건강상태 및 컨디션을 고려하여 프로그램이 제공됨을 알려드립니다.

※ 프로그램 제공은 통해 인지기능, 신체기능이 향상되고 유지될 수 있도록 다사랑 직원 모두 최선을 다하겠습니다.