

10월 프로그램일정표

	주차	월	화	수	목	금	토
08:10~09:00	등원						
09:00~10:00	인사나누기 & 건강체크 (혈압, 혈당, 체온, 등)						
10:00~10:10	오전 간식						
10:10~10:45	조회 및 아침 체조						
10:45~11:00	3층 프로그램실 이동(금요일 이동 없음) 및 휴식시간						
11:00~12:00 (인지/신체활동)	1주차	소도구체조 (신체)	인지미술 (인지)	뮤직플러스 (인지)	실버스포츠 (신체)	장구교실 (인지)	인지놀이 활동
	2주차	소도구체조 (신체)	인지미술 (인지)	뮤직플러스 (인지)	실버스포츠 (신체)	장구교실 (인지)	인지놀이 활동
	3주차	소도구체조 (신체)	인지미술 (인지)	뮤직플러스 (인지)	실버스포츠 (신체)	장구교실 (인지)	인지놀이 활동
	4주차	소도구체조 (신체)	인지미술 (인지)	뮤직플러스 (인지)	실버스포츠 (신체)	장구교실 (인지)	인지놀이 활동
	5주차				실버스포츠 (신체)	장구교실 (인지)	인지놀이 활동
12:00~12:30	점심 식사 (약 드시기)						
12:30~13:30	자유 시간(1차 물리치료/여가활동)						
13:30~14:30	자유 시간(2차 물리치료/여가활동)						
14:30~15:00	오후 걷기 운동						
15:00~16:00 (신체/인지활동)	1주차	자체수업 (인지)	노래자랑 (여가)	자체수업 (신체)	자체수업 (인지)	웃음교실 (신체)	신체활동 및 여가활동
	2주차	자체수업 (인지)	노래자랑 (여가)	자체수업 (신체)	자체수업 (인지)	웃음교실 (신체)	신체활동 및 여가활동
	3주차	자체수업 (인지)	노래자랑 (여가)	자체수업 (신체)	자체수업 (인지)	웃음교실 (신체)	신체활동 및 여가활동
	4주차	자체수업 (인지)	노래자랑 (여가)	자체수업 (신체)	자체수업 (인지)	웃음교실 (신체)	신체활동 및 여가활동
	5주차				자체수업 (인지)	웃음교실 (신체)	신체활동 및 여가활동
16:00~17:00	휴식시간 및 저녁 식사(약 드시기) / 오후 송영						
17:00~	오후 송영						
월요일 : 소도구체조 (변미경 강사) / 자체수업(최돈신 센터장, 김반석 사회복지사, 사영희 사회복지사)							
화요일 : 인지 미술 (송금선 강사) / 노래자랑 (요양팀)							
수요일 : 뮤직 플러스(김병희 강사) / 자체수업(최돈신 센터장, 김반석 사회복지사, 사영희 사회복지사)							
* 마지막 주 (수) 생신잔치 / 은나래 공연단 넷째주(목) 방문/ 10월 13일(화) 14시 사회적응훈련 예정							
목요일 : 실버 스포츠 (최호야 강사) / 자체수업(최돈신 센터장, 김반석 사회복지사, 사영희 사회복지사)							
금요일 : 장구 교실 (이경은 강사) / 웃음 교실 (최하숙 강사)							
토요일 : 인지놀이 활동 (최돈신 센터장, 김반석 사회복지사, 사영희 사회복지사)							

※위 프로그램은 센터 사정에 의하여 변경 될 수 있습니다.

가로등 주야간보호센터