

2026년 (8월) 프로그램 계획표

	주 간						토 (1일)
	09:30~10:30						아침조회/사랑의 인사
	10:30~11:30						센터 자체 인지 프로그램
	13:30~14:30						재활운동
담당자	14:30~15:30						실버 체조(외부강사)
2주 계획	주 간	월 (3일)	화 (4일)	수 (5일)	목 (6일)	금 (7일)	토 (8일)
	09:30~10:30	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사
	10:30~11:30	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동
	13:30~14:30	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램	족욕 및 마사지	족욕 및 마사지	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램
담당자	14:30~15:30	아리랑 체조(외부강사)	노래교실(외부강사)	민요 교실(외부강사)	신명나는 음악 레크레이션(외부강사)	모두함께 노래자랑(외부강사)	다같이 하는 실버 뮤직 레크레이션(외부강사)
3주 계획	주 간	월 (10일)	화 (11일)	수 (12일)	목 (13일)	금 (14일)	토 (15일)
	09:30~10:30	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사
	10:30~11:30	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동
	13:30~14:30	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램	족욕 및 마사지	족욕 및 마사지	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램
담당자	14:30~15:30	아리랑 체조(외부강사)	노래교실(외부강사)	민요 교실(외부강사)	신명나는 음악 레크레이션(외부강사)	모두함께 노래자랑(외부강사)	다같이 하는 실버 뮤직 레크레이션(외부강사)
4주 계획	주 간	월 (17일)	화 (18일)	수 (19일)	목 (20일)	금 (21일)	토 (22일)
	09:30~10:30	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사
	10:30~11:30	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동
	13:30~14:30	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램	족욕 및 마사지	족욕 및 마사지	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램
담당자	14:30~15:30	아리랑 체조(외부강사)	노래교실(외부강사)	민요 교실(외부강사)	신명나는 음악 레크레이션(외부강사)	모두함께 노래자랑(외부강사)	다같이 하는 실버 뮤직 레크레이션(외부강사)
5주 계획	주 간	월 (24일)	화 (25일)	수 (26일)	목 (27일)	금 (28일)	토 (29일)
	09:30~10:30	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사
	10:30~11:30	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동
	13:30~14:30	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램	족욕 및 마사지	사회적응 프로그램(시장놀이)	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램
담당자	14:30~15:30	아리랑 체조(외부강사)	노래교실(외부강사)	민요 교실(외부강사)	신명나는 음악 레크레이션(외부강사)	모두함께 노래자랑(외부강사)	다같이 하는 실버 뮤직 레크레이션(외부강사)
5주 계획	주 간	월 (30일)	화 (31일)				
	09:30~10:30	아침조회/사랑의 인사	아침조회/사랑의 인사				
	10:30~11:30	센터자체 인지프로그램 및 재활운동	인지활동 및 재활운동				
	13:30~14:30	족욕 및 마사지	센터 자체 프로그램				
담당자	14:30~15:30	아리랑 체조(외부강사)	노래교실(외부강사)				