

프로그램 운영일정

2026년 09월

송산참사랑주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 신체기능 (전체) 신체 기능 훈련 - 윗놀이 [신체] 14:00~15:00(60분)	2 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 실버 여가(음률&신체) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 한글 인지 - 개미와 베프이 글쓰기 [인지] 14:00~15:00(60분)	3 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (이소연 강사) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 숫자 크기 비교 및 악어 입 기호(<, >, =) 채우기 [인지] 14:00~15:00(60분)	4 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (정지선 강사) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 [인지] 14:00~15:00(60분)	5 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 추억의 옥수수 삶기 [인지] 14:00~15:00(60분)
6	7 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 [인지] 14:00~15:00(60분)	8 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 청춘 노래 교실 (자원봉사 연계) [인지] 14:00~15:00(60분)(자)	9 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 실버 여가(음률&신체) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 종이 접기 활동 - 고추 잡자리 [인지] 14:00~15:00(60분)	10 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (이소연 강사) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 자원 봉사 - 오카리나 & 호른 연주회 & 손가락 난타 [인지] 14:00~15:00(60분)	11 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (정지선 강사) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 [인지] 14:00~15:00(60분)	12 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 추억의 시네마 (영화감상) [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 알록달록 9월의 맛, 계절 음식 [인지] 14:00~15:00(60분)

13	14 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 [인지] 14:00~15:00(60분)	15 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 청춘 노래 교실 (자원봉사 연계) [인지] 14:00~15:00(60분)(자)	16 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 실버 여가(음률&신체) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 직업과 물건 연결하기 [인지] 14:00~15:00(60분)	17 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (이소연 강사) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 송편 만들기 [인지] 14:00~15:00(60분)	18 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (정지선 강사) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 [인지] 14:00~15:00(60분)	19 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) "그때 그랬지" - 휴먼 다큐 <사노라면> 감상 및 회상 활동 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 사회 뉴스 따라 쓰기 [인지] 14:00~15:00(60분)
20	21 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 [인지] 14:00~15:00(60분)	22 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 사회적응 (전체) 도서관 방문 - 영화 및 공연 관람 [사회] 13:30~15:00(90분)	23 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 신체기능 (전체) 실버 여가(음률&신체) [신체] 10:30~11:30(60분)(외) 사회적응 (전체) 명절 맞이 - 민속 놀이 [사회] 13:30~15:00(90분)	24 추석	25 추석	26 추석
27	28 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 [인지] 14:00~15:00(60분)	29 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) [인지] 10:30~11:30(60분)(외) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 인지기능 (전체) 안전교육 [인지] 14:00~15:00(60분)	30 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) [신체] 10:00~10:30(30분) 인지기능 (전체) 협동화 - 달력 만들기 [인지] 10:30~11:30(60분) 신체기능 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 [신체] 13:20~13:40(20분) 신체기능 (전체) 신체 기능 훈련 - 골프 [신체] 14:00~15:00(60분)			