

프로그램 운영일정

2026년 10월

송산참사랑주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 나무 구멍 속 다람쥐 집 꾸미기 10:30~11:30(60분) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 신체 (전체) 신체 기능 훈련 - 보루 링 통과하기 14:00~15:00(60분)	2 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 결과 속이 같아요! 채소·과일 단면 선 잇기 10:30~11:30(60분) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 14:00~15:00(60분)	3 개천절
4	5 대체공휴일(10.3) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 과일·채소 빙고 한판! 14:00~15:00(60분)	6 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 신체 (전체) 신체 기능 훈련 - 오자미 공치기 14:00~15:00(60분)	7 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 실버 여가(음률&신체) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 14:00~15:00(60분)	8 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 종이 접기 활동 - 호박 14:00~15:00(60분)	9 한글날 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 14:00~15:00(60분)	10 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 추억의 시네마 (영화감상) 10:30~11:30(60분) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 시지각 공간 능력 도구 인지 - 평면 보드 막대 14:00~15:00(60분)
11	12 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 애취~! 감기 조심! 14:00~15:00(60분)	13 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 청춘 노래 교실 (자원봉사 연계) 14:00~15:00(60분)(자)	14 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 실버 여가(음률&신체) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 14:00~15:00(60분)	15 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 수 인지 - 그림 수식 연산 교실 14:00~15:00(60분)	16 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 14:00~15:00(60분)	17 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) "그땐 그랬지" - 휴먼 다큐 <사노라면> 감상 및 회상 활동 10:30~11:30(60분) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 올바른 실루엣을 찾아라 14:00~15:00(60분)

18	19 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 두뇌 튼튼! 단어 찾기 및 색깔 말하기 14:00~15:00(60분)	20 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 사회 (전체) 가을맞이 야외 소풍 "가을 햇살 아래, 정원 산책" 13:30~15:00(90분)	21 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 실버 여가(음률&신체) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 14:00~15:00(60분)	22 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 3D 입체 우산 만들기 14:00~15:00(60분)	23 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 14:00~15:00(60분)	24 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 추억의 시네마 (영화감상) 10:30~11:30(60분) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 알뜰살뜰 시장 보기 및 화폐 계산 14:00~15:00(60분)
25	26 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 클레이활동 14:00~15:00(60분)	27 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) 맞춤 - 인지 프로그램 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 신체 (전체) 알록달록 고리 던지기 14:00~15:00(60분)	28 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 실버 여가(음률&신체) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 협동화 - 달력 만들기 14:00~15:00(60분)	29 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (이소연 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 사회 (전체) 안전 교육 - 소방 대피훈련 14:00~15:00(60분)	30 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 (8자 밴드) 10:00~10:30(30분) 신체 (전체) 신체·인지 맞춤형 프로그램 - 매일 활력 뇌-몸 깨우기 (정지선 강사) 10:30~11:30(60분)(외) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 특성화 프로그램 - 난타 14:00~15:00(60분)	31 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실버 체조 10:00~10:30(30분) 인지 (전체) "그땐 그랬지" - 휴먼 다큐 <사노라면> 감상 및 회상 활동 10:30~11:30(60분) 신체 (전체) 기능회복훈련 - 실내 걷기 13:20~13:40(20분) 인지 (전체) 시지각·공간지각 활동 - 똑같이 그리기 14:00~15:00(60분)