

# 프로그램 운영일정

2026년 08월 / 기본형

더드림재활데이케어센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

| 일요일 | 월요일                                                                                                                                                                                                                | 화요일                                                                                                                                                                                                                | 수요일                                                                                                                                                                                                                   | 목요일                                                                                                                                                                                                                                                           | 금요일                                                                                                                                                                                                                   | 토요일                                                                                                                                                                                                                        |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                       | <b>1</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 알쏭달쏭 재미 있는 퀴즈<br>10:30~11:30(60분)<br><b>정서여가 (전체)</b> 영화감상 및 종교활동<br>13:30~14:30(60분)(자)<br><b>신체기능 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)        |
| 2   | <b>3</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지 (전체)</b> 달력 만들기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체 (전체)</b> 영라이프시니어 _신체(야구)<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)       | <b>4</b><br><b>신체 (전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>신체(전체)</b> 노래교실<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 바다동물 회상 / 조개 물고기 모자이크 색칠<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>5</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지 (전체)</b> 꽃바람 소원 풍경 만들기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 영라이프시니어 _인지교구<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)      | <b>6</b><br><b>신체 (전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 여름과일 알아 보기 및 플레이콘 꾸미기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 색깔 주사위 놀이<br>13:30~14:30(60분)<br><b>가족(전체)</b> 생신 잔치<br>14:30~15:00(30분)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>7</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> (임추) 맞이 가을 들뜬 꾸미기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체 (전체)</b> 웃음힐링 프로그램(컵타)<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>8</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br><b>[신체]</b><br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 덧셈 뺄셈 후 퍼즐 맞추기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>정서(전체)</b> 사랑과 소망 이야기<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) |
| 9   | <b>10</b><br><b>신체 (전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지 (전체)</b> 여름꽃 빙고게임<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 영라이프시니어 _신체(탁구치기)<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>11</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>신체(전체)</b> 노래교실<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 알록달록 문어<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)                 | <b>12</b><br><b>신체 (전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>사회 (전체)</b> 광복절 활동<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지 (전체)</b> 영라이프시니어 _인지교구(뚝딱블럭) ]<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>13</b><br><b>신체 (전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 원앙만들기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 탕탕볼 농구하기<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)                                                            | <b>14</b><br><b>신체 (전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지 (전체)</b> 수박수영장<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체 (전체)</b> 웃음힐링 프로그램(댄스스틱벨)<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)       | <b>15 광복절</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지 (전체)</b> 알쏭달쏭 재미 있는 퀴즈<br>10:30~11:30(60분)<br><b>정서 (전체)</b> 노래자랑<br>13:30~14:30(60분)(자)<br><b>신체 (전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)             |

|    |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16 | <b>17 대체공휴일(8.15)</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 애국가 협동화 만들기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 고리던지기<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)             | <b>18</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>신체(전체)</b> 노래교실<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 숙담칠교놀이<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)             | <b>19</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 칠석 견우와 직녀 퍼즐 맞추기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 영라이프시니어 _인지교구<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>20</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 「제주도 방언 알아보기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>교육(전체)</b> 노인인권 및 학대 예방교육<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>21</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 옛 물건 이름 맞추기 및 쓰임새 이야기하기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 웃음힐링 프로그램(동물헤어밴드 풍선<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분) | <b>22</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 알쏭달쏭 재미있는 퀴즈<br>10:30~11:30(60분)<br><b>정서(전체)</b> 영화감상 및 종교활동<br>13:30~14:30(60분)(자)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)                                  |
| 23 | <b>24</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 틀린그림찾기(다른그림찾기)<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 영라이프시니어 _신체(집게공유키기)]<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)(자) | <b>25</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>신체(전체)</b> 노래교실<br>10:30~11:30(60분)(외)<br><b>인지(전체)</b> 여름아 안녕, 가을아 반가워<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)(자) | <b>26</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 음식 관련 속담 알아보기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>인지(전체)</b> 영라이프시니어 _인지교구<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)(자) | <b>27</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 알록달록 만다라<br>10:30~11:30(60분)<br><b>정서(전체)</b> 건강관리 및 손톱꾸미기 활동<br>13:30~14:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)(자) | <b>28</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 추억의 동요 부르기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 웃음힐링 프로그램(미니볼)<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)(자)                | <b>29</b><br><b>신체기능(전체)</b> 노인건강체조(영상) <b>[신체]</b><br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지기능(전체)</b> 알쏭달쏭 재미있는 퀴즈 <b>[인지]</b><br>10:30~11:30(60분)<br><b>정서여가(전체)</b> 영화감상 및 종교활동<br>13:30~14:30(60분)(자)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)(자) |
| 30 | <b>31</b><br><b>신체(전체)</b> 노인건강체조(영상)<br>10:00~10:30(30분)<br><b>인지(전체)</b> 사자성어 알아보기<br>10:30~11:30(60분)<br><b>신체(전체)</b> 영라이프시니어 _신체(오자미점수내기)<br>13:30~14:30(60분)(외)<br><b>신체(전체)</b> 신체기능의 훈련<br>15:00~16:00(60분)         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                |