

<< 유경주간보호 2025년 01월 프로그램 계획표 >>

*프로그램 대상 : 주간보호를 이용하고 계시는 어르신

*프로그램 장소 : 센터 내 생활관

*프로그램 목표 : 노화로 인해 경직되어가는 근육을 체조를 통해 유연하게 향상 시키고 혈액 순환을 원활하게 되도록 함. 또 치매예방 및 인지기능저하에 도움이 되는 프로그램을 진행하여 인지능력을 유지 및 증진 되도록 하고 놀이를 통해 유대감과 친밀감을 형성하여 치매에 큰 원인이 되는 우울함을 감소시켜 즐거운 삶을 누릴 수 있도록 함.

*기대효과 : 프로그램을 통해 심신기능이 유지 및 증진 될 수 있음.

월	화	수	목	금	토
		1	2	3	4
		물리치료 오전 <젠가> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	물리치료 오전 <탁구공활동> <힘뇌체조> 오후 <목욕> <한글쓰기-고구마>	물리치료 오전 <겨울토끼> <색칠하기> <힘뇌체조> 오후 유경노래자랑	물리치료 오전 <물건을찾아라> <힘뇌체조> 오후 <영화감상>
6	7	8	9	10	11
물리치료 오전 <만물상화> <힘뇌체조> 오후 <파라핀/뜸>	물리치료 오전 <꽃접시> <색칠하기> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	물리치료 오전 <마라카스> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	물리치료 오전 <성게볼 이용운동> <힘뇌체조> 오후 <목욕> <뱅글뱅글안경>	물리치료 오전 <미로놀이> <힘뇌체조> 오후 유경노래자랑	물리치료 오전 <털실이> <데굴데굴> <힘뇌체조> 오후 <영화감상>
13	14	15	16	17	18
물리치료 오전 <픽미업> <힘뇌체조> 오후 <파라핀/뜸>	물리치료 오전 <머리핀만들기> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	물리치료 오전 <민요배우기> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	물리치료 오전 <레크 체조> <힘뇌체조> 오후 <목욕> <똑같이그려요>	물리치료 오전 <동글동글> <동그라미> <힘뇌체조> 오후 <목욕> 유경노래자랑	물리치료 오전 <10을 두수로> <가르기> <힘뇌체조> 오후 <영화감상>
20	21	22	23	24	25
물리치료 오전 <자석놀이> <힘뇌체조> 오후 <파라핀/뜸>	물리치료 오전 <종이뱀접기> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	물리치료 오전 <리듬악기> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	물리치료 오전 <신체발란스 운동> <힘뇌체조> 오후 <목욕> <점선따라그리기>	물리치료 오전 <따라싸요> <힘뇌체조> 오후 유경노래자랑	물리치료 오전 <숨은그림찾기> <힘뇌체조> 오후 <영화감상>
27	28	29	30	31	
물리치료 오전 <날따요> <힘뇌체조> 오후 <파라핀/뜸>	물리치료 오전 <한복색칠하기> <힘뇌체조> 오후 <목욕>	-설 명절-	-설 명절-	물리치료 오전 <접시운동> <힘뇌체조> 오후 유경노래자랑	

*평가방법 : 프로그램의 참여도나 만족도를 파악하여 프로그램일지에 기록하고 추후 프로그램 계획 및 진행시 참고하여 반영하도록 함.

*참고사항 : 센터 사정이나 외부 자원봉사자의 공연 등으로 인하여 일부 프로그램이 변경될 수 있음.