

프로그램 운영일정

2026년 09월 / 기본형

은평재가노인복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
		1 신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체] 09:30~10:00(30분) 인지활동형프로그램 (전체) 2026년 꽃 달력 [인지] 14:00~15:00(60분)	2 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 보드 (전체) 맞춤형 보드 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 색칠하기 [인지] 14:00~15:00(60분)	3 신체기능 (전체) 세라밴드, 힘뇌체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 신체 (전체) 맞춤형 신체 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 카드 이름 맞추기 [인지] 14:00~15:00(60분)	4 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 미술 (전체) 맞춤형 미술 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을 곤충 관찰하기 [인지] 14:00~15:00(60분)	5 신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체] 09:30~10:00(30분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을 숲 다람쥐 찾기 [인지] 14:00~15:00(60분)
6	7 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 음악 (전체) 맞춤형 음악 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을 풍경 꾸미기 [인지] 14:00~15:00(60분)	8 신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체] 09:30~10:00(30분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을 풍경 꾸미기 -모자이크로 [인지] 14:00~15:00(60분)	9 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 보드 (전체) 맞춤형 보드 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을 옷 소개하기 [인지] 14:00~15:00(60분)	10 신체기능 (전체) 세라밴드, 힘뇌체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 신체 (전체) 맞춤형 신체 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을이 오면 [인지] 14:00~15:00(60분)	11 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 미술 (전체) 맞춤형 미술 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을 글자를 찾아오 [인지] 14:00~15:00(60분)	12 신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체] 09:30~10:00(30분) 인지활동형프로그램 (전체) 색칠하기 [인지] 14:00~15:00(60분)
13	14 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 음악 (전체) 맞춤형 음악 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 환경 -물의 순환 알아보기 [인지] 14:00~15:00(60분)	15 신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체] 09:30~10:00(30분) 인지활동형프로그램 (전체) 내 몸을 알아 [인지] 14:00~15:00(60분)	16 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 보드 (전체) 맞춤형 보드 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 병을 예방하는 손 씻기 [인지] 14:00~15:00(60분)	17 신체기능 (전체) 세라밴드, 힘뇌체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 신체 (전체) 맞춤형 신체 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 빨대 끼우기 [인지] 14:00~15:00(60분)	18 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 미술 (전체) 맞춤형 미술 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 세계 여러 나라 국기 [인지] 14:00~15:00(60분)	19 신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체] 09:30~10:00(30분) 인지활동형프로그램 (전체) 환경 -공기 오염 [인지] 14:00~15:00(60분)
20	21 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 음악 (전체) 맞춤형 음악 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 환경 -전기 절약하기 [인지] 14:00~15:00(60분)	22 신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체] 09:30~10:00(30분) 인지활동형프로그램 (전체) 환경 -바닷속을 꾸며요 [인지] 14:00~15:00(60분)	23 신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 보드 (전체) 맞춤형 보드 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 이순신 -지혜로운 장군 [인지] 14:00~15:00(60분)	24 추석 신체기능 (전체) 세라밴드, 힘뇌체조 [신체] 09:30~10:00(30분) 맞춤형 신체 (전체) 맞춤형 신체 [인지] 11:00~12:00(60분) 인지활동형프로그램 (전체) 가을 -송편 [인지] 14:00~15:00(60분)	25 추석	26 추석

27

28

신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체]
09:30~10:00(30분)
맞춤형 음악 (전체) 맞춤형 음악 [인지]
11:00~12:00(60분)
인지활동형프로그램 (전체) 환경 -쓰레기 줄이기 [인지]
14:00~15:00(60분)

29

신체기능 (전체) 행복웃음체조, 발운동 [신체]
09:30~10:00(30분)
인지활동형프로그램 (전체) 색깔하기 [인지]
14:00~15:00(60분)

30

신체기능 (전체) 건강박수, 체조 [신체]
09:30~10:00(30분)
맞춤형 미술 (전체) 맞춤형 미술 [인지]
11:00~12:00(60분)
인지활동형프로그램 (전체) 감정 돌림판 [인지]
14:00~15:00(60분)

--	--	--	--	--	--