

2026년

9월 프로그램 일정표

	월	화	수	목	금	토
1주차		1	2	3	4	5
09:30~09:50	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크
09:50~10:10	실버체조	실버체조	실버체조.목욕서비스	실버체조	실버체조	실버체조
10:10~11:10	신체기능향상프로그램	목욕서비스 및 손, 발톱정리	신체기능향상프로그램	건강체조	신체기능향상프로그램	건강체조
13:30~14:50	인지음악(외)13:50~14:50	인지향상프로그램	인지보드(외)	레크(레크레이션)	인지미술(외)	인지체조(외)
15:00~16:00	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)
2주차	7	8	9	10	11	12
09:30~09:50	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크
09:50~10:10	실버체조	실버체조	실버체조.목욕서비스	실버체조	실버체조	실버체조
10:10~11:10	신체기능향상프로그램	목욕서비스 및 손, 발톱정리	신체기능향상프로그램	건강체조	신체기능향상프로그램	건강체조
13:30~14:50	인지음악(외)13:50~14:50	인지향상프로그램	인지보드(외)	레크(레크레이션)	인지미술(외)	인지체조(외)
15:00~16:00	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)
3주차	14	15	16	17	18	19
09:30~09:50	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크
09:50~10:10	실버체조	실버체조	실버체조.목욕서비스	실버체조	실버체조	실버체조
10:10~11:10	신체기능향상프로그램	목욕서비스 및 손, 발톱정리	신체기능향상프로그램	건강체조	신체기능향상프로그램	건강체조
13:30~14:50	인지음악(외)13:50~14:50	인지향상프로그램	인지보드(외)	레크(레크레이션)	인지미술(외)	인지체조(외)/10:00~11:00
15:00~16:00	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)
4주차	21	22	23	24	25	26
09:30~09:50	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크
09:50~10:10	실버체조	실버체조	실버체조.목욕서비스	실버체조	실버체조	실버체조
10:10~11:10	신체기능향상프로그램	목욕서비스 및 손, 발톱정리	신체기능향상프로그램	건강체조	신체기능향상프로그램	건강체조
13:30~14:50	인지음악(외)13:50~14:50	인지향상프로그램	인지보드(외)	레크(레크레이션)	인지미술(외)	인지체조(외)
15:00~16:00	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)
5주차	28	29	30			
09:30~09:50	티타임 및 건강체크	티타임 및 건강체크				
09:50~10:10	실버체조	실버체조				
10:10~11:10	신체기능향상프로그램	목욕서비스 및 손, 발톱정리				
13:30~14:50	인지음악(외)13:50~14:50	인지미술(외)/13:40~14:40				
15:00~16:00	재활운동 및 휴식(14:50간식)	재활운동 및 휴식(14:50간식)				

■ 외부강사 프로그램 미제공시 내부 프로그램(사회복지사, 요양보호사)으로 대체하여 진행합니다.

■ 본 프로그램은 기관의 사정에 따라 달라질 수 있습니다.