

프로그램 운영일정

2026년 08월 / 기본형

힐링주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
						1 사회 (전체) 뉴스전하기 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 미디어 교실 14:30~15:30(60분)
2	3 신체 (전체) 치매예방체조 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 미술교실 14:30~15:30(60분)	4 신체 (전체) 실버레크레이션 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 음악교실 14:30~15:30(60분)	5 신체 (전체) 생활체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 다운레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)	6 신체 (전체) 힘뇌체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 미술교실 14:30~15:30(60분)	7 신체 (전체) 실버음악 체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 전통노래, 민요 부르기 및 리듬과 장단 익히기 14:00~15:00(60분)(외)	8 신체 (전체) 생활체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 미디어 교실 14:30~15:30(60분)
9	10 신체 (전체) 치매예방체조 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 요리교실 14:30~15:30(60분)	11 신체 (전체) 실버레크레이션 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 만들기 14:30~15:30(60분)	12 신체 (전체) 생활체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 다운레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)	13 신체 (전체) 힘뇌체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 전통노래, 민요 부르기 및 리듬과 장단 익히기 14:00~15:00(60분)(외)	14 신체 (전체) 실버음악 체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 문해교실 14:30~15:30(60분)	15 광복절 사회 (전체) 뉴스전하기 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 미디어 교실 14:30~15:30(60분)
16	17 대체공휴일(8.15) 신체 (전체) 힘뇌체조 10:30~11:30(60분) 가족 (전체) 생신 잔치 13:30~14:00(30분) 인지 (전체) 음악교실 14:30~15:30(60분)	18 신체 (전체) 실버레크레이션 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 미술교실 14:30~15:30(60분)	19 신체 (전체) 생활체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 신체놀이 13:50~14:50(60분)	20 신체 (전체) 힘뇌체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 전통노래, 민요 부르기 및 리듬과 장단 익히기 14:00~15:00(60분)(외)	21 신체 (전체) 실버음악 체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 미술교실 14:30~15:30(60분)	22 신체 (전체) 생활체조 10:30~11:30(60분) 가족 (전체) 생신 잔치 13:30~14:00(30분) 인지 (전체) 다운레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)
23	24 신체 (전체) 치매예방체조 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 음악교실 14:30~15:30(60분)	25 신체 (전체) 실버레크레이션 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 미술교실 14:30~15:30(60분)	26 신체 (전체) 생활체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 다운레크레이션 13:50~14:50(60분)(외)	27 신체 (전체) 힘뇌체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 전통노래, 민요 부르기 및 리듬과 장단 익히기 14:00~15:00(60분)(외)	28 신체 (전체) 실버음악 체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 그때 그 시절에는 14:30~15:30(60분)	29 신체 (전체) 생활체조 10:30~11:30(60분) 인지 (전체) 영화교실 14:30~15:30(60분)
30	31 신체 (전체) 치매예방체조 10:30~11:30(60분)(외) 인지 (전체) 음악교실 14:30~15:30(60분)					