

프로그램 운영일정

2026년 10월 / 기본형

광혜원실버주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 09:50~10:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 사회 (전체) 나눔마을만들기 지역행사 - 참여 14:30~15:30(60분)	2 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 09:50~10:50(60분) 인지 (전체) 주제별 색칠 공부 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 도미노 놀이 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 도미노 놀이 14:30~15:30(60분)	3 개천절 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 밴드 체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 종이컵 쌓기 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 종이컵 쌓기 14:30~15:30(60분) 인지 (등급외) 종이컵 쌓기 14:30~15:30(60분)
4	5 대체공휴일(10.3) 기타 (전체) 족욕 / 기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (등급외) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 신체 (전체) 미니 게이트볼 14:30~15:30(60분)	6 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 월 달력 만들기 14:30~15:30(60분)	7 기타 (전체) 목욕 08:30~14:30(360분) 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 신나는 소고체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 이야기 교실 14:30~15:30(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 이야기 교실 14:30~15:30(60분)(외)	8 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 보드게임 - 빙고 14:30~15:30(60분)	9 한글날 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 밴드 체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 색칠공부 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 색칠공부 14:30~15:30(60분)	10 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 워크북 - 계산하기 10:50~11:50(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 워크북 - 계산하기 10:50~11:50(60분) 인지 (전체) 노래 부르기 14:30~15:30(60분)
11	12 기타 (전체) 족욕 / 기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 신체 (전체) 윗놀이 14:30~15:30(60분)	13 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 주제별 색칠 공부 14:30~15:30(60분)	14 기타 (전체) 목욕 08:30~14:30(360분) 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 백업 봉 체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 이야기 교실 14:30~15:30(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 이야기 교실 14:30~15:30(60분)(외)	15 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 만다라색칠하기 14:30~15:30(60분)	16 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 인지 (전체) 번호대로 색칠하기 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 종이컵 쌓기 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 종이컵 쌓기 14:30~15:30(60분)	17 기타 (전체) 온찜질/기능회복 훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 밴드 체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 색칠공부 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 색칠공부 14:30~15:30(60분)

18	19 기타 (전체) 족욕 / 기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 퍼즐 맞추기 14:30~15:30(60분)	20 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 신체 (전체) 윗놀이 14:30~15:30(60분)	21 기타 (전체) 목욕 08:30~14:30(360분) 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 백업 봉 체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 이야기 교실 14:30~15:30(60분)(외)	22 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 주제별 색칠 공부 14:30~15:30(60분)	23 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 밴드 체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 색칠공부 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 색칠공부 14:30~15:30(60분)	24 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 (전체) 노래자랑 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 미로찾기 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 미로찾기 14:30~15:30(60분)
25	26 기타 (전체) 족욕 / 기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 실버 체조 10:50~11:50(60분)(외) 신체 (전체) 플라스틱 채 반 돌리기 14:30~15:30(60분)	27 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 건강한 웃음체조 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 만다라색칠하기 14:30~15:30(60분)	28 기타 (전체) 목욕 08:30~14:30(360분) 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 백업 봉 체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 이야기 교실 14:30~15:30(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 이야기 교실 14:30~15:30(60분)(외)	29 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 ((2,3,4 등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 뇌건강 10:50~11:50(60분)(외) 인지 (전체) 보드게임 - 빙고 14:30~15:30(60분)	30 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 인지 (전체) 주제별 색칠 공부 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 윗놀이 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 윗놀이 14:30~15:30(60분)	31 기타 (전체) 온찜질/기능회복훈련 10:00~10:40(40분) 신체 (전체) 신나는 소고체조 10:50~11:50(60분) 인지 ((2,3,4 등급)) 음악 활동 14:30~15:30(60분) 인지 ((5등급,인지지원등급)) 음악 활동 14:30~15:30(60분)