

프로그램 운영일정

2026년 03월 / 기본형

해리좋은사람들주간보호센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
1 삼일절	2 대체공휴일(3.1절) 인지(인지그룹) 색칠하기 (정월 대보름) 10:00~11:00(60분) 인지(일반그룹) 색칠하기 (정월 대보름) 13:30~14:30(60분) 인지(인지그룹) 색칠하기 (정월 대보름) 13:30~14:30(60분) 신체(전체) [맞춤형] 실버 음악 치료 14:40~15:40(60분)(외)	3 신체(전체) [맞춤형] 실버요가 13:30~14:30(60분)(외) 인지(인지그룹) 달력 만들기 14:40~15:40(60분) 인지(일반그룹) 달력 만들기 14:40~15:40(60분)	4 신체(전체) [맞춤형] 건강댄스 13:30~14:30(60분)(외) 인지(전체그룹) 화투놀이 14:40~15:40(60분)	5 인지(인지그룹) 만들기 (민들레 홀씨) 13:30~14:30(60분) 인지(일반그룹) 만들기 (민들레 홀씨) 13:30~14:30(60분) 신체(전체그룹) [맞춤형] 실버 레크 체조 14:40~15:40(60분)(외)	6 인지(전체) 노래교실 13:30~14:30(60분) 신체(전체) 컬링 14:40~15:40(60분)	7 기타(전체) [자원봉사] 즐거운 노래 공연 13:30~14:30(60분)(자) 인지(전체) 화투놀이 14:40~15:40(60분)
8	9 인지(일반그룹) 색칠하기 (꽃다발) 13:30~14:30(60분) 인지(인지그룹) 색칠하기 (꽃다발) 13:30~14:30(60분) 신체(전체) [맞춤형] 실버 음악 치료 14:40~15:40(60분)(외)	10 신체(전체) [맞춤형] 실버요가 13:30~14:30(60분)(외) 인지(인지그룹) 색칠하기 (전래 동화) 14:40~15:40(60분) 인지(일반그룹) 색칠하기 (전래 동화) 14:40~15:40(60분)	11 신체(전체) [맞춤형] 건강댄스 13:30~14:30(60분)(외) 인지(전체그룹) 화투놀이 14:40~15:40(60분)	12 인지(인지그룹) 빙고게임 13:30~14:30(60분) 인지(일반그룹) 빙고게임 13:30~14:30(60분) 신체(전체그룹) [맞춤형] 실버 레크 체조 14:40~15:40(60분)(외)	13 인지(인지그룹) 숨은 그림 찾기 13:30~14:30(60분) 인지(일반그룹) 숨은 그림 찾기 13:30~14:30(60분) 신체(전체) 네일케어와 손톱깎기 14:40~15:40(60분)	14 기타(전체) [자원봉사] 악단과 즐거운 노래시간 13:30~14:30(60분)(자) 인지(전체) 노래교실 14:40~15:40(60분)
15	16 인지(일반그룹) 색칠하기 (봄나물캐기) 13:30~14:30(60분) 인지(인지그룹) 색칠하기 (봄나물캐기) 13:30~14:30(60분) 신체(전체) [맞춤형] 실버 음악 치료 14:40~15:40(60분)(외)	17 신체(전체) [맞춤형] 실버요가 13:30~14:30(60분)(외) 인지(인지그룹) 만들기 14:40~15:40(60분) 인지(일반그룹) 만들기 14:40~15:40(60분)	18 신체(전체) [맞춤형] 건강댄스 13:30~14:30(60분)(외) 인지(전체그룹) 화투놀이 14:40~15:40(60분)	19 인지(인지그룹) 만들기 (생활도구 작은 책) 13:30~14:30(60분) 인지(일반그룹) 만들기 (생활도구 작은 책) 13:30~14:30(60분) 신체(전체그룹) [맞춤형] 실버 레크 체조 14:40~15:40(60분)(외)	20 사회(전체) 뉴스 돋보기 13:30~14:30(60분) 인지(인지그룹) 색칠하기 (목련 꽃 화병) 14:40~15:40(60분) 인지(일반그룹) 색칠하기 (목련 꽃 화병) 14:40~15:40(60분)	21 인지(전체) 화투놀이 13:30~14:30(60분) 기타(전체) 영화 감상 및 동영상 시청 14:40~15:40(60분)
22	23 인지(일반그룹) 색칠하기 (개나리) 13:30~14:30(60분) 인지(인지그룹) 색칠하기 (개나리) 13:30~14:30(60분) 신체(전체) [맞춤형] 실버 음악 치료 14:40~15:40(60분)(외)	24 신체(전체) [맞춤형] 실버요가 13:30~14:30(60분)(외) 인지(인지그룹) 만들기 14:40~15:40(60분) 인지(일반그룹) 만들기 14:40~15:40(60분)	25 신체(전체) [맞춤형] 건강댄스 13:30~14:30(60분)(외) 인지(전체그룹) 화투놀이 14:40~15:40(60분)	26 인지(인지그룹) 색칠하기 (전래 동화) 13:30~14:30(60분) 인지(일반그룹) 색칠하기 (전래 동화) 13:30~14:30(60분) 신체(전체그룹) [맞춤형] 실버 레크 체조 14:40~15:40(60분)(외)	27 가족(전체그룹) 생신 잔치 13:30~14:30(60분) 인지(전체) 노래교실 14:40~15:40(60분)	28 기타(전체) [자원봉사] 굿패취농 농악 공연 12:30~13:20(50분)(자) 신체(전체) 네일케어와 손톱깎기 13:30~14:30(60분) 인지(전체) 화투놀이 14:40~15:40(60분)

29

30

인지(일반그룹) 색칠하기 (개나리)

13:30~14:30(60분)

인지(인지그룹) 색칠하기 (개나리)

13:30~14:30(60분)

신체(전체) [맞춤형] 실버 음악치료

14:40~15:40(60분)(외)

31

인지(인지그룹) 색칠하기 (추억의 알사탕)

10:00~11:00(60분)

신체(전체) [맞춤형] 실버요가

13:30~14:30(60분)(외)

인지(일반그룹) 만들기 (봄꽃요정)

14:40~15:40(60분)

인지(인지그룹) 만들기 (봄꽃요정)

14:40~15:40(60분)